

日本テレビ系

「おもいっきりテレビ」のホームドクターとして人気を博した
名物医師が認知症を防ぐ、かんたん健康法を紹介！

健康長寿の医師が教える 人の名前が出てこなく なったときに読む本

医学博士 松原英多 著

たちまち

3万部
突破

書籍搬入日：平成30年4月1日 全国書店発売

定 価：本体1,000円＋税

体 裁：新書判

発売元：KKロングセラーズ

東京都新宿区高田馬場2-1-2 TEL：03-3204-5161 FAX：03-5273-7806

- 1 顔は覚えているが名前が出てこない！
- 2 名前が出なくなった時の脳内状態は大変！
- 3 まず脳細胞を活性化しよう
- 4 認知症にならないように食事で予防
- 5 血圧変動と糖尿病が脳血管性認知症につながる
- 6 危険因子の排除は若年から始めよう
- 7 大切なのは「強い意思と意欲」そして「実行と継続」
- 8 日常生活でできる脳活性化のための習慣
- 9 記憶力低下、名前忘れに有効なオキシトシン療法



【経歴】

東京生まれ。

医学博士・内科医・日本東洋医学界専門医・良導絡学会専門医・恵比寿診療所院長。

東邦大学医学部卒業後、アメリカ・カナダに4年間游学。帰国後、母校で大脳生理学の研究・東洋医学・医学心理・催眠療法を学ぶ。日本テレビ系列「おもいっきりテレビ」のホームドクターとして23年間にわたってレギュラー出演。

講演では、長年の経験と研究をもとに最新の医学情報を入れながら、からだや脳の健康を積極的に守る身近で意外な方法と知恵をわかりやすく、楽しく語る。また、これからの高齢化社会で一番心配される介護の問題や実際的な方法とコツ、そして、ぼけや老化を防ぐ生活法を多くの方に伝えている。

【著書関係】

背骨健康法・五分間熟睡法・頭脳管理の本・知って知らない健康常識など、

著書150冊以上。



本書に関するお問い合わせは KKロングセラーズ TEL03-3204-5161 担当 真船 富田まで
mail:mafune@kklong.co.jp