

# イーマ10月（第143回）例会のご案内

主催：特定非営利活動法人アイエイチエムエージャパン（イーマ） 理事長 根木 孝朗

ようやく猛暑が和らいできましたが、台風の発生が続いております。皆さんお元気ですか。8月例会では自然療法医の小林びんせい先生から体に優しい治療法と健康法についてのお話を伺いました。

今回は虹橋クリニック副院長の仲真美子先生にお話しいただきます。仲先生は生活習慣病、食育、健康づくり、女性のがんについて貢献活動を活発にされております。著書の中でもリバウンドをすることのないダイエット、健康で一生太らない体をつくる方法について述べておられイーマの推進する健康で生き生きとした生活を送るために必要な生活習慣改善について専門的にお話いただきます。

先生にはイーマ設立当初より何度かご登壇いただいておりますが、大変素晴らしいそのお話をお伺いしたく再度ご登壇いただきます。ぜひお知り合いや友人をお誘いの上、ご参加ください。

**日時：平成 30 年 10 月 12 日(金曜日) 18:00～20:00**

**テーマ：からだを作りかえよう**



**講師：仲 真美子 先生 医学博士 虹橋クリニック副院長**



**【プロフィール】**

1975年 東京医科大学医学部卒  
1997年 (財)東京都健康づくり推進センター指導科医長  
2012年 医療法人社団葵会 AOI 国際病院 健康管理センター所長  
2017年 アスクレ東京クリニック院長 2018年より現所属  
専門分野は内科血液、健康づくり、健康づくり介入事業の医療経済効果

**【学会所属】** 日本内科学会認定内科医、日本医師会認定産業医、  
健診ドック専門医、日本医師会認定健康スポーツ医・・・他

**【著書】** 「一生太らない体のつくりかた」(幻冬舎) 他

**【会場】** 四谷地域センター11階 集会室2・3 (東京都新宿区内藤町 87)

地下鉄丸の内線「新宿御苑前」駅徒歩5分

**【参加費】** 2,000円 (懇親会は希望者実費)

**【参加申込み】** メール honbu@ihma.or.jp FAX03-5225-1522 まで



ご氏名： (紹介者 )	
ご連絡先：電話または FAX	
<b>【例会】</b> ご参加 ( ) 名	メールアドレス