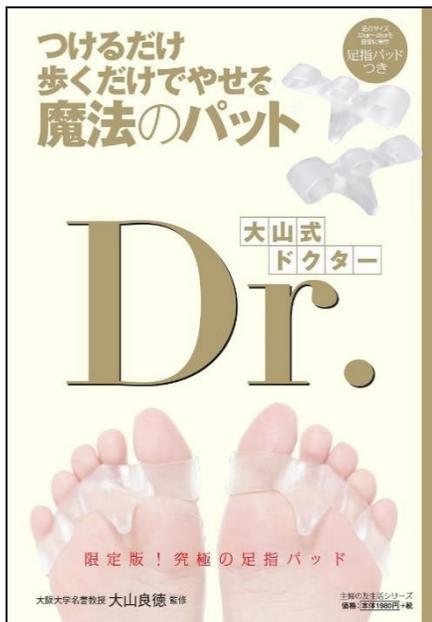


累計115万部の日本一売れた※1 ダイエット本「魔法のパッド」シリーズから最新作
『足指パッドつき つけるだけ 歩くだけでやせる魔法のパッド 大山式Dr.』
2月19日（金）全国の主要書店で発売
～最新形態「三角形のプロジェクション」で、足裏からより健康に近づく！～



2013年6月の第1弾『足指パッドつき つけるだけ 歩くだけでやせる魔法のパッド』発売から、シリーズ3作品の累計発行部数は2016年2月現在、115万部を突破しています。

人気の秘密は、付録の「足指パッド」。足指に装着することで体の重心が安定し、ゆがみのない正しい姿勢に足裏から補正していくグッズです。これにより、筋肉を均等に使える運動効率が上がり、血液やリンパの流れが改善されて疲れにくい体へ導き、結果的に「健康的にやせる」ことにつながっていきます。

この度発売の『足指パッドつき つけるだけ 歩くだけでやせる魔法のパッド 大山式Dr.』は、最先端の技術を使った新形状の「大山式Dr.」を付録にしました。中指の根本から足裏に向けて三角形にのびたプロジェクション（出っ張り）をつけ、足指にはめる輪を2つ（親指、薬指）から3つ（親指、中指、小指）に変更しました。足裏のセンターを強く意識させながら指間を広げるため、安定感がさらにアップ、正しく美しい歩行に導きます。

本書の冊子には、「大山式Dr.」の解説や装着方法に加え、「育児からくる重だるい腰痛が和らいできた」「ウォーキング中の使用でボトムが1サイズダウン」など、「大山式Dr.」を2週間モニター体験した方々の声を収録しています。本書は、シリーズ累計100万部突破記念として企画、8万部の限定生産商品として、全国の主要書店、楽天ブックスなど主要ネット書店で販売いたします。

(※1)2015年年間オリコン“本”ランキング 美容・ダイエット部門

『足指パッドつき つけるだけ 歩くだけでやせる魔法のパッド 大山式Dr.』
監修：大山良徳
発売日：2016/2/19（金） 価格：本体1980円+税
ISBN：978-4-07-413624
<http://books.rakuten.co.jp/rb/13758557/>

【「大山式Dr.」のパワーアップポイント】

① 中指からのびた三角形のプロジェクション

この出っばりが足裏のセンターを意識させ、「足裏ゾーン」を刺激。足指のつけ根は頭部や、リンパのある頸部を刺激。さらに足指の筋肉も収縮して血行も改善。

② 中指にも「輪」が誕生

「輪」を親指、中指、小指につくり、さらにはずれにくく。地面から浮きやすい薬指や内側に湾曲しがちな小指がしっかりと接地するようになり、「浮き指」が改善、縮こまった指間も広がり足裏全体で地面をつかめるような安定感を実感します。指間の刺激は、全身のバランス感覚や自律神経を整える脳幹・小脳への刺激につながります。

③ 内側体重へ導く計算された傾斜

「輪」の内側には足指ごとに異なる厚みとゆるやかな傾斜をつけており、これが足指を正しい位置にサポートして内側体重に。

★素材★

スチレン系エラストマー

医学部の実習で使用するほど人肌にもっとも近いといわれる素材。伸縮性・形状記憶力あり



本件に関するメディアの方のお問い合わせ先

株式会社主婦の友社 広報・宣伝課 TEL：03-5280-7577（直通）FAX：03-5280-7578 pr@shufutomo.com

大山式Dr.の足裏効果として期待されるもの

- ①首・肩・腰の疲れに ②姿勢や歩行がラクに ③足裏のバランス向上 ④股関節の補正に
⑤悩みの骨盤に ⑥ひざの負担を軽減

監修は医学博士 大山良徳大阪大学名誉教授

【大山 良徳 おおやま よしのり】

京都大学助教授、大阪大学教授を経て94年に大阪大学名誉教授に。大阪科学技術センター・ヘルスケア産業フォーラム委員長（3年間）、第37回近畿学校保健学会会長、第9回日本健康科学学会会長なども務める。主な著書『発達運動生理学』『3分間で免疫アップ！しあわせストレッチ』『大山式ストレッチ健康法』ほか多数。



「魔法のパッド」シリーズ 書誌情報

■『足指パッドつき つけるだけ 歩くだけでやせる 魔法のパッド』 累計67万部発行

2013年6月発売

価格：本体1,429円+税 A5判、36ページ

<http://books.rakuten.co.jp/rb/12326172/>



■『足指パッドつき つけるだけ 歩くだけでやせる 魔法のパッドPRO』 累計42万部発行

2014年6月発売

価格：本体1,667円+税 A5判、36ページ

<http://books.rakuten.co.jp/rb/12786119/>



■『つけるだけで姿勢もよくなり、足も速くなる！

魔法の育足パッド 大山式ジュニア for KIDS』 累計4.5万部発行

2015年1月発売

価格：本体1,500円+税 A5判、40ページ

<http://books.rakuten.co.jp/rb/13083465/>



本件に関するメディアの方のお問い合わせ先

株式会社主婦の友社 広報・宣伝課 TEL：03-5280-7577（直通）FAX：03-5280-7578 pr@shufutomo.com