

参加費
無料

金城流

コロナ・インフルに負けない 自己免疫力のつけ方

いま大注目の「自己免疫力」。免疫力とは、「感染・病気・望まない侵入生物」を避けるために必要な、身体の自己防衛システムです。ワクチンだけに頼らない、感染症にかかりにくくするための免疫強化理論と免疫力アップのための簡単運動ワークショップ。

参加者には特別に「肌年齢」と「深部体温」を測定、さらに金城先生の著書をプレゼントいたします！

2021年 **5月23日** (日曜日)
11:00~12:30 10:45より受付開始
中野サンプラザ 11階 (プロッサム)

ウェルネスアカデミー
限定 **30** 名

フロントにてお申込みください
ウェルネスアカデミーへのご登録もお済ませください



lecturer **金城 実** kinjyo minoru

東京生まれ、東京都立小石川高校卒業。1981年岡山大学医学部卒業。その後、アルバートアインシュタイン医科大学に留学。医学博士号を取得後、岡山大学附属病院麻酔科病棟医長を経て、予防医療の実践のため1996年独立。2004年に分子栄養学・運動生理学など医学的な根拠に基づくにドクターセルフチェックプログラムをリリース、2018年「日本一わかりやすい健康経営」を出版し、メディアでの積極的な啓蒙活動及び健康経営の普及に精力的に取り組んでいる。

現在、沖縄県政策参与、株式会社MDジャパン 代表取締役、一般社団法人日本予防医療協会 代表理事
著書「日本一わかりやすい健康経営」(2018.プレジデント社)

「免疫は発酵食品でぐんぐんあがる」(2021.プレジデント社)



発熱のある方の
入場はご遠慮願います

マスク



検温



消毒



距離



換気



……ご不明な点は、お気軽にお問合せ下さい……

<http://www.tac-net.info>

厚生労働大臣認定健康増進施設

厚生労働省指定運動療法施設

0120-846045

フリーダイヤルが繋がりにくい時は、
こちらの番号におかけ下さい。
03-3384-2131(代)



TAC 東京アスレティッククラブ



TACの正会員様が元気にハツラツと生活していくことを提案する
メンバーシップコミュニティ

TAC ウェルネスアカデミー

Wellness Academy

TACウェルネスアカデミーへのご参加にはエントリーが必要です。

あなたは正会員、正会員のご家族、ご友人ですか？

はい



フロントにてエントリーください

★エントリー方法は簡単！

フロントで、「ウェルネスアカデミーの登録がしたい」とお声掛けください

その場で「会員番号」「メールアドレス（或いは電話番号）」を申し出たらエントリー完了！

★エントリー料は無料！

エントリーいただいた方のみに、ウェルネスアカデミーの次回ご案内を差し上げます

いいえ



申し訳ございません。こちらの内容は、正会員とご家族、ご友人の方のみの登録制プログラムとなります

……ご不明な点は、お気軽にお問合せ下さい……

<http://www.tac-net.info>

厚生労働大臣認定健康増進施設

厚生労働省指定運動療養施設

0120-846045 03-3384-2131(代)



TAC 東京アスレティッククラブ