

シリーズ『美と健康の東洋医学』

# 植物の力でアンチエイジング

～フィットセラピー（植物療法）と  
セルフハンドケア実践～

2019.11.3 SUN

PM 3:30 - 5:00

会場：九州保健福祉大学 F講義棟

★市民の方、大歓迎！ ★入場無料 ★事前申し込み不要

植物の力を身体に作用させることによって、心身の状態を健やかに整えるなど、  
植物の有する天然のパワーを活かした暮らしの楽しみ方について講演を行う。

アンチエイジングや美容の観点から、

野菜、果物やお茶で取り入れる抗酸化物質の効果と、

フィットセラピーで用いる植物オイルを使ったセルフハンドケアの実践までを行う。

講師：ソフィア フィットセラピーカレッジ校長

池田 明子 先生

2006年東京・自由が丘にて「植物療法士／フィットセラピスト」や  
「ハンドケアセラピスト」の養成校ソフィアフィットセラピーカ  
レッジを設立。

2017年より西九州大学客員教授として認知症予防や介護でのフイ  
ットセラピーやハンドケアの有効活用を普及。

夫は俳優の梅沢富美男、2女の母。



主催：九州保健福祉大学QOL研究機構  
九州保健福祉大学 スポーツ健康福祉学科(鍼灸健康福祉コース)  
後援：延岡市・大学おうえん協議会

## ◆お問い合わせ◆

〒882-8508 延岡市吉野町1714-1

九州保健福祉大学 社会福祉学部 スポーツ健康福祉学科  
(鍼灸健康福祉コース) 中野祐也 まで  
0982-23-5555 (代表)

お車でお越しの方は、学園祭と同時開催のため、混雑が予想されます。  
早めのご来場をお勧めします。また駐車等の際は立て看板、誘導に従ってください。