新刊話題書・文庫本 ご担当者様

お世話になります。
リベラル社より新刊のご案内です。

リベラル文庫
8月発売

60歳から脳を整える

[著者] 和田秀樹

定価：720円＋税／文庫版／モノクロ・224ページ

脳を刺激すれば、体も見た目も若返る!

定年後にボケるかボケないかは、「脳の鍛え方」次第。定年後の30年を健康で生きるための「快体験」「想定外の体験」「強い刺激」で前頭葉の老化を予防。脳も体もいつまでも若々しくいられるラクラク健康法を紹介。

著者TV出演で大反響!

老年医学・精神科医
[著者] 和田秀樹

1960年、大阪府生まれ。東京大学医学部卒。精神科医。東京大学医学部附属病院精神神経科助手、米国カール・メニンガー精神医学学校国際フェロー、浴風会病院神経科医師を経て、現在、「和田秀樹こころと体のクリニック」院長、国際医療福祉大学大学院教授、川崎幸病院精神科顧問。高齢者専門の精神科医として、30年以上にわたって、高齢者医療の現場に携わっている。
『70歳が老化の分かれ道』(詩想社)、『80歳の壁』(幻冬舎)、『70歳からの老けない生き方』『マンガでわかる!認知症』(共にリベラル社)など、著書多数。

主な内容

- 日記は記憶力を引き出すトレーニングだ
- ブログで表現力を磨き他人とつながる
- 辞書や地図を読むと想起力が高まる
- 学生時代の友人と何かを企ててみる
- 大人の贅沢はやってみると面白い
- 株をやっている人はボケない
- ときめきを感じたらブレーキをかけない etc...

プロローグ　「ボケにだけはなりたくない」あなたへ
第 1 章　脳の前頭葉を鍛える
第 2 章　前頭葉を元気にするいい習慣
第 3 章　人づき合いにはおカネをかける
第 4 章　相手に合わせない、協調しない
第 5 章　好奇心で脳を刺激する
第 6 章　脳が元気な人は体も元気だ
エピローグ　よく忘れる脳がボケない脳である

※現在制作中のため、内容やデザインが変わる場合がございます。

手配の都合上、＿＿＿＿＿＿までにご返送いただきますようお願いいたします。

番線	書籍	拡材	
	60歳から脳を整える [リベラル文庫] 和田秀樹[著] ＿＿冊	A3パネル 30冊以上 ( )枚希望	POP (ハガキ1/2サイズ) 7冊以上 ( )枚希望
	定価:720円＋税／文庫版／モノクロ・224ページ 発行：リベラル社　発売：星雲社　ISBN 978-4-434-30868-0	A4パネル 20冊以上 ( )枚希望	テーブル (40cm×50cm) 50冊以上 希望(する・しない)
	ご注文日:　年　月　日	ご担当者様名:　様	

※弊社は取次委託配本を行っていないため、ご発注いただかなければ配本はございません。ご注意ください。
※冊数は減数させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

ご注文はこちら ➡ リベラル社 FAX 078-958-5581
〒460-0008 名古屋市中区栄3-7-9 新鏡栄ビル8F　TEL.052-261-9101　http://liberalsya.com　info@liberalsya.com