

< 健康な心・身体づくりの講座 >

市販薬と健康食品の正しい知識を学ぶ

開 講 日：※本講座は3回シリーズで開催されます。

- ① 9月7日(土) 市販薬・健康食品の知識
- ② 10月5日(土) 市販薬(風邪薬類)・健康食品(ビタミン類)
- ③ 11月9日(土) 市販薬(漢方薬類)・健康食品(医薬品との相互作用)

時 間：10:00～12:00

募 集 人 数：一般市民 各50人

受 講 料：無料

応 募 締 切：① 8月27日(火) <必着>

② 9月24日(火) <必着>

③ 10月28日(月) <必着>



応募フォーム：<https://business.form-mailer.jp/fms/64391c75100345>

内 容：解熱鎮痛薬、胃薬、風邪薬など、薬局・ドラッグストアで手軽に購入できる薬はたくさんありますが、実際に薬局・ドラッグストアへ行っても、種類が多すぎて困ってしまうことはありませんか？市販薬の種類や作用、飲み合わせや副作用で気を付けたいこと、注意したいことなどについて説明します。また、健康食品についても特定保健用食品(トクホ)や機能性表示食品などが多く販売されています。健康食品の正しい知識を学ぶことで、健康で安心した日々を過ごしませんか？

講 師：久保田 亮(健康開発学科准教授)