

# 高渕維斗先生の健康セミナー

## [生活習慣病は、感情習慣病である]

### ～体のサインは心のサイン～

6月8日土曜日 14:00～15:00

場所：はぎはら眼科待合室



たかぶち いと  
高渕維斗 (旧姓 林維斗)

1968年多治見市笠原町生まれ  
多治見北高等学校卒業生



30年間で15万人のエコーを経験  
多くの著名人を担当しながらフリーランスの検査技師として  
現在都内5カ所の医療機関に勤務する。検査室での会話から  
身体の不調は心の不調からくるのだと確信。著書に「内臓が  
きれいになる、自分の整え方」(講談社)がある。

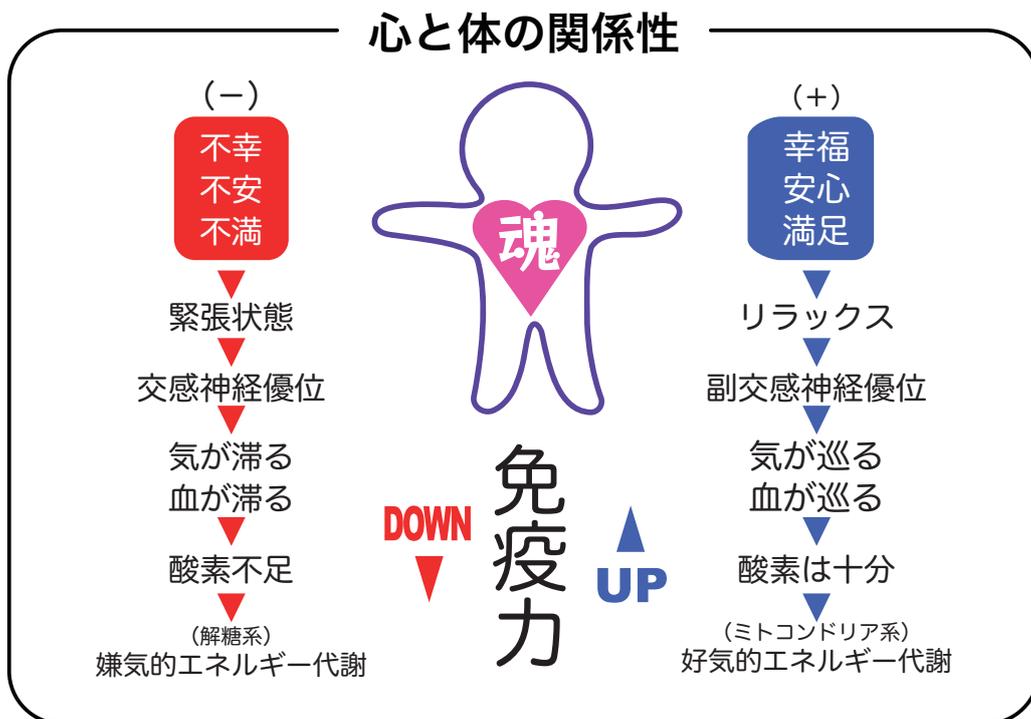
生活習慣病の代表は、癌、糖尿病、高血圧、高脂血症などです。眼科に関わる病気には糖尿病網膜症、高血圧性眼底などがあり、食べすぎ、運動不足などの生活習慣が原因だと言われています。しかし、なぜ食べ過ぎてしまうのか、なぜ運動が続かないのか、という根本的な要因に、『心』の問題があります。

心と体は繋がっています。

「体」の不調は、「心」からのメッセージなのです。

『生活習慣』を見直す前に『感情習慣』を見直すことで、根本的な原因にアプローチでき、体の不調も減っていき、大きな病気になるのを防げる可能性が充分あります。

心の不調を解決する方法、体にため込む仕組み、などなど、生活習慣病を撃退するお話をたくさんしたいと思います。



定員 25名 5月31日金曜日締切 お申し込みは受付まで

●院内の換気を十分に行い、スタッフの健康管理に努めます ●体調不良の方、体調不良の方と接触のあった方はご遠慮ください ●院内ではマスク着用、手指消毒をお願いします