



順天堂大学医学部総合診療科学講座・病院管理学研究室教授。
各種研究の中で自律神経系バランスの重要性を痛感し、数多くのトップアスリートや文化人のコンディショニング、パフォーマンス向上指導に関わる。
著書に【なぜ「これ」は健康にいいのか?】、【聞くだけで自律神経が整う CD ブック】等。

講師著作
紹介



医者（医師）が考案した
「長生きみそ汁」
アスコム (2018/6/30)



医師（医師）が考案 小林式
自律神経ストレッチ
学研プラス (2019/9/26)



死ぬまで「自分」で
あり続けるための
「未来日記」
幻冬舎・(2019/12/19)

各種サービス

 託児サービス [完全予約制・先着順]

対象：生後3ヵ月から就学前まで
料金：1000円 / 1名あたり

申込締切
6月21日(日)

 聴覚補助をご希望の方

■ 要約筆記について [事前申込制]
(※調整の結果、ご要望にお応えできない場合もございます。)

申込締切
6月5日(金)

■ 赤外線補聴装置の貸出 [事前申込制]
お申し込み後、FAX・E-mailにて
詳しくご利用方法をご案内いたします。

申込締切
7月4日(土)

 手話通訳について


お席によっては手話通訳者が見えにくい場合があります。
ご希望の方は事前にご連絡をいただければ、スタッフが
当日見やすいお席までご案内いたします。

【各申込・問合せ先】三重県生涯学習センター (059-233-1151)
※講座申し込み時にも承ります。

みえアカデミックセミナー とは

三重県内にある全ての高等教育機関が有する高度な学びと県民のみなさんをつなぐ一大連携事業です。
各校の特色を活かしたバラエティ豊かなテーマのセミナーを展開しています。
三重県総合文化センターを会場にした「公開セミナー」と各校の資料を一堂に集めた「アカデミック展」を毎年7月から8月にかけて、県内各市町で「移動講座」を秋から冬にかけて開催しています。

申し込み・問い合わせ先

 三重県総合文化センター (公財)三重県文化振興事業団

三重県生涯学習センター (3階事務所)
tel.059-233-1151 / fax.059-233-1155

〒514-0061 津市一身田上津部田 1234
9:00 ~ 19:00 ※毎週月曜休館 (祝日の場合は翌平日)
E-mail: manabi-kouza@center-mie.or.jp
ホームページ: <https://www.center-mie.or.jp/manabi/>


生涯学習センター
ホームページ



ご記入いただいた個人情報は、購読に関する連絡のために使用させていただきます。
なお、お預かりした個人情報は、個人情報保護法に基づき、適切に管理いたします。
個人情報に関するお問い合わせは、公益財団法人三重県文化振興事業団 総務部 (Tel: 059-233-1103) まで。

申込用紙 みえアカデミックセミナー2020オープニング 小林 弘幸 講演会
自律神経と腸内環境で知る 本当の「健康」

センター
記入欄

キリトリ線 

受付日【 月 日 】
受付方法【 FAX 来館 】

名前	フリガナ	電話	()
名前	フリガナ	電話	()