

家族みんなの

冷え対策

冷えは女性だけのものではなく、男性や子どもにも及び寄っています。むしろ、冷えに疎い男性や子どもは対策を怠りがちで心配。冷えに敏感な女性が主導し、家族全員で冷え対策に取り組んでいくことが求められています。冷え対策の第一人者、川嶋朗先生にお話をうかがいました。

東京有明医療大学保健医療学部鍼灸学科教授
東洋医学研究所附属クリニック自然医療部門

川嶋朗 先生

かわしまあきら 北海道大学医学部卒業。ハーバード大学医学部留学などを経て、現職に至る。西洋医学と代替・補完・伝統医療を統合した医療を目指す。日本抗加齢医学会評議員、日本東方医学会理事。西洋医学では、腎臓病学、膠原病、高血圧などが専門。著書に「心もからだも「冷え」が万病のもと」(集英社新書)他多数。

