

# 楽しく食べて美しく

2023年「中医薬の日」記念事業

中医学と栄養学の最強コンビでエレガントな免疫をつくる



エリカ・アンギャル氏

ミス・ユニバース・ジャパン公式栄養コンサルタントとして、知花くらら(2006年世界2位)、森理世(2007年世界1位)をはじめ、世界の美女を目指すファイナリストたちに「美しくなる食生活」を指南。栄養学、薬理学、生理学など予防医学における幅広い専門知識を駆使し、「内側から美しく、心も身体もすこやかに輝く」をテーマに、ハッピーな毎日のため食とライフスタイルを発信している。著作は「最強でエレガントな免疫を作る100のレッスン」他多数。



【主催】日本中医薬研究会  
【後援】イスクラ産業株式会社

毎年10月11日は「中医薬の日」。今年のセミナーは“免疫”がテーマです。ゲストには免疫についての著書が好評の美と健康のスペシャリスト、エリカ・アンギャルさんをお招きしました。中医学の考え方にも通じる予防医学の見地から、美と健康について情報発信されているエリカさん。本セミナーでも、栄養学をはじめとする豊富な知見のもとにレクチャーしていただきます。また、琉球料理研究や国際中医薬膳師としてもご活躍中の渡辺克江さんをお迎えしたトークセッションでは、免疫力アップについて中医学の専門家からの解説もあります。楽しいおしゃべりの中から、私たちの身体を守る免疫について学んでみませんか？

渡辺克江氏



那覇市出身。琉球放送アナウンサーを経て、2000年から沖縄第一ホテルの二代目女将を務める。野菜ソムリエプロ、国際中医薬膳師。

YouTube オンライン無料セミナー

日時

2023年  
10/29 (日)  
13:00~

参加方法

YouTube Liveにて配信〈参加無料〉

<https://youtube.com/live/GVJF9Fu2hh8>



お申込みは不要です。  
上記URLまたは二次元コードからアクセスしてご視聴ください。

アーカイブ

下記プログラムのうち、トークセッションのみ上記URLにてアーカイブ配信いたします。

\*エリカ・アンギャル氏の講演はLIVE視聴のみとなります。アーカイブ配信はございませんので、あらかじめご了承ください。

プログラム

- 13:00 ● 開演
- エリカ・アンギャル氏講演
- トークセッション  
「胃腸は健康の要—中医学の観点から—」  
登壇：エリカ・アンギャル氏／渡辺 克江氏  
萬代 誓 (日本中医薬研究会 健康長寿育成プロジェクトリーダー)
- 14:30 ● 閉演予定

immunity beauty