

2026년 7월, 출범 확정 제물포구·영종구 서구·검단구		<h1>보 도 자 료</h1>		<i>이제는 인천입니다</i> 2025 APEC INCHEON	
배포일자		2024년 4월 29일(월) 총 2매			
담당 부서	미추홀도서관	담당자	• 정보정책부장 박윤분 ☎440-6661 • 담당자 장윤선 ☎440-6668		
사진(이미지)		<input type="checkbox"/> 없음 <input checked="" type="checkbox"/> 있음	참고자료	<input checked="" type="checkbox"/> 없음 <input type="checkbox"/> 있음	
보 도 시 점		배포 즉시 보도하여 주시기 바랍니다.			

인천 미추홀도서관, 중장년을 위한 인생 수업 특강 운영
- 오는 5월, ‘내 몸을 지키는 건강 인문학’ 주제로 건강정보 강의 -

인천광역시 미추홀도서관은 오는 5월 중장년을 위한 인생 수업 특강 「내 몸을 지키는 건강 인문학」을 운영한다고 밝혔다.

강의는 신경원약선연구소 대표이자 약선 음식 전문가로 활발히 활동하고 있는 신경원 소장이 한의학에 근거한 질병의 음양 특성과 식생활 실천법에 대해 강의할 예정이다.

‘내 몸에 맞는 건강밥상’ ‘면역력 강화 폐 건강 식생활’을 주제로 오는 5월 7일과 14일 2회에 걸쳐 진행된다.

참여 대상은 중장년층 인천시민이며, 미추홀도서관 누리집이나 전화로 신청할 수 있다.

이상정 인천시 미추홀도서관장은 “중장년 세대들이 도서관에서 부동산, 경제 상식뿐만 아니라 일상생활에 도움이 되는 건강정보를 접하며 노후 준비의 기반을 다지는 기회가 되기를 바란다”고 말했다.

기타 자세한 내용은 미추홀도서관 누리집을 통해 확인하거나 전화로 문의하면 된다.

(인천시 미추홀도서관 ☎032-440-6668)

〈붙임〉 홍보 포스터 1부.

2024년 상반기 중장년 인생수업

내 몸을 지키는 건강인문학

www.michuholib.go.kr



- 신경원(現 신경원약선연구소 소장)
- 원광대학교 한의학 박사
- KBS <아침마당>, 연합뉴스TV 방송초청 특강, MBC특집다큐 <농업이 미래다> 농업식품 효능 자문 등

<1차시>
5.7.(화) 14시~16시

"내 몸에 맞는 건강밥상"

- 한의학으로 보는 질병의 음양 특성
- 내 몸의 음양 특성과 음식궁합

<2차시>
5.14.(화) 14시~16시

"전신활력 껴 건강 테라피"

- 전신활력 면역력 Up 생활건강관리
- 활력충전 면역력 음식 보약

운영일시
2024. 5. 7. ~ 5. 14.
매주(화) 14:00~16:00

운영장소
세미나실1(3층)

신청기간
2024. 4. 22.(월) ~ 마감 시

신청방법
미추홀도서관 누리집 및 전화접수
(032-440-6668)

인천광역시 미추홀도서관
Incheon Metropolitan City Michuhol Library