

# 二十四節気、十二时辰の勉強会

東洋医学を学んでいる皆さん、西洋医学とは全く異なる考え方を理解するのは、言葉一つでさえ本当に難しいですね。

東洋医学は整体観念がベースにあり、四季や昼夜の陰陽の変化が身体に及ぼす影響を重視しています。

そこで、この勉強会では、一年を二十四に分けた『二十四節気』、一日を十二に分けた『十二时辰』と身体の関係、養生法などについて、詳しく勉強しています。

一年を通じて、また丸一日の時間の変化に応じた体の変化、養生法を知ると、東洋医学がより深く理解でき、具体的な養生法がわかってきます。

例えば、「毎晩、同じ時間帯に目がさめるのはなぜ?」という疑問にも、対応している臓器を知ると「そうだったのか」ということがあります。四季に応じた食材や食べ合わせの良くないものなども詳しくわかります。

プロの翻訳家であり、国際中医薬膳管理師でもある日本人講師が、原典にあたり、現代に生きる中国や台湾の本を参考にして、やさしい日本語で解説しています。中医学の理解が深まると同時に、日々の生活にも具体的に活かせる知識を得て、興味を持って、今後の中医学の勉強を進めていきませんか?

毎月第4土曜日に開催しています。1回毎でもよくわかる内容になっています。

〔プログラム〕

日程	1 十二时辰 (13:00~13:55)	2 二十四節気 (14:00~14:55)
1 11/24	未 (1:00pm~3:00pm)	大雪 冬至
2 12/22	申 (3:00pm~5:00pm)	小寒 大寒
3 1/19	酉 (5:00pm~7:00pm)	立春 雨水
4 2/23	戌 (7:00pm~9:00pm)	驚蟄 春分
5 3/23	亥 (9:00pm~11:00pm)	清明 穀雨

場所：大阪府中央区淡路町2-1-1 堺筋千島ビル6階  
おあしすランゲージラボラトリー

定員：10名

教材：オリジナルテキスト

受講料：1コマ(55分)につき 2500円(教材費含む)

〔講師紹介〕

永井麻生子 中国語翻訳者、国際中医薬膳管理師

翻訳書：『シャオミ 世界最速1兆円 IT企業の秘密』 『ジャック・マー アリババの経営哲学』 『アリババ帝国』 『中国モノマネ工場』 他、翻訳書多数。能楽DVD『大和奏曲』字幕。ブログ『ごきげん薬膳ごはん』で薬膳料理ランキング1位



上海中医薬大での勉強を深めるために、気軽に一度、聴きにきてみてください。お待ちしております。次回は11月24日に開催です。

お申し込み・お問い合わせは  
お気軽にLINEへ



主催・問い合わせ：漢方ラボ  
西村かおる(090-2700-1350)  
Lineが使えない方、もっと知りたい方は  
上記の電話番号まで

