

2020 冬 中医講座 online 交流会のご案内①

寒冷低温の冬に入り、狭心症、心筋梗塞、脑梗塞、脳出血など心疾患や脳血管障害の発症率が高まります。中国民間では「冬令進補、春天打虎（冬に身体を補い養生しておく、次の年の春になれば虎を打倒できるほど元気になれる）」という言い方があります。冬は中医学でいう「進補」の時期にあたり、人の体質や自然の季節に合わせる中医学養生法は、冬の養生を通じ、体内の陽気の昇発を助け、免疫力を高め、病気にならない健康づくりを目指しています。

12月21日冬至に備え、本オンライン交流会を下記の通り開催いたします。

【題目】冬の中医養生について

【日時】2020年12月20日(日曜日)

14:00-15:30(中国時間) 15:00-16:30(日本時間)

【言語】日本語

【参加条件】ありません。どなたでも参加可能。

【お問い合わせ】上海中医薬大学国際教育学院

電話・wechat: 0086-139-1760-9647(鉏)、135-8587-8219(顔)

Mail: iec.japanese@shutcm.edu.cn

【形式】アプリ zoom の利用

ミーティング ID: 925 7873 7521

パスワード: 234492

- ①. 初めてご利用の方は zoom アプリのインストールが必要です。誘導に従って操作してください。
- ②. 人数の統計やスムーズな準備などのため、wechat のチャットグループ「中医交流・上海中医薬大学」を作成しました。交流会に参加する方は下記の QR コードを読み取って、グループに入ってください。既に本グループに参加済みの方は再び登録する必要がありません。



注:このQRコードは本日(12月11日)から7日間内に有効となりますのでご注意ください。12月18日から新しいコードを送ります。

上海中医薬大学
2020年12月11日(金)