

## 【THE EAT(人生が劇的に変わる驚異の食事術)】2020年8月3日よりAmazon、全国大型書店にて発売！ Amazon 食・栄養分野1位・ジュンク堂・池袋本店-週間・女性実用書ランキング1位 となり重版決定！！

予防医学先進国アメリカの最新知識を学ぶ「バーチャルヘルスコーチ養成講座」(<http://healthexpert.jp/coach.html>)を主宰している一般社団法人ヘルスエキスパート協会(事務局:東京都港区 代表理事:高野五輪夫)は、「予防医学」の知識を日本全国に啓蒙する Dr.ジョーンズと石川勇太(life changer 代表)の共著書「THE EAT~人生が劇的に変わる驚異の食事術~」がAmazon 他大型書店にて出版したことを発表し、発売後、Amazon(食・栄養分野)1位、ジュンク堂書店・池袋書店(週間・女性実用書)ランキング1位となり、発売後、約1ヶ月というスピードで重版が決定しました。



### 【仕事もプライベートも激変する驚異の食事術とは?!】

本書は、これまでハリウッド女優や、多くのエグゼクティブを指導し、彼らの人生の成功をもたらしてきたアイザック・H・ジョーンズ博士と、ビジネスパートナーの石川勇太氏がタックを組んで書き上げた、「驚異の食事術」。ジョーンズ博士が以前出版した『超一流の食事術』も大ヒットし、記憶に残っている読者も多いのではないだろうか。

今回の書籍の中には、石川氏が自ら実践し、驚異的に仕事のパフォーマンスをアップさせ、人生を劇的に変えるきっかけとなった食事術が、惜しみもなく披露されている。

特に、コロナ時代を生き抜く知恵が随所に散りばめられており、様々な実験データをもとにした、免疫力をアップさせる具体的なスーパーフードに関する記述が満載。

さらに、昼食後も眠くならず、仕事の生産性をアップする食事法も身につくことから、サラリーマン諸氏の年収アップも夢ではなくなるなど、読めば読むほど、人生に必読の書であることを噛み締める内容

となっている。

## 【書籍概要】

書籍名：「THE EAT～人生が劇的に変わる驚異の食事術」

分野・種類:食・栄養分野 健康・趣味実用書

小売価格：1,540 円（税込）

発売日：2020 年 8 月 3 日（月）

出版社：扶桑社

販売店：全国の主要書店及び Amazon.com にて絶賛発売中

## 【書籍特徴】

- 予防医学で世界を牽引する、アメリカ発の最新栄養学の知識が満載
- 糖質の過剰摂取を抑えるべきポイントを分かりやすく解説
- 摂るべきアブラと絶対に避けるべき危険なアブラを徹底解説
- あなたの脳が冴えまくる 5 つのルールとは？
- 脳を活性化させる食品と最新サプリメント情報
- ウイルスに負けない免疫力を上げるスーパーフードの最新情報
- アンチエイジングに欠かせない方法とは？
- 現代人を蝕む毒素とは？！また、毒素を排出する方法とは？
- 痩せながらパフォーマンスをアップさせるデトックス法とは？

## 【会社概要】

会社名：一般社団法人ヘルスエキスパート協会

代表者：代表理事（CEO） 高野 五輪夫

所在地：東京都港区芝 4-7-6 芝ビルディング 704

TEL：03-6912-1945

URL：<http://healthexpert.jp/>

E-Mail：[support@healthexpert.jp](mailto:support@healthexpert.jp)

事業内容：学習支援・資格付与事業

（アメリカの最新「予防医学」のプログラムを養成講座として提供、資格を付与して、「ヘルスコーチ」として自立するためのサポート全般をする事業）

## 【本件に関するお問い合わせ】

担当者：小西 美奈

TEL：03-6912-1945

E-Mail：[support@healthexpert.jp](mailto:support@healthexpert.jp)

---