

2013年 年間  
ベストセラー  
ランキング **第1位!**  
(トータル 総合/日販 実用書)

**医者に殺されたい**  
近藤 誠  
医療と薬を遠ざけて、  
元気に、長生きする方法

医者に殺されたい  
47の心得  
医療と薬を遠ざけて、  
元気に、  
長生きする方法  
近藤 誠  
【著】「殺されたい」は、実はラッキーではない  
【著】「殺されたい」は、実はラッキーではない  
病院に行く前に、  
かならず  
読んでください。  
著者 近藤誠 第60回 菊池寛賞受賞!

おかげさまで  
**100万部突破!**  
全国から感謝の  
お便り殺到!!

(TBS系)  
「はなまるマーケット」  
「FYTTE」  
「週刊女性」  
などで紹介され、  
いま話題に!

**高血圧、糖尿病を遠ざけ、  
コレステロール、中性脂肪を下げる!!**  
体を芯から温め疲れもとる冬に最適の健康法!

体を温め、疲れをとる! 体の痛みが改善! コレステロール、中性脂肪が減る! 高血圧、糖尿病が改善!

- ◎「毎朝ヨーグルトに入れるだけで、1週間で血圧が25も下がったのにはびっくりです」(63歳女性)
- ◎「長年糖尿病にかかっていた、いろいろな食事療法を試してきたのですが、蒸しシヨウガはすぐに効果を実感できました。みそ汁に入れて食べてます」(46歳女性)
- ◎「クスリ嫌いの私にぴったりの健康法です!」(37歳女性)
- ◎「コレステロール値が高く、このままでは心筋梗塞になると医者に脅されていたところ、友人にこの本を薦められました。なんと、はじめてたった3週間で効果テキメン。たちまちコレステロール値が下がったんです! 味もおいしい、いまでは蒸しシヨウガが欠かせません」(57歳男性)
- ◎「1日2回、蒸しシヨウガを紅茶に入れて飲むだけで、3カ月で4kgのダイエットに成功! 中性脂肪値も大幅に落ち、体がとても軽くなりました」(34歳女性)
- ◎「いま、蒸しシヨウガ鍋にはまっています。毎年冬場は冷えて、関節痛がひどかったのですが、この鍋のおかげで、今年はあまり痛みを感じなくなりました」(52歳女性)
- ◎「ひどい冷え性で、肩こり、頭痛にも苦しんでました。でも、蒸しシヨウガをはじめ2週間くらいで体の冷えがなくなってきました。肩こりや頭痛も軽減してます!」(69歳女性)
- ◎「冬場は体が冷えてしまっ、なかなか寝つけなかったんですが、蒸しシヨウガを寝る1時間前にお茶に入れて飲むようになってからは、指先までポカポカ。おかげでぐっすり眠れるようになりました」(71歳女性)
- ◎「疲れた時には、蒸しシヨウガ紅茶を飲むようにしています。疲れが翌日まで残らなくなって、朝の目覚めも快適です」(31歳女性)
- ◎「やってみるとすぐに効果が実感できるので、単なるブームではなく習慣にして生続けたいですね」(53歳女性)

病気になるらない

# 蒸しシヨウガ

健康法 医師 石原新菜

蒸しシヨウガの10倍の効能!

- 血液サラサラ
- 免疫力アップ
- コレステロールを下げる
- ダイエット効果
- 高血圧を改善

生シヨウガ 蒸しシヨウガ

46判 定価:1260円(税込)

10万部突破!