

実用書 ご担当者様 お世話になっております。

星野書房より新刊のご案内になります。

初心者もプロも使える キレイ薬膳 事典

6月9日
搬入

■著者：霜崎 ひろみ 監修：于 爾康 ■ISBN：978-4-8014-8263-0
■定価：2145円(税込) ■体裁：四六判 並製 4色 288ページ 東20ミリ
■発行：星野書房 発売：サンクチュアリ出版

顔に出るサインで、不調の箇所と あなたにピッタリの食材がわかる

スーパーで買える食材で、誰でも簡単に取り入れられるキレイ薬膳の本!



「シミや吹き出物のない美肌になりたい」

「更年期のホットフラッシュやイライラをなんとかしたい」

「腸活をしているけれど、効果を感じられない…」

これらの悩み、からだに合った食材を選べていないからかもしれません。

シミ・ほくろ・吹き出物・顔色

これらの位置で、弱っているところがわかり、自分に合った食材を選べます。

子宮頸がんを経験した著者が、東洋医学・望診・薬膳・マクロビオティック・栄養学・解剖学・自然療法・代替療法などのあらゆる知識を学び、実践したメソッドを本書で紹介。

東京大学の医学博士を取得した食のプロ監修。

新刊
6/9
搬入予定

番線印

初心者もプロも使える キレイ薬膳事典

6月9日搬入

■著者：霜崎 ひろみ 監修：于 爾康 ■定価：2145円(税込)
■ISBN：978-4-8014-8263-0
■発行：星野書房 発売：サンクチュアリ出版

※発売後の出荷は注文扱いとなります。

ご注文数

ご担当者様名

新刊委託締切

冊

様

5月8日

条件：新刊委託

サンクチュアリ出版
注文受付 FAX **050-3606-4734**

FAXの配信停止は左のFAX番号までご連絡下さい。
(お手続きには、1週間程度お時間を)
頂戴する場合がございます。