

『肝活』とは…
肝機能を改善するために、
自ら進んで行く、
肝臓をいたわる活動のこと
by尾形哲医師

～「肝活」のススメ～
現代に生きるすべての人へ
「肥満・脂肪肝改善のレシピ本」です！

2024年1月新刊

肝臓専門医×管理栄養士が教える
肝臓から脂肪を落とす！肝活レシピ



日本人の3人に1人が脂肪肝といわれる今、肝臓をいたわる「肝活」こそ、健康の肝(キモ)です。ベストセラー『ダイエットも健康も肝臓こそすべて』でも取り上げた「肝臓をいたわる7つの習慣」の実践です。本書は、その中でも肝(キモ)となる食事＝肝活レシピによる肝臓のいたわり方を提案！オールカラーでおいしいレシピと食べ方を紹介します。

「肝活」が簡単に実践できるよう、レシピは
①究極定食
②一汁一菜定食
③ワンボウ定食
の3つの定食で紹介します。
レシピの作成と料理は
管理栄養士で人気料理家の牧野直子さん



※画像はすべて仮画像です。

2023年11月24日受注締切 / 2024年1月10日搬入予定

貴店番線印

新刊委託	<p>肝臓専門医×管理栄養士が教える 肝臓から脂肪を落とす！肝活レシピ</p> <p>著者：尾形 哲 牧野直子 ISBN:978-4-405-09452-9 定価：本体1,400円＋税 128P 4C A5判</p>	<p>冊</p> <p>ご担当</p> <p>様</p>
------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------

新刊同時搬入



健康になりたい、肥満を解消したいすべての人に贈る
「肥満・脂肪肝改善バイブル」の誕生！

脂肪肝は病気のはじまりだった！！

だれでも自宅で、今日から実践できる「3か月で脂肪肝が改善するメソッド」を公開！

注文扱い	<p>ダイエットも健康も 肝臓こそすべて</p> <p>著者：尾形哲 ISBN:978-4-405-09426-0 定価：1,500円＋税 4C1C 256P 四六判</p>	<p>冊</p>
------	---------------------------------------------------------------------------------------------	----------

搬入希望日
月 日

貴店番線印

※新刊同時搬入を希望しない場合はこちらにご記入ください。

ご担当
様



新星出版社

営業担当：

〒110-0016 東京都台東区台東2-24-10
TEL：03-3831-0743(代)

ご注文は
営業本部FAXまで **03-3831-0758 (fax)**

2023.09.12作成①