

令和8年

# 東光苑オンライン講座

毎月  
午後 7時  
配信

2月  
25日（水）19時

YouTube

配信

## 「健幸」になる秘訣



加藤 真三

(慶應義塾大学名誉教授)

健幸とは、こころと身体が共に健やかな状態をさしていません。この講座では、こころと身体を整えるための生活について、腸内細菌と健幸の関係など、最近の医学的な知見もふくめて紹介したいと思います。



東京本部



東京本部  
YouTube

YouTubeにて過去の講座配信中。次回配信は3/25（水）19:00配信  
講題：『救いの神器、み手代』  
講師：鈴木林太郎（亀岡宣教センター・愛善宣教部長）