

各 位

2022年3月4日

株式会社 山と溪谷社

<https://www.yamakei.co.jp/>

**【3月8日(土)の国際女性デーの日にイベント開催】『心と体が潤う 食薬ドリンク図鑑』発売記念 大久保愛さんトーク&サインお渡し会。テーマは「家庭にストックしておきたいお茶とは!？」**

インプレスグループで山岳・自然分野のメディア事業を手がける株式会社山と溪谷社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：二宮宏文）は、『心と体が潤う 食薬ドリンク図鑑』（大久保愛：著）の発売を記念して、「家庭にストックしておきたいお茶とは!？」をテーマに、食薬の第一人者で薬剤師の大久保愛さんによる講演会を開催いたします。当日はオンラインでの参加も可能です。



水分、ちゃんととれていますか？ 飲んでいる！という人でも実際、計量するとカフェインやアルコール以外での摂取が少ないことも。生まれた時には、体の80%近くあった水分量が老化に伴い50%近くまで減少します。加齢に伴い水分の必要性は増していきますが、喉が渇く感覚が鈍り、体はかくれ脱水状態となっていることも少なくありません。

“老化とは、乾燥への推移である”ともいわれており、水分を保持することは美容だけではなく、心と体の健康を保つためになくてはならないもの。体内の水分を保持することは最強のエイジングケアとなります。適切に水分を摂取することは、何か新しいサプリをとるよりも役立つこと。ということで、今回は機能性の高い様々な薬膳茶を活用し、水分を適切に摂取する方法をお伝えします。家庭の台所に食薬を充実させていきましょう。

当日は、会場限定で、食薬にまつわるサンプル配布や試飲なども予定しています。



## <イベント情報>

◆日時:2025年3月8日(土)13:00~15:00

※トークは約60分。トーク終了後、サイン会、サンプル配布、試飲を予定しております。

◆場所:誠品生活日本橋内 イベントスペース「FORUM」

◆定員:会場観覧 40名

◆参加費:対象書籍『心と体が潤う 食薬ドリンク図鑑』(1,870円)をイベント当日に店頭にてお買い求めください。

◆会場参加の詳細・お申込み:<https://seihin0308syokuyaku1.peatix.com>

◆オンライン参加の詳細・お申込み:<https://seihin0308syokuyaku2.peatix.com>



### 【著者プロフィール】

大久保愛

食薬の第一人者、薬剤師、国際中医美容師、国際中医師、食薬アドバイザー、薬膳料理家、BESJ 認定ピラティスインストラクター、特急コスメコンシェルジュ、臨床分子栄養学研究会認定カウンセラー。アイカ製薬株式会社代表取締役、一般社団法人腸内細菌検査協会理事、日本高麗人参協会会長、和漢の森開発責任者など。秋田の山で薬草や山菜を採りながら育ち、漢方や薬膳に興味を持ち自身のアトピー性皮膚炎を改善。北京中医薬大学で漢方・薬膳・東洋の美容などを学び、日本人初の国際中医美容師資格を取得。年間2000人以上の漢方相談に応えてきた実績をもとにAIを活用したオンライン漢方・食薬相談システム『CrowdSalon®』を開発し特許を取得。『食薬アドバイザー®』資格養成、食薬を毎月楽しめる「食薬キット」の販売、基礎化粧品「イミインラボ」の開発とTVショッピングQVCでの販売などを行う。著書『心がバテない食薬習慣』(ディスカヴァー・トゥエンティワン)は発売1か月で7万部突破のベストセラーに。そのほか『心と体が強くなる! 食薬ごはん』(宝島社)、『食薬事典』(KADOKAWA)、『食薬ごはん便利帖』(世界文化社)、『組み合わせ食薬』(WAVE出版)、『食薬スープ』(PHP)など著書多数。「ホンマでっか! ? TV」、「王様のブランチ」、「食薬手帳」(ディスカヴァー・トゥエンティワン)、講演会などメディアを通じて食薬を普及をしている。

<https://aika-inc.co.jp/>

Instagram @aivonne85

### 【書誌情報】

書名 『心と体が潤う 食薬ドリンク図鑑』

著者 大久保 愛

定価 1,870円(本体1,700円+税10%)

発売日 2025年3月5日(水)

仕様 224ページ/A5判/2色刷

ISBN 9784635450799

商品詳細 <https://www.yamakei.co.jp/products/2824450790.html>

【山と溪谷社】 <https://www.yamakei.co.jp/>

1930年創業。月刊誌『山と溪谷』を中心とした山岳・自然科学・アウトドア・ライフスタイル・健康関連の出版事業のほか、ネットメディア・サービスを展開しています。  
さらに、登山やアウトドアをテーマに、企業や自治体と共に地域の活性化をめざすソリューション事業にも取り組んでいます。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：松本大輔、証券コード：東証スタンダード市場 9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。  
さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

---

【本件に関するお問合せ先】

株式会社山と溪谷社 担当：岩名

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-105 神保町三井ビルディング

TEL03-6744-1900 E-mail: [info@yamakei.co.jp](mailto:info@yamakei.co.jp)

<https://www.yamakei.co.jp/>