

不調に合わせた
食材&調理法がわかる!

たちまち4刷

体をおいしくととのえる!
食べる漢方

- ◎冷え▼黒糖しょうが豆乳で温める
- ◎せき▼蒸し梨でのどを潤す
- ◎気が散る▼チョコで集中力アップ

ツイッターでフォロワー12万人!

ミドリ薬品漢方堂 櫻井大典 監修

Amazonランキング **1位!**

売れ筋ランキング書籍総合

[薬草・漢方][自然治癒力・免疫力]

[東洋医学・鍼灸]部門 (2019年6月28日調べ)

マガジンハウス

〒104-8003 東京都中央区銀座3-13-10

読者サービスセンター ☎0120-797-300