

必見

# 冷えとり専門医が教える温活セミナー ～冷え症克服・免疫力アップ～

体に冷えが蓄積されると、本来身体に備わっている体温調節機能が低下し、季節の温度変化に適応できなくなり、冷えが慢性化してきます。また冷えは免疫力を低下しガンや感染症など様々な病気やメンタル不調にも繋がります。女性ばかりでなく、男性やお子様も、「冷え」に対して無防備になっていませんか？

今回は、冷えとり専門医の川嶋朗先生から、普段から手軽に実践できる「川嶋流の冷えとり方法」を紹介していただきます。コロナ、インフルエンザ感染予防のためにも冷えとりを学び防衛しましょう。



【日 時】 2023年2月27日（月）19：30～21：30  
（後日アーカイブ視聴できます）

【場 所】 zoom（オンラインのみ）

【講 師】 川嶋 朗 先生（神奈川歯科大学特任教授）

【参加費】 2,500円

【主 催】 公益社団法人 日本厚生協会

【問合せ】 seminar2@kousei-kyoukai.or.jp

【申込み】 <https://x.gd/1iFL4> →



## 《川嶋 朗先生プロフィール》

北海道大学医学部卒業。東京女子医科大学大学院修了。ハーバード大学医学部マサチューセッツ総合病院、東京女子医科大学、同附属青山自然医療研究所クリニック所長、東京有明医療大学教授などを経て現職。

自然治癒力を重視し、近代西洋医学と補完代替医療を統合した医療を神奈川歯科大学大学院で実践中。冷え研究の第一人者で、また「よりよく生きる」「悔いのない、満足のいく人生を送る」ための心得として、「自分の理想的な死とは何か」を考えるQOD（クオリティ・オブ・デス＝死の質）の提唱者。

主な著書に、『心もからだも「冷え」が万病のもと』（集英社新書）、『医者が教える死ぬときに後悔する34のリスト』（アスコム）、『「がん」も「うつ」も体温が低い』（KAWADE 夢新書）、キレイが目覚めるドライヤーお灸（現代書林）、死に方革命（ワニブックス【プラス】新書）、毎日の冷えとり漢方（河出書房）他多数。