



「未病の日」制定

12月17日が「未病の日」に制定されました。

未病とは放置すれば病気に向かう状態を指します。

現代では「自覚症状はないが検査では異常がある状態」と

「自覚症状はあるが検査では異常がない状態」を合わせた状態を指します。

暴飲暴食をさけ、自分で体調管理に気をつけ、病気にならない生活を

一般社団法人

日本未病システム学会

詳しくはこちらから

<http://www.j-mibyouto.or.jp/mibyotowa.htm>