

< 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：12月1日（土）

時 間：10：00 ～ 12：00

募集人数：一般市民 80人

受 講 料：無料

応募締切：11月21日（水）<必着>

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）