

初速好調です！ 寒い季節の体調管理は、 [ツボ]と[自律神経]で。

クロワッサン Special 特別編集

決定版! 体の不調や痛みに、役立つツボがすぐにわかる!

決定版

体のツボを押せば、毎日を明るく、快適に過ごせる!

体のツボの大地図帖

15の効果的なツボを覚えるだけでほとんどの痛みや不調に対応できます!

全身のツボは3000以上あるけれど、

痛みや不調、美容に効く全身のツボ地図帖。

効果が脳に直結する手には大切なツボが集中。全身の症状に対応する足のツボで全身をスッキリ。頭のツボは全身もリフレッシュ。お灸で温めてツボ効果をアップ! 経絡とツボを刺激! 毒出し体こすり。

抜け毛、風邪、めまい、慢性疲労、出血、胃痛、膝の痛み、腰痛、寝不足、頭痛、高血圧、肩こり、心臓病、便秘、生理不順、イライラ、更年期障害、冷え性

定価: 本体694円(税別) MAGAZINE HOUSE MOOK

自律神経が乱れる要因は、冬の気温差が大きいことも関係があるそう。冬バテに注意です!

病気の予防・改善は、まず自律神経の調整から。

Dr. クロワッサン croissant 特別編集

5人の専門家による新健康法提案。

自律神経が整えば健康になる

何をやっても改善しない不調は、自律神経が原因かも!

副交感神経アップが健康のカギ。

腸を健康にすることが自律神経を整える第一歩。

体を温める健康法で自律神経を整えれば免疫機能も上がる。

小林弘幸さん、藤田絨一郎さん、班目健夫さん、村上正人さん、松村圭子さん

ホルモンバランスの乱れは自律神経にも影響が食事、運動、リラック스가大切。

定価: 本体750円(税別) MAGAZINE HOUSE MOOK

累計72万部発行の超売れ筋ムックに、新規ページをプラス!

↑ご注文にはPOPを同梱しています。
※無くなりしだい終了します

| | 書名 | ご注文数 |
|-----|---|------|
| ムック | クロワッサン特別編集 決定版 体のツボの大地図帖 マガジンハウス編 発売:2016/1/21 ISBN:978-4-8387-5079-5 本体694円+税 | 冊 |
| | Dr. クロワッサン 自律神経が整えば健康になる マガジンハウス編 発売:2016/1/15 ISBN:978-4-8387-5078-8 本体750円+税 | 冊 |

ご注文はマガジンハウス受注センターまで
(番号はお間違えのないようにお願いします)
(担当:)
TEL:049-275-1811 FAX:0120-468-127

貴店番線印

※出庫に際しましては、部数調整の可能性もございます。ご了承願います。マガジンハウス