

# 漢方で、心と体のレジリエンス(回復力)を高めよう!

漢方は、マイルドなのになぜ効くのかなと  
思っている方も多いと思います。みなさんの  
疑問に答えるために試行錯誤した結果、漢方  
は心と体のレジリエンス(回復力)を使  
う医学だと考えるようになりました。

レジリエンスとは、地震などの天災に  
あってもくじけず立ち上がっていく力を  
意味し、様々な領域で注目されている考  
え方です。今回の講座ではレジリエンスの解  
説だけでなく、漢方の生薬にはショウガやナツ  
メ、みかんの皮など、身近なものが使われているなど、  
漢方の基礎知識も楽しくお話ししていきます。



はぎはら・けいすけ / 大阪市出身。  
広島大学医学部卒業後、大阪大学  
医学部附属病院、関連施設で、内  
科全般を研修。リウマチ膠原病な  
どの免疫難治疾患の研究・診療に  
携わり、漢方の必要性を痛感。先  
端医学と漢方医学との融合治療「な  
にわ漢方」を提唱・実践し、漢方  
の腎虚概念を基に、筋肉の老化で  
あるサルコペニアに焦点を当て、  
研究を展開している。

講座名 / 大阪大学 × 大阪ガス「アカデミックッキング」vol.62  
「漢方で、心と体のレジリエンス(回復力)を高めよう！」

日時 / 2017年2月3日(金) 18:30~21:00 (終了予定)

18:30~ 講義

19:30~ 料理実習+試食

21:00 終了(予定)

●「食べる漢方でおいしく健康に！」

- ・レンコンの中華風和え物
- ・白身魚の炒め物
- ・サムゲタン風おかゆ
- ・百合根、きくらげ、金柑のゼリー

※2015年6月開講と  
同メニュー+1品です。

会場 / 大阪ガスクッキングスクール千里 (裏面に地図)

講師 / 萩原圭祐 (大阪大学大学院医学系研究科・准教授)

定員 / 24名 (抽選)

対象 / どなたでも (15歳以上)

受講料 / 2,500円(税込)

持ち物 / ハンドタオル、筆記用具 ※エプロンは貸し出しします。

主催 / 大阪大学 21世紀懐徳堂、大阪ガス株式会社

■大阪大学 × 大阪ガス「アカデミックッキング」とは / “食” や “料理” という身近な切り口から、学問的なものの見方・考え方を身につける教養講座です。専門的で難解な大学の先生の研究でも、どこかで普段のわたしたちの生活とつながっている…。そんな楽しい実感から、日常生活にちょっと変化をもたらすアカデミックな思考回路が生まれます。あなたと一緒に、ガス火で作る料理から新たな学びのとびらを開いてみませんか？

お申し込みは、大阪ガスクッキングスクール千里 <https://www.og-cookingschool.com>

講座内容のお問合せは、大阪大学 21世紀懐徳堂 TEL.06-6850-6443 大阪ガスクッキングスクール千里 TEL.06-6871-8561

詳しくは  
裏面参照

## 大阪ガスクッキングスクールから

### ● お申込みに際してのお願い ●

お申込み時に必ずお読みいただき、ご確認ください。

#### ●申込受付 (WEB のみで受け付けます)

2017年1月5日(木) 21:00よりweb受付開始

2017年1月12日(木) 23:59申込締切

<https://www.og-cookingschool.com>

大阪ガスクッキングスクール千里 検索

※電話・店頭での申込受付はございません。

※抽選の上、当選の方にのみ、1月13日(金)にメール送信します。

※抽選後に残席がある場合は、先着順で受け付けます。

#### ●前納制

原則として、講習費は前納制です。入金締切日までに店頭または銀行振込でお支払いください。クレジット・コンビニ決済も可。

\*振込先：りそな銀行 大阪営業部 普通口座

口座番号：1701054

加入者名：オオサカガス(カ)

※キャンセル料発生日までにご入金がなければ自動的にキャンセルになります。ご了承ください。

#### ●代理の方の受講も可

講習会でご欠席の際は、事前に連絡をしてください。代理の方の受講も可能ですので、その旨お伝えください。

#### ●遅刻

事前にご連絡をください。進行上 15分以上遅れた場合は、講習にご参加いただけません。 事前にご連絡をいただいた場合でも同様です。ご注意ください。

#### ●中止について

・新型インフルエンザ等により講習会を中止させていただく場合がございますので、ご了承ください。開催の状況は大阪ガスクッキングスクールホームページ(インフォメーション)、携帯サイトでお知らせいたします。お電話でのお問い合わせは06-6871-8561まで。  
・台風の接近により、大阪府・北大阪に講習開始2時間前の時点で「暴風」「大雨」「洪水」のいずれかの「警報」が発令されている場合は、講習会を中止いたします。

お申込みの際お伺いしました個人情報は、大阪ガスおよび大阪ガスクッキングスクールが講習会・イベントのご案内等に利用させていただく場合がございます。また、大阪ガスクッキングスクールについてのアンケート調査・分析のほか、ガスおよびガス器具に関する商品、サービス情報のお知らせのために利用させていただく場合がございます。ご了承ください。

#### ●キャンセル料について

予約いただいた講習会の予約取り消しには、下記のとおりキャンセル料がかかります。

・1月26日(木)まで → 0円

・1月27日(金)以降 → 講習会費の全額

※キャンセル料発生日の前日17:30までに、大阪ガスクッキングスクール千里へ直接ご連絡ください。レッスン会員の方はマイページよりキャンセルできます。

電話：06-6871-8561

(FAX・メール・留守番電話はご遠慮ください)

#### ●その他

・規定人数に満たない場合は、やむを得ず講習会開催を中止することがございます。

・お子様連れはご遠慮ください。

・お料理の持ち帰りは衛生上ご遠慮ください。

・安全衛生上、マニキュア、装飾品、香りの強い香水等をご遠慮ください。

・料理写真の撮影は出来上がりの写真のみとし、料理の説明中の撮影はご遠慮いただいております。

・講習風景や不特定多数のお客様の撮影はご遠慮ください。

・友人や知人を撮影される時は、他のお客様が写らないようにご注意ください。

・講師を撮影される時は、ご本人に了解を得ていただきますようお願いいたします。

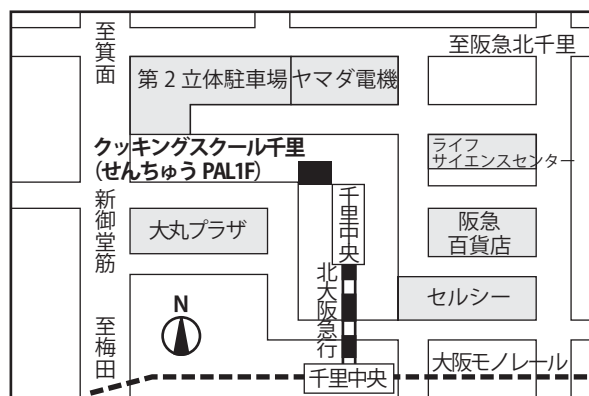
・受講されない場合、お持ち帰りのみはできません。

・調理に適した服装でご参加ください。

#### ●アクセス

・北大阪急行「千里中央」駅下車、北端階段上る。

・専用の駐車場はありません。お車で越しの方は近隣の駐車場をご利用ください。サービス券などはございません。



豊中市新千里東町 1-3-141 (せんちゅう PAL 1F 北)

### ● 大阪大学 21世紀懐徳堂とは ●



大阪大学  
21世紀  
懐徳堂

大阪大学 21世紀懐徳堂は、市民と大阪大学をつなぐ学術連携や社会貢献活動の窓口です。大阪大学の高度な研究と教育の成果、文化的資源を広く社会に還元し、また、学外からの要望を受け、大学のさまざまな活動に反映させるコーディネータの役割を果たします。

大阪大学の学術連携の情報を集約し広報するとともに、大阪大学の精神的源流である「懐徳堂」で尊重された広範な分野にわたる学び合いの精神を汲み、公開講座、サイエンスカフェ、シンポジウムなどを企画・運営し、市民のみなさんと学生、教職員が出会い、能動的に学び合う場づくりを展開しています。

大阪大学 21世紀懐徳堂 検索

<http://21c-kaitokudo.osaka-u.ac.jp/>