

八王子学園都市大学

いちよう塾

日時 2026年6月13日(土) 13:30~15:00

会場 八王子学園都市大学 イベントホール
八王子市旭町9-1 八王子スクエアビル12階
(JR八王子駅前)

事務局 電話：042-646-5621 9:00~17:00(日曜・祝日を除く)

あなたの健康は “環境×情報”で決まる

～医師は健康診断結果をどう読み・判断しているのか～

講師 東京医科大学八王子医療センター 総合診療科
教授・科長 高橋 理

健康診断の結果を見て、何をどう考えればよいのか迷われた経験はありませんか。

数字は客観的に見えても、その受け止め方は人によって大きく異なり、自分ひとりで判断しようとするとう不安が生まれることもあります。

本講座では、数字をむずかしく捉えすぎず、自分の体のメッセージとしてやさしく理解するための“視点”をお伝えします。

体質や生活習慣といった自然な環境をふまえながら数字を読むと、安心して健康と向き合えるようになります。健康診断の紙を毎回しまい込んでしまう方や、これを機に自分の健康を見直したい方、今は気にしてなくても将来にむけて準備をと考えている方、気軽に参加いただける内容です。



東京医科大学八王子医療センター

総合相談・支援センター 医療連携室