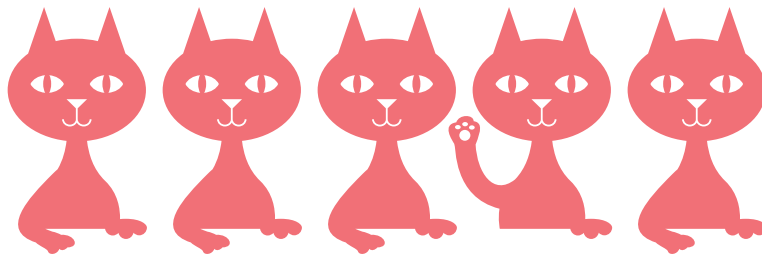


～区政報告会&としまの未来について話そう会～

# 知る・考える・つながる講座

第3回



私たちの豊かな生活に必要なのは、友達？ 趣味？ 健康？ 情報？  
やっぱりお金？ 地域に何が 필요한のか、一緒に考えてみましょう。

## 漢方と女性のからだと心

講師 久保田佳代さん(薬剤師・心理士・西巣鴨中学校学校薬剤師・株式会社気生代表取締役)  
司会と報告 塚田ひさこ(豊島区議会議員)

コロナでしばらくお休みをしていましたが、  
7月から講座を再開します！

久保田さんは、漢方薬師としてまた心理士としても、これまでたくさんの女性たちの話を聞いてきました。仕事や子育て、また不妊や妊娠、更年期と行った女性特有の悩みに加え、ライフスタイルが多様になった今、女性たちの抱える悩みもまた複雑化しているとも感じています。

今回、女性のからだと心がなぜ不調になるのか？ そのメカニズムやそれに対して、漢方がどのような薬効を持っているのか、自分の心身の声を聞くとはどういうことなのか？ などについてお話をさせていただきます。

また久保田さんは、女性たちが「豊かで楽しい暮らし」を送るためにも、漢方薬剤師として地域で貢献できることがあるのではないかと、ということも考えていらっしゃるそうです。

からだや心の悩みは、深刻になる前になんとかしたい。そのためにも「もっと地域で、情報が共有される、そして人がつながる」ことも必要です。そうした課題については、みんなで一緒に考えていきたいと思えます。

2022

定員  
20名

参加費  
無料

7/16(土)

14時～16時

(開場 13:30)

第1部は、久保田さんのお話  
第2部は、区政報告とグループトーク

\*お申し込みは [tsukada@toshima.site](mailto:tsukada@toshima.site) にメールください。

としま区民センター キッチンルーム

東京都豊島区東池袋 1-20-10 ※JR 他各線「池袋駅」(東口)より徒歩7分  
[https://www.toshima-mirai.or.jp/center/a\\_kumin/#list02](https://www.toshima-mirai.or.jp/center/a_kumin/#list02)



主催：つながる豊島の会

久保田さんオリジナルの「漢方茶」や「漢方スイーツ」の「レシピ」も楽しみながら、参加してくれた方々同士が、私たち女性の心身のことや、「こんな場所が地域にあつたらいいよね」など、気軽におしゃべりしながら、私たちが暮らす豊島区のことについても考えてみましょう。



久保田佳代(くぼた・かよ)父は乳児院院長、母は薬剤師、長女は歯科医、次女は眼科専門医という医療一家に産まれた。自らも薬剤師の道に進み、西洋医学を学ぶ一方で、人に向き合い、カラダとココロの両面から治療が行える漢方を志し20余年が経つ。昭和薬科大学卒業、老舗漢方薬局を経て、「氣生薬局」を開局。サプリメントアドバイザー、漢方茶マイスター、日本プロカウンセリング協会1級など多数資格取得。「不妊症改善における実力薬局100選」にも選ばれている。現在は南大塚に「氣生薬局」を構え、豊島区立西巢鴨中学校の学校薬剤師としての活動も行なっている。豊島区在住。



塚田ひさこ(つかだ・ひさこ)豊島区議会議員・編集者。香川県高松市生まれ。香川県立高松高校、成城大学卒業後、サントリー(株)など民間会社勤務を経て、2005年憲法と社会問題を考えるウェブマガジン「マガジン9条」(現「マガジン9」)の立ち上げからメンバーとして関わり、運営・企画・編集など事務局担当。2019年5月地方統一選挙にて初当選。  
連載「チャコの区議会議員物語」<https://maga9.jp/category/chako/>  
E-mail office@toshima.site



▲ウェブサイト

「知る・考える・つながる講座」とは? 新型コロナウイルス感染症の状況を注視しながら、そして「密」にならないように配慮をし、リアルな場での勉強会や区政報告会を定期的に行っていきます。地域のこと(遊び場や防災、仲間づくりのこと)をはじめ、さまざまなくらしと社会・そして区政とのつながりについて、情報共有したり話し合ったりする参加型の講座として、みなさんと一緒に作っていきたいと考えています。ご参加ください。

※詳細内容やゲストは、「知る・考える・つながる講座」の facebook や塚田ひさこの HP、twitter などでお知らせします。

