

風邪と冷え症予防の 植物療法

講師 グリーンフラスコ代表 林 真一郎

植物療法とは植物が生合成する植物化学成分を含む抽出成分を、人に元々備わっている自然治癒力に働きかける療法のこと。

薬剤師である講師が、植物療法の大きな柱であるアロマセラピー（芳香療法）、メディカルハーブ（薬効が科学的に証明されているハーブ）を中心に、植物に含まれるさまざまな成分を全身にバランスよく働きかけて免疫や自律神経、生体リズムを整える方法を紹介します。



今回は風邪やインフルエンザ、冷え症など、冬に多くなる辛い症状の緩和がテーマです。効果の高いユーカリ、ジャーマンカモミール、ティートリー、ローズヒップ、エキナセア、エゾウコギなどを取り上げて、薬効成分や、症状ごとにどれをどのように使えばよいかを詳しく解説します。

<講師紹介> 林 真一郎(はやし・しんいちろう) 薬剤師・臨床検査技師、グリーンフラスコ株式会社代表、東邦大学薬学部客員講師、静岡県立大学大学院非常勤講師、日本赤十字看護大学大学院非常勤講師、日本ホリスティック医学協会理事。東邦大学薬学部薬学科卒業。1985年グリーンフラスコ株式会社設立。医師・鍼灸マッサージ師・助産師・薬剤師などとネットワークを作り、情報交換を行いながらホリスティック医学としてのアロマセラピーやハーブ療法の普及に取り組んでいる。著書に『アロマセラピー ハーブ バッチフラワー-LESSON』（主婦の友社）、『ハーブと精油の基本事典』（池田書店）、『植物力をくらしに活かす 「緑の医学」』（東京堂出版）、『臨床で活かせる アロマ&ハーブ療法』（南山堂）など多数。

日 時 2016年10/15 1回 土曜日 13:00-14:30

受講料 会員 3,024円（入会金は5,400円。70歳以上は入会無料、証明書が必要です）

一般 3,672円

※入会金、受講料、教材費等は消費税8%を含む金額です。

※ ご入会の優待制度をご利用の方は、お申し出ください。

※ 日程が変更されることがありますので、ご了承ください。

※ 講師の病気や、受講者が一定数に達しない場合などには、講座を中止することがあります。

※ 個人情報、受講連絡、当社からのお知らせ、企画の内部資料として使わせていただきます。



朝日カルチャーセンター
朝日JTB・交流文化塾

新宿

〒163-0204 東京都新宿区西新宿 2-6-1
新宿住友ビル内 私書箱 22号

tel 03-3344-1946

<http://www.asahiculture.jp/shinjuku>