



健康になりたければ、
〇〇をなさい、という
本を止めなさい！？

医療は、医学や科学
だけの問題ではない
と常々思っています。

『健康本』の怪しい言葉
からあなたを守るために、
じわじわ効果の出るヒントが
てんこ盛りです。(岩田)

話がぐんぐん脱線していく
岩田先生に伴走していると、
いつの間にか見晴らしのいい場所に
たどり着いていました。(岩永)



神戸大学医学部感染症内科 教授

BuzzFeed Japan, News Editor

Iwata Kentaro × Iwanaga Naoko

『新・養生訓 健康本のテストング』 定価(本体 1,600 円+税) 丸善出版発行

第1部

編集部による
制作秘話やこ
ぼれ話などを
noteで
チェック！



Iwata x Iwanaga
Round 1

新 養生訓

健康本の
テイスティング
対談

医療情報の
目利きになる



シニアワインエキスパートの
岩田健太郎医師が医療ジャーナリストの
岩永直子氏と7時間にわたり
医療情報の見方、食事、睡眠、未病を軸に対談。
対談では、いつも思いもよらぬ方向へ脱線
しつつも、本書ではその脱線加減も
忠実に再現しました！

ワインのように
11冊の健康本を
テイスティング！