

生活のスキル
アップ

目の効率的な
セルフケア

ライフスタイルを変えると**目**の病気は 改善する

講師 山口 康三氏（医師）

NPO日本総合医学会副会長
食養学院学院長
回生眼科 院長

山口氏プロフィール

コロナ禍の「日常的」な生活習慣の改善を推奨する目の効率的なセルフケアの専門家

著書・監修書 『ほんとうは治る防げる目の病気』（一般社団法人農山村漁村文化協会）
『緑内障・黄斑変性症・糖尿病網膜症を自分で治す方法』（現代書林）
『10秒顔さすりで老眼、近視、緑内障はよくなる』（主婦の友社）
『緑内障は目の周りを押すだけで改善する』（PHP研究所）など多数

日時：11月24日(木) 14:00～15:30

場所：岐阜保健大学 3号館2階研究センター

定員：約30名

連絡先：岐阜保健大学

住所 〒500-8281 岐阜市東鶉2丁目92番地

電話番号（代表） 058-274-5001（栃本担当）

主催：岐阜保健大学研究センター

（多職種連携実践センター・認知症予防センター・大学発ネウボラの継続母子支援センター・多文化共生多様性健康推進センター）

協力：岐阜保健大学衛生委員会、うずら地区福祉委員、岐阜市社会福祉協議会、
境川地域包括支援センター