

豊かさ Prosperity

2024 年臨床漢方薬理研究会大会 (第 119 回例会)

"SELF-BEING RESEARCHERS" INFORMATION LECTURE



Partnership

13 時 30 分~ 心身健康のための東洋医学の智慧とは?
「あなた・私らしく」生きる
日本音子 がエステルスを対点を対象を対してクー
15 時 ~ 属こり予防の 経穴(ツボ) を探そう! 毎月受給 (一社) 出資業総大マッサーブで会
15時 30 分~ 緩和医療は、健康管理と関わっている?
川上明 京都南海の公式大型を設力

"We are SELF-BEING RESEARCHERS."人は指、自分を見しています。 私達が生きている自然、社会は安定を欠き、揺れ動いています。明日への不 安を彫じて心身に苦痛を膨じ、損除を膨じていませんか? 京某に見ぶて始整を、料学・未料学の殿で理別し毎日の生活に活かしたい。」 と望む仲間を募ります。 「あなた・私」らしく生き抜くために、「あなた・私」の生涯健康管理術を見つけ るためか学習る、として医療専門知識と深める研究を守る。

SELF-GENO RESEARCHERF* TOTALOGO

高版東洋性康康医学能和

*おなれたいく、他とし、
思わりまで・ルルルンは

『日東日子 Chank Andu /8

日東日子 Chank Andu /8

- 18

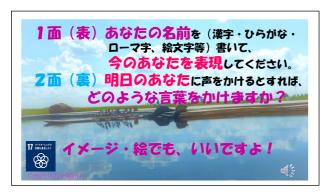
鳥瞰東洋 健康医学



Workshop:心の ice melting を行いました。

課題 「あなた・私について語ってみよう! |

ポイント 1自分自身を観る 2自分を表現する 方法





5月25日 左記、「臨床漢方薬理研究会大会、self-being researchers information lecture」を開催いたしました。 ご多忙な折にもかかわらず、参加頂き、また連絡や質問、ご意見頂いた皆みな様に、心より感謝申し上げます。

自然や社会(経済を含めた)環境が、ますます複雑で生きるに厳しくなる昨今、老若男女の心と身体にかかるストレスは、個々人によって大きく差があるようです。

これからは、個々人が経験する外部環境の揺らぎ(様々な変容)に併せて、自分自身の持続的心身健康管理が必要です。何があっても、幸福を感じながら生きられる・生きる自分を確保することが、重要な時代です。これが SDGs を掲げる今という時代ではないでしょうか。そして、今こそ、東洋医学、東洋の智慧を活かす術がキーポイントだと考えています。

本会では、

30年にわたる臨床漢方薬理研究会が契機となって進めてきた研究内容や、緩和医療の考え方を参考に、日常の生き方を変える術を紹介いたしました。

実験系に使用した私達の身近にある植物を例にして、

- ① 人間の健康管理には、他の生命系が活用されていること。
- ②「それらをいかに活用していくか」の発想の具現化や開発に貢献してくれる「動物の生態系への理解」が、実は私達人間"あなた・私"を理解するためにも参考になる。

というお話を、皆様と対話しながら進めて参りました。 重要な活動となります。是非、ご参画の程、お願いします。

日置智律子