

免疫力アップで みんな笑顔全開！

《町中みんな『免疫力アップ!』を目指しましょう!》

新型コロナウイルスやインフルエンザの感染が流行する中、最も注目されているのが『免疫力』です。「ホンマでっか!?TV」など、各種メディアにも多数出演されている石原新菜先生から、『免疫力アップ』のための食生活や生活で気を付けるべきことを学びませんか？

日 程 令和7年3月8日（土） 14:00~15:30

会 場 はぴあ八雲 コミセンホール

参 加 費 無料

対 象 一般町民

（家庭教育支援講座及び家庭教育講演会として開催しますが、
内容に関心をお持ちの方ならどなたでも参加いただけます）

申 込 2月28日（金）までに八雲町公民館へ申し込みください

（TEL 0137-63-3131）二次元バーコードも利用可▶



講師紹介

いし はら にい な
石原 新菜 氏（イシハラクリニック副院長、温活ドクター、健康ソムリエ他）

1980年長崎県生まれ。二児の母。
2000年4月帝京大学医学部に入学。
2006年3月卒業、同大学病院で2年間の研修医を経て、現在父、石原結實のクリニックで主に漢方医学、自然療法、食事療法により、種々の病気の治療にあたっている。
クリニックでの診察の他、わかりやすい医学解説と親しみやすい人柄で、講演、テレビ、ラジオ、執筆活動と幅広く活躍中。著書は13万部を超えるベストセラーとなった『病気にならない蒸し生姜健康法』をはじめ、『「体を温める」と子どもは病気にならない』、『研修医二ーナの731日』等70冊を数える。監修した書籍を含めると100冊を超え、韓国、香港、台湾、ベトナムでも翻訳され出版されている。



主催：八雲町教育委員会

主管：八雲町地域教育力活性化推進協議会・八雲町女性連絡会議
八雲町社会教育推進委員会