

心臓をうまく休ませることが、

長生きの秘訣！

「トイレは我慢しない」
 「寝る前に水は飲まない」
 「車の追い越し禁止」など。
 テレビでおなじみの血管ドクター
 が語った目からウロコの生活習慣。

池谷敏郎
 医学博士

心臓を 使わない 健康法

テレビでおなじみの「血管ドクター」が、初めて「心臓」を語った！

今すぐ始めたい
 突然死にからない
 生活習慣
61

あなたの寿命を縮める
 心臓のムダ使い！

マガジンハウス
 定価：本体1200円（税別）

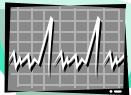


■7月28日(月)～8月2日(土)
 「生島ヒロシのおはよう定食」(TBSラジオ)
<http://www.tbs.co.jp/radio/ohayou/>
 「健康広場」コーナーで
 本書の内容が紹介されます。



■8月の京王線ステッカー
 広告決定！！

ご注文は マガジンハウス 受注センターまで（担当： ）



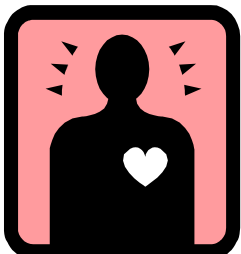
TEL: 049-275-1811 FAX: 0120-468-127

E-mail: chumon@magazine.co.jp

（番号・アドレスはお間違えのないようにお願いします。）

書名	著者名	ご希望数
心臓を使わない健康法	池谷敏郎 著	
ISBNコード：978-4-8387-2679-0	版型：四六並製	定価：1200円＋税

※出庫に際しましては部数調整・品切れの場合もございます。ご了承ください。



POPをご用意しています！
 ※数に限りがございます。予めご了承下さい。

貴店番線印

マガジンハウス