

## 新刊案内

実用書 ご担当者様

2月下旬  
取次搬入予定

いつも大変お世話になっております。  
ご発注よろしくお願ひします。

フリー入帖出版社 女子栄養大学出版部

おいしく食べよう一笑涯！

# 笑えるおくちの筋トレ

一部のプログラムは

動きがわかりやすい動画つき！



## 本書のポイント

- 1) 毎日、楽しくオーラルフレイル予防！  
口腔機能を鍛える「笑えるおくちの筋トレ」を50プログラム収録。いくつになっても口から食べ続けられるプログラム集です。
- 2) 口まわりの筋肉を鍛えることで、ほうれい線予防、顔まわりがすっきりするなど「笑顔が美しくなる」効果も♡ 爆笑必須のプログラムで、滑舌もよくなり表情も明るくなることで若返り効果も期待！
- 3) 自宅で一人でも簡単にでき、介護施設などのレクで、みんなでやっても大盛り上がり！ 著者は医師や看護師、言語聴覚士、理学療法士など多職種集団。歯科医師や医師など豪華アドバイザーの協力による効果が確かなプログラムをご紹介します。

著者/清水愛子 (医師)、グッドネイバースカンパニー

アドバイザー/五島朋幸歯科医師 (新宿食支援研究会代表)、戸原玄歯科医師 (東京科学大学教授)、若林秀隆医師 (東京女子医科大学病院教授)

定価 本体 1,400 円+税 B5 判変型 128 頁 ISBN 978-4-7895-0929-9

新刊注文書	貴店印	ご注文数	おいしく食べよう一笑涯！ 笑えるおくちの筋トレ
	ご担当者様	条件/新刊委託	
			新刊注文締切日：2月18日 (火)

ご注文はこちらまで⇒  
女子栄養大学出版部

FAX 03-3918-5591 TEL 03-3918-5411