

～暮らしと健康を見直す！断熱対策と免疫力アップの秘訣～

# 健康セミナー 2025 In よこはま



2025年

1月23日 木

参加費無料

14:00 - 16:45

(受付開始は13時30分から)

## 開催概要

会場：横浜市役所 1階 アトリウム（横浜市中区本町6-50-10）  
主催：横浜市建築局住宅政策課、よこはま健康・省エネ住宅推進コンソーシアム  
運営：マテックス株式会社（よこはま健康・省エネ住宅推進コンソーシアム参加事業者）  
後援：一般社団法人ロングライフ・ラボ  
協賛：株式会社LIXIL、YKK AP株式会社、日本板硝子株式会社、一般社団法人横浜市建築士事務所協会、株式会社和工務店、株式会社ワイドアルミ、第一生命保険株式会社 横浜総合支社

## プログラム

### 1. 世界から見た省エネ ガラパゴス日本

～誰も置き去りにしない社会の実現のために～



森 みわ氏

パッシブハウス・ジャパン代表理事、キアーアーキテクト株式会社 代表取締役

ドイツとアイルランドの建築事務所にてパッシブハウスの建築プロジェクトに携わる。2009年3月に帰国し、鎌倉市に設計事務所キアーアーキテクトを設立する。同年8月にはドイツ発祥の省エネ住宅『パッシブハウス』を日本で初めて建築し、建築業界に大きな衝撃と影響を与える。2010年2月、ドイツのパッシブハウス研究所の正式窓口として一般社団法人パッシブハウス・ジャパンを設立。パッシブハウス認定審査、省エネ建築実務者の育成、生活者への情報発信など、持続可能な社会をめざし日々奮闘中。一般社団法人ロングライフ・ラボの理事も務める。

### 2. 住宅の断熱不足が健康に与える影響と対策



清水 雅彦氏

一級建築士、省エネ建築診断士、一般社団法人ロングライフ・ラボ代表理事

大手建材メーカー在籍中には、高気密高断熱住宅の普及啓蒙活動と工務店への支援、お施主様への提案活動を行う。その後の工務店勤務時代には、高性能住宅の価値を生活者に伝え、省エネで健康を維持増進できる“真の省エネ住宅”を多くの方々に採用いただく。“真の省エネ住宅”を普及させて、持続可能な社会を築くために、2019年4月一般社団法人ロングライフ・ラボを設立。ロングライフ・ラボでは、『住まい』のみならず、『健康』『環境』のテーマも取上げ活動（調査研究・情報発信・政策提案など）し、持続可能な社会構築をめざしている。

### 3. 「冷え」をとり、病気しらずの健康生活

～身体を温めて、病気に負けない免疫力アップ法～



石原 新菜 先生

医師、石原内科クリニック院長、イシハラクリニック副院長

帝京大学医学部卒業後2年間の研修医を経て、現在は父石原結實医師が院長を務めるイシハラクリニックにて、主に漢方医学、自然療法、食事療法により、種々の病気治療にあたっている。冷え治療、温め治療の専門医。クリニックでの診察の他、わかりやすい医学解説と、親しみやすい人柄で、講演、テレビ・ラジオ出演、執筆活動など幅広く活躍中。メディア出演は「主治医が見つかる診療所」「めざましテレビ」など多数。著書は『「体を温める」と子どもは病気になるらない』など70冊を超える。一般社団法人ロングライフ・ラボの理事も務める。

### 4. トークセッション、質疑応答

## ご相談会

セミナー終了後、各専門ブースにてご相談を承ります。  
窓改修関連製品のご案内や、横浜市内の窓専門施工店のご紹介も行っております。  
また、お得な補助金制度についても詳しくご説明いたしますので、ご興味のある方はぜひお立ち寄りください。

### ＼このような方におすすめです／

- ・医療に頼らず、健康に過ごしたい方や冷え性でお悩みの方
- ・省エネで健康的に暮らせる、暖かい家づくりに興味のある方
- ・家の寒さでお悩みの方や、新築・リフォームを検討中の方

お申し込み受付期間：2024年12月11日～2025年1月20日

右のQRコードまたは下記のURLからお申込みください。定員200名になり次第、受付を終了いたします。お客様からご提供いただいた個人情報は本セミナーの運営にのみ使用いたします。

<https://forms.gle/jNASdaeS5GSoTQFR8>

●運営事務局 マテックス株式会社

電話番号：03-3916-1256（担当者：ふくどめ、たてわき）

お申込みは  
こちらから！



## アクセスマップ



昨年のセミナーの様子です



- 【電車】・みなとみらい線「馬車道」駅から 出入口直結  
・JR「桜木町」駅から 徒歩約3分  
・市営地下鉄「桜木町」駅方から 徒歩約3分

【バス】・「横浜市役所前」または「横浜市役所北プラザ」

本セミナーは、「よこはま健康・省エネ住宅推進コンソーシアム」の取り組みの一環として開催されます。

よこはま健康・省エネ住宅  
推進コンソーシアム

横浜市では「Zero Carbon Yokohama」の実現に向け、最高レベルの断熱性能（等級6、7）や気密性能を備えた「省エネ性能のより高い住宅」が当たり前となるような社会を目指しています。本コンソーシアムは、省エネ住宅の効果等のきめ細やかな情報提供、新築・改修時の相談対応、設計・施工者の技術力向上などを総合的に推進することを目的として、令和5年3月に設立しました。

