

若者の心と体の健康応援フェスタ

あなたは、頭の中が“不安”でいっぱい、心がざわざわすることはありませんか？ 友人、家族、学校や職場での人間関係の悩み、就活や将来への不安など、さまざまなストレスが原因で“メンタル不調”を抱える人や、最近元気がでない、不安になってしまう、という人は少なくありません。シンポジウムでは「こころの健康」を保つための対策についてわかりやすくお伝えします！ ぜひご参加ください！

日程 2026年**10月16日**(金) (17:15~19:00)

開場 16:30~

会場 立正大学品川キャンパス 石橋湛山記念講堂
(東京都品川区大崎4丁目2-16)

参加方法 事前申込制(入場無料)

定員 300名

第1部 シンポジウム 17:15~18:40

不安な気持ちはなぜ起こる？ ~ストレスとの上手なつきあい方とこころの健康~



大野 裕

国立精神・神経医療研究センター
顧問



内藤 裕二

京都府立医科大学大学院
教授



大坪 天平

日本不安症学会 理事



司会

好本 恵

立正大学 非常勤講師



ゲスト

山之内 すすず

タレント

第2部 トークショー 18:40~19:00

セルフメディケーションのすすめ



藤井 隆太

日本家庭薬協会 副会長



司会

好本 恵

立正大学 非常勤講師



ゲスト

山之内 すすず

タレント

申込方法

▶ 申込専用フォーム
からの受付のみ
(お電話での申込は
できません)



問い合わせ先

「若者の心と体の健康応援フェスタ」事務局

問い合わせはこちら▶



※応募の受付等事務局業務は、主催者から委託を受けた(株)APSが行います。
 ※申し込み時にお知らせいただいた個人情報は、受付業務にのみ利用いたします。

「養生」という言葉が昔から日本にはあります。なんとなく体調が悪いという時には、栄養のある消化の良いものを食べて十分な睡眠をとる。病院に行く余裕がない時は、近所の薬局の薬剤師に相談して、家庭薬で様子を見ることも良い方法です。自分の健康に関心を持ち、自分で心と体の調子を整えること、「セルフケア」「セルフメディケーション」を実践しましょう。

日本家庭薬協会 副会長 藤井隆太

会場

立正大学

品川キャンパス
石橋湛山記念講堂

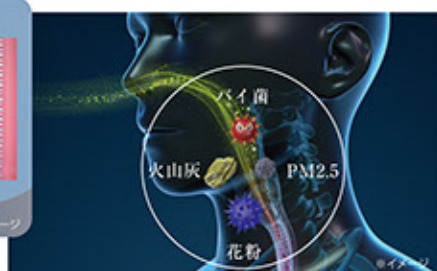


JR大崎駅、JR五反田駅より徒歩5分
 東急大崎広小路駅より徒歩1分
 東急不動前駅より徒歩13分

のどの バリアに、龍角散。

ゴホン！といえば
龍角散
Ryukakusan

龍角散ダイレクトはのどの粘膜に微粉末生薬成分が直接作用、
線毛運動の働きを活発にして異物の排出を促進します。



水なしで飲む、のど直接うるおう
龍角散ダイレクト

生薬製剤
 シュガーフリー
 眠くなる成分未配合

※服用の際は説明書をよくお読み
 のうえ、正しくお使いください。



龍角散ダイレクト スティックミント 第3類医薬品
 龍角散ダイレクト スティックピーチ 第3類医薬品
 龍角散ダイレクト トローチマンゴー-R 第3類医薬品

たん、せき、のどの炎症による声がかれ・のどのあれ・のどの不快感

株式会社龍角散 お客様相談室 03-3866-1326 (土・日・祝日を除く) ※「龍角散」「龍角散ダイレクト」「ゴホン！」といふは「龍角散」の登録商標です。



東京ミルクチーズ工場

東京ミルクチーズ工場は、
世界中から厳選した
上質な素材を使用し、
驚きのあるレシピで新しい
おいしさを生み出してきました。

こだわりの詰まった
スイーツを、日本から世界へ。

これからも、
東京ミルクチーズ工場の
新しいおいしさを、
世界中にお届けします。



健康は、 毎日の家庭料理から

素材のおいしさを引き出して、毎日の料理をより豊かに。
 長く使える確かな品質と、使うたびに実感する心地よさ。
 ビタクラフトは、料理を通して健やかな暮らしを支えます。

