

報道関係者各位

2011年11月  
株式会社主婦の友社

脳が成長し、個性が輝くのは“中高年”から

## 新刊書 『100歳まで成長する脳の鍛え方』

加藤俊徳：著 定価 1365円(税込み)

株式会社主婦の友社(本社：東京都千代田区、代表取締役社長：荻野善之)は、2011年11月18日、『100歳まで成長する脳の鍛え方』加藤俊徳：著、定価 1365円(税込み)を発売いたします。

これまでの脳の常識をくつがえします！ 実は脳は100歳まで進化するのです。脳を成長させる秘訣、悩み別脳トレーニング法を紹介。あなたのこれからの人生に希望と可能性をもたらします。

&lt;担当編集より&gt;



「脳の形」は一人ひとり違い、そして自分の意思で変えることができます。意外と知られていませんが、脳は若い頃だけ成長するものではなく、100歳までは形が変わるということから、いつになっても、定年になった後でも進化していくものです。実は、中高年こそが脳の成長著しく個性が一番輝く時期。著者は、NHK テレビ「老化に挑む～あなたの脳はよみがえる」を監修するなど気鋭の脳科学者であり、日米で1万人以上のMRI脳画像解析を行ってきた「脳画像診断医」の第一人者。本書は、あなたがこれまでに知っている脳の常識を打ち破る、脳についてのまったく新しいアプローチを試みています。脳のしくみ、老化する脳、老化しない脳、100歳まで脳を成長させる秘訣などを解説。さらに、疲れやすくなった、何もやる気が起きなくなった、物忘れが激しくなったなどの老化による悩みの症状別トレーニング法を分かりやすく紹介しています。誰もがすぐに実践できるノウハウが満載です。いつまでもイキイキと、そして自らの力で、脳を変えていくことができ、これからの人生にさまざまな可能性をもたらしてくれる一冊です。

著者プロフィール：加藤俊徳(かとう・としのり) 発達脳科学・脳機能生理学・脳画像MRI・脳機能計測の専門家。小児科専門医。医学博士。株式会社「脳の学校」代表。昭和大学医学部、同大学院を卒業後、91年国立精神神経センターにて脳機能を光計測するNIRS原理を発見。95年より、アメリカ・ミネソタ大学放射線科MR研究センターに研究員として在籍。臨床診療の経験を生かし、胎児から100歳を超えるお年寄りまで1万人以上の脳画像を分析。帰国後は慶応大学、東京大学などで脳の研究に従事しながら、MRI脳画像診断のスペシャリストとして活躍。

書誌タイトル：『100歳まで成長する脳の鍛え方』

著：加藤俊徳

定価：1365円(税込み) ISBN:978-4-07-280011-9 サイズ:B6 192ページ 発売日:2011/11/18

株式会社主婦の友社の概要

・社名：株式会社 主婦の友社 ・代表取締役社長 荻野 善之 ・URL：<http://www.shufunotomo.co.jp/>

・所在地：東京都千代田区神田駿河台2-9

この件に関するお問い合わせは下記担当までお願いいたします。

株式会社主婦の友社 広報宣伝課 酒見・長友・大塚 TEL 03-5280-7577 FAX 03-5280-7578