

## 安田 和人（やすだかずと）



ビタミンをはじめさまざまな栄養素、あるいはもうひとつの専門である検査（健康診断）など長年の経験と研究をもとに、最新の医学情報を加味し、病気を防ぎ、健康を守る食事法や生活法、また現代社会を生きる現代人の健康生活についてわかりやすく、食事法だけでなく生活面まで具体的なアドバイスを含めて語ります。

### プロフィール

---

東京大学医学部卒。

帝京大学医学部臨床病理学教授を経て、現在、女子栄養大学大学院教授。

帝京大学医学部名誉教授。

ビタミン博士としても知られる栄養学の世界的権威、  
医学博士、内科医

#### 《テレビ出演》

おもいっきりテレビ（NTV）、発掘！あるある大事典（フジテレビ）、スパスパ人間学！（TBS）レディスフォー（テレビ東京）

他多数

#### 《著書》

「早死にする食品 長生きする食べ方 最新栄養学でわかった」主婦と生活社

「ビタミンの摂り方がわかれば万病に克てる！」成美堂出版

「あなたに必要なビタミンを教えます—5歳若くなる!ガンを予防する!」かんき出版

「ビタミンはこんなに効く 種類、効用・利用法がひと目でわかる」主婦と生活社

「新・検査結果なんでも早わかり」主婦の友社

他多数

※講演では、「生活の中でビタミンやミネラルと正しく付き合う方法」などを中心に健康を守る食生活の方法から、老化を防ぎ病気から身を守る生活の仕方、ちょっとした運動法などをユーモアをまじえて話します。

その他、ご要望に応じたテーマ、内容で話を構成いたします。

株式会社ビコーズ