阪神電気鉄道 ＋ 学校法人 兵庫医科大学

阪神沿線 健康講座

＼ 受講者募集！ **参加無料（事前申込制）** ※先着順。定員に達し次第受付を終了します。 ／

梅田サウス カンファレンスルーム 大阪梅田ツインタワーズ・サウス11階

阪神大阪梅田駅
東口・百貨店口より徒歩約1分

各回共通【時間】13:30〜15:00【受付時間】12:30〜【定員】150名

2026 12.5(土) ―申込締切― 12.2(水)17:00

その悩み、漢方治療で治してみませんか？
―朝の不調・頭痛・めまい・気象病―



【講師】兵庫医科大学病院 漢方診療センター 中島 正光（なかじま まさみつ）

2027 2.6(土) ―申込締切― 2.3(水)17:00

医師が教える！自分に合った人間ドックの選び方と、毎日すっきり腸活術



【講師】兵庫医科大学 梅田健康医学クリニック 富田 寿彦（とみた としひこ）
西井 謙夫（にしい のりお）

超音波検査 体験コーナー 梅田健康医学クリニック 12:30〜13:30 参加無料

※体験コーナーは当日の講座受講者に限らせていただきます。※先着順に受付いたします。時間の都合上、お受けできない場合があります。

兵庫医科大学 平成記念会館

阪神武庫川駅 西改札口より徒歩約3分
※平成記念会館は阪神電車本線の北側です。西改札口すぐ右手線路沿いに北側に出る通用口（トンネル）がございます。

各回共通【時間】13:30〜15:00【受付時間】12:30〜【定員】200名

2027 1.23(土) ―申込締切― 1.20(水)17:00

あなたの腰は100歳まで大丈夫？
―専門医が教える腰痛の原因と予防法―



【講師】兵庫医科大学病院 整形外科 有住 文博（ありずみ ふみひろ）

2027 3.13(土) ―申込締切― 3.10(水)17:00

認知症は「治る」の？
―予防・治療を正しく知ろう―



【講師】兵庫医科大学病院 脳神経内科/認知症疾患医療センター 渡邊 将平（わたなべ しょうへい）

健康測定 体験コーナー 12:30〜13:30 参加無料

※体験コーナーは当日の講座受講者に限らせていただきます。
※先着順に受付いたします。時間の都合上、お受けできない場合があります。

特典 受講アンケートにご回答いただいた方全員に、ドリンク（乳酸菌飲料など）をプレゼント！
※お一人様につき1つとなります。プレゼント商品は回ごとに異なります。 提供：アサヒ飲料株式会社

感染症などの対応については、各自のご判断で、マスクの着用・手指の消毒をお願いいたします。

※主催者側の事情により、イベント内容の変更、もしくは中止となる場合がございます。詳細は、「阪神沿線活性化WEBサイトエンカチ」イベント情報ページをご確認ください。

【主催】阪神電気鉄道株式会社　学校法人兵庫医科大学
【お問い合わせ】クリエートにしのみや（(株)ウェルビーイング阪急阪神 運営）※「阪神沿線健康講座の件で」とお伝えください。
TEL 0798-81-3888（10:00〜17:00）※火曜日定休

阪神電気鉄道 ＋ 学校法人 兵庫医科大学

阪神沿線 健康講座

参加無料・事前申込制

申込方法 当講座は**事前申込制**です。

イベントの詳細・お申込みは「阪神沿線活性化WEBサイト エンカチ」イベント情報ページをご覧ください。

エンカチ　健康講座　検索

＼お申込みはこちら！／

梅田サウス カンファレンスルーム 大阪梅田ツインタワーズ・サウス11階

2026 12.5(土) その悩み、漢方治療で治してみませんか？ –朝の不調・頭痛・めまい・気象病–

申込締切 12/2(水)17:00まで

朝起きられず、頭痛・めまい・倦怠感が強く学校や仕事に行けない一方、夕方は元気になる夜型体質を、我々は「フクロウ体質」と提唱しています。成人だけでなく子どもや若い人にも多くみられます。気象病、片頭痛、自律神経失調症や起立性調節障害などと診断され、苦しまれている人が多くおられます。そして、漢方薬治療などにより症状が改善し、日常生活を送りやすくなる方もおられます。一人でも多くの方の力になれるよう、漢方薬治療をご紹介します。



【講 師】
兵庫医科大学病院
漢方診療センター
中島 正光（なかじま まさみつ）
【専門領域】
漢方専門医、総合内科専門医、
和漢医薬学会理事長、
日本東洋医学会理事、
東亜医学協会元理事長

2027 2.6(土) 医師が教える！自分に合った人間ドックの選び方と、毎日すっきり腸活術

申込締切 2/3(水)17:00まで

人間ドックや健康診断は、自覚症状のない段階で生活習慣病やがんを見つけ、病気の予防や早期治療につなげる大切な機会です。本講座では、前半に健康診断と人間ドックの違いや、自分に合った受け方、検査結果を健康管理に生かすポイントを、後半に腸の働きや腸内細菌、今日から実践できる腸活、便秘が起こる仕組みや最近の治療、医療機関を受診すべき症状について、専門医が分かりやすく解説します。毎日の生活に役立つ知識を楽しく学べる講座です。



【講 師】
兵庫医科大学 梅田健康医学クリニック
富田 寿彦（とみた としひこ）
【専門領域】
消化器内科、消化器内視鏡、
便秘・機能性消化管疾患



【講 師】
兵庫医科大学 梅田健康医学クリニック
西井 謙夫（にしい のりお）
【専門領域】
一般内科、消化器内科、消化器内視鏡

兵庫医科大学 平成記念会館

2027 1.23(土) あなたの腰は100歳まで大丈夫？ –専門医が教える腰痛の原因と予防法–

申込締切 1/20(水)17:00まで

人生100年時代を迎え、健康寿命を延ばすためには、腰の健康を保つことが大切です。しかし、「腰が痛くて、思うように体が動かない」とお困りではありませんか？ 腰痛は多くの方が経験する身近な症状ですが、さまざまな要因が関係しています。本講座では、腰痛が起こる仕組みや背骨の曲がりについて、専門医がわかりやすくお話しします。また、原因に応じた治療の考え方や、腰痛を予防するための日常生活の工夫について、一緒に考えていきましょう。



【講 師】
兵庫医科大学病院
整形外科
有住 文博（ありずみ ふみひろ）
【専門領域】
脊椎脊髄外科、骨粗鬆症

2027 3.13(土) 認知症は「治る」の？ –予防・治療を正しく知ろう–

申込締切 3/10(水)17:00まで

認知症は誰にでも起こり得る身近な病気ですが、予防や治療については誤解も少なくありません。本講座では、認知症の前段階の可能性があるMCI（軽度認知障害）に気づくポイントからさまざまな認知症の特徴を分かりやすく解説します。さらに、日常生活で実践できる認知症の予防法や最新の治療薬の現状について正しく理解を深めていきたいと思います。不安を安心に変え、自分や家族の未来のために今できることを一緒に考えてみませんか？



【講 師】
兵庫医科大学病院
脳神経内科/
認知症疾患医療センター
渡邊 将平（わたなべ しょうへい）
【専門領域】
神経内科全般、神経変性疾患