



## 健康食「蕎麦」の最新情報を オールカラーでお届けする専門季刊誌



ルチン、ポリフェノール等、生活習慣病の予防に効果的な栄養素を豊富に含む蕎麦は、長寿食・健康食として注目されていることをご存知の方は多いでしょう。『蕎麦春秋』は老舗、名店の紹介だけに止まらず、生産現場や各大学・機関等による蕎麦研究の最新成果等にも光を当て、あらゆる角度から蕎麦を考察するユニークな季刊誌です。また、小社では月刊『リベラルタイム』（毎月3日発売、定価500円）を発行。政治・経済のディープな情報を中心とした「あなたの疑問に答えるビジネス誌」として好評を得ています。

### 季刊・蕎麦春秋 株式会社リベラルタイム出版社

〒104-0061  
東京都中央区銀座 2-11-8-8F  
TEL 03-3547-3711  
FAX 03-3547-3710  
URL <http://www.l-time.com/book.html>  
雑誌コード 13534



A4判変型・中綴・52頁  
定価 500円（税込）

## 家庭でも実践出来る栄養食事療法 豊富な献立をカラー写真付で紹介



病気別に全 10 巻シリーズ

病気を抱えた方々の食事は、内容を個々の病気に合わせて工夫しなければなりません。本書では病気ごとにその概要については医師が、栄養食事療法については管理栄養士が簡潔にまとめています。それを踏まえた上で、一日の食事計画や献立（朝・昼・夕・間食）と組合せ一品料理をカラー写真とともに豊富に掲載。各疾病の栄養食事療法の計画を立てている臨床の場の管理栄養士の方々はもちろん、日々の生活で高脂血症や糖尿病、食物アレルギーなどを気にして、食事療法を実践している一般の方々にとっても役立つ本です。

### 栄養食事療法シリーズ 全 10 巻 株式会社建帛社

〒112-0011  
東京都文京区千石 4-2-15  
TEL 03-3944-2611  
FAX 03-3946-4377  
URL <http://www.kenpakusha.co.jp>  
各巻詳細は上記 URL からご覧ください。



各 B5 判・平均 144 頁  
定価 2,205 円（税込）

## 食を正すことで癌が自然に退縮 「正食療法」の理論と実践を公開

最寄りの書店で  
お求めください。  
店頭がない場合は  
直接受注センターまで。

現代医学は癌を人間の敵として抹殺しようとしてきましたが、いまだに克服出来ていないのが現状。5年生存率という数字でしか治療効果を表せないことが、それを物語っています。それに対して日本独自の自然医学に基づいた「生命医学」では、癌は攻撃すべき対象ではなく、むしろ死を先送りする延命装置であり、人間として正しい生き方に復帰させるきっかけだと考えます。癌発症の主因と考えられる食生活を正すことで、人に本来備わっている免疫力を高める「正食療法」による癌の根本療法を紹介した一冊。

### ガンは食事療法で完治させなさい 5年生存率ではなく、完全治癒を求めて 忠 宣 叡 / 著 株式会社徳間書店

〒105-8055 東京都港区芝大門 2-2-1  
TEL 048-451-5960（受注センター）  
URL <http://www.tokuma.jp>  
ISBN 978-4-19-862786-7



四六判・並製・376頁  
定価 1,890 円（税込）

## 「患者のための医療」という原点 「病気を診るんじゃない。人を診るんだ」



岡田豊・著

2001年、現代医療に疑問を感じていた岡田医師は、総合病院を辞め、沖縄県西表島の診療所に赴任。離島の診療所では恒常的に人手や医療器具、病床の不足に悩まされています。老人が多く、患者が殺到する診療所は、ひとりしか医師がいないため、24時間体制で稼働し、時には船やヘリでの緊急搬送も行われます。そんな7年間の診療体験を通して岡田医師は現代医療が失ってしまった「患者のための医療」という医療の原点に気づいていきます。厳しい時代を生きるヒントが詰まった、心温まる島医師のノンフィクション。

### 西表やまねこ診療所 株式会社扶桑社

〒105-8070  
東京都港区海岸 1-15-1  
TEL 03-5403-8875  
FAX 03-3578-3080  
URL <http://www.fusosha.co.jp/>  
ISBN 978-4-594-05991-0



四六判・240頁  
定価 1,470 円（税込）

## 話題沸騰、ハワイの伝統的ヒーリング法 「ホ・オポノポノ」第一人者による実践書

ありがとう  
ごめんなさい  
許してください  
愛しています

ホ・オポノポノとは心の動きでよりよい人生を歩みたいと思っている人たちの間で話題沸騰中のハワイの伝統的ヒーリング技法。「ありがとう」「ごめんなさい」「許してください」「愛しています」という4つのシンプルな言葉を唱えることで、自分を浄化し、問題を解決します。本書はこのホ・オポノポノをビジネスの世界に適用した初の実践書。作者は大人気のイハレアカラ・ヒューレン博士です。初めて実践する方の疑問からビジネスの現場での応用まで幅広く解説しています。

4つの魔法の言葉を唱えるだけで、自分を浄化し、問題を解決します。本書はこのホ・オポノポノをビジネスの世界に適用した初の実践書。作者は大人気のイハレアカラ・ヒューレン博士です。初めて実践する方の疑問からビジネスの現場での応用まで幅広く解説しています。

### 豊かに成功するホ・オポノポノ ソフトバンククリエイティブ株式会社

〒107-0052  
東京都港区赤坂 4-13-13  
TEL 03-5549-1201  
URL <http://www.sbcr.jp/>  
ISBN 978-4-7973-5280-1



四六判・上製・248頁  
定価 1,500 円（税込）

## 国立がんセンター部長による 生活習慣リスク・マネジメント読本

★肥満だからって  
がんのリスクは  
高くない  
★妊婦は魚を  
控えるべきか？  
★たばこが  
★コーヒーでがんを  
予防できる？

著者・津金昌一郎

日本人の三大死因のひとつである癌。癌は原因不明で避けようのない恐ろしい病気だと思われがちですが、その発生が生活習慣と密接に関係していることがわかってきました。また、コーヒー、インフラボン、サプリメントなどによる癌予防の可能性など刻々と変化する情報に対して「本当のところどうなのか」という疑問を抱いている現代人は少なくないのではないのでしょうか。本書では国立がんセンター予防部長の著者が研究の結果を踏まえ、科学的立場から最新の予防を提案し、様々な疑問に答えます。

### なぜ、「がん」になるのか？その予防学教えます。 株式会社西村書店

〒102-0071  
東京都千代田区富士見 2-4-6  
TEL 03-3239-7671  
FAX 03-3239-7622  
URL <http://www.nishimurashoten.co.jp>  
ISBN 978-4-89013-635-3



四六判・並製・208頁  
定価 1,575 円（税込）

## あなたの本を出版しませんか 自費出版のご相談はお気軽に牧歌舎へ



「書き残す」ことへのこだわり  
自己配布型（ご自分でご家族やご友人に配るスタイル）・書店流通型（書店で販売するスタイル）のどちらにもご対応いたします。お問い合わせは下記まで。今ならお問い合わせいただいた方にサンプル本を進呈中。

句集・歌集・写真集・自分史・エッセイ・小説・詩集・絵本・漫画・童話・論文・旅行記・闘病記・専門書・実用書・ビジネス書・企業の社史・団体の記念誌……あらゆるジャンルの自費出版をお引き受けいたします。見積りは無料です。お気軽にお問い合わせください。

### 株式会社牧歌舎

〒101-0064  
東京都千代田区猿樂町 2-6-3 松栄ビル 3 F  
TEL 03-6423-2271  
FAX 03-6423-2272  
MAIL [office@bokkasha.com](mailto:office@bokkasha.com)  
URL <http://www.bokkasha.com/>

創業 18 年

—「書き残す」  
ことへのこだわり—

個人自費出版と  
社史・記念誌制作  
牧歌舎

## いいたくてもいえなかった気持ちが きっとどこかに記されています



『車輪の下』で有名なノーベル賞作家、ヘルマン・ヘッセにあなたはどんな印象をお持ちですか。ヘッセは青春のきらめきと苦悩から青年の充実と焦燥、中年の危機、老いと死についての叡知に至るまで人生の全ての時期に渡る自らの体験を語っています。小説作品のファンの方もそうでない方も徹底的に自らの苦しみと向き合い、言葉を尽くしたエッセイを、是非ご一読ください。きっとどこかで心のひだにそっと寄り添うように、あなたが共感してやまない一節に出会えるのではないのでしょうか。全編待望の新訳です。

### ヘルマン・ヘッセ エッセイ全集 臨川書店

〒606-8204 京都市左京区田中下柳町 8  
TEL 075-721-7111  
FAX 075-781-6168  
MAIL [kyoto@rinsen.com](mailto:kyoto@rinsen.com)  
URL <http://www.rinsen.com>  
内容見本進呈中（当社 MR 課にご請求を）



四六判・上製・全8巻  
平均 3,360 円（税込）