

がん克服のための統合医療セミナー

第1部 発症・再発予防編

日本では、2人に1人が生涯のうちにがんにかかると言われ、患者数は年々増え続けています。がんの撲滅するためには、早期発見・早期治療（2次予防）だけでなく、いかにしてがんの発症を防ぎ（1次予防）、再発・転移を防ぐ（3次予防）かがとても重要な課題です。

本セミナーでは、発症・再発予防に有効な方法である

- (1) 食事と栄養（がん予防のために摂るべき食品と避けるべき食品）
 - (2) 心のケア（認知行動療法を利用したグループカウンセリング）
 - (3) ボディーケア（手軽にできる温熱療法と免疫力を高めるセルフマッサージ）
- について、日常に応用できるようにわかりやすくお話しします。なお、(3)のセルフマッサージについては、専門家より実際に手技を学びます。

日時：平成21年8月29日（土）午後2時半～4時半

場所：茨城県南生涯学習センター 小講座室1

（JR土浦駅前ウララビル5F）

入場：無料（ただしテキスト代500円）

定員：50名（予約先着順）

講師：野本篤志

NPO法人緑の風代表理事、薬学博士、薬剤師、
がん体験者とその家族の会（ラポールの会）代表、
日本メディカルハーブ協会認定ハーバルセラピスト

野本佳奈枝

リンパ療法士（リンパ療法センター緑の風）、
薬剤師

主催：NPO 緑の風ヘルスサポートジャパン

共催：ラポールの会（がん体験者とその家族の会）

協賛：FM ラジオつくば、嵐の湯つくば店、リンパ療法センター緑の風

< 予約・問合せ先 >

電話：050-1417-5964（NPO 緑の風）、090-4548-2046（野本）

ホームページ：URL < <http://npo-midorinokaze.com/> > または「NPO 緑の風」で検索

