

# 臓器を知れば、自分の心が見えてくる！

かわいいイラスト満載で解説する、心とからだを美しくする「きれいになる絵本」シリーズ第一弾を刊行しました！



この本のキーワードは、「臓器」です！

なんとなく体がだるい、頭痛がする、肩が重いといった症状を抱えながらも、日々の忙しさの中で、その改善方法を見出せないまま過ごしてしまっている人。また、現状を変えたいと思いつつも行動できずにいる、そんな人におすすめなのが、「臓器」に注目した本書です。

## 様々な症状は、臓器からのメッセージ

胃痛・めまい、頭痛など、様々な症状は、あなたの臓器・器官からのメッセージです。臓器たちは、症状を通して、私たちに改善のヒントをおしえてくれています。

例えば、胃が痛い人は、周りに気遣いをしすぎているのでしょうか？ 咳が止まらなかったり声が出ない人は、何か悲しみを抱えていないのでしょうか？ 頭痛がある人は、いろんなことを頭で考えすぎて、ストレスが溜まっていないのでしょうか？

この本では、様々な症状と心（自分の性格や考え方のクセ）の関係をひもとき、心もからだも健康になるための改善方法をおしえます。

### <著者紹介>

大谷由紀子 1964年東京生まれ。ゾーンセラピスト、リーディングカウンセラー、ヒプノセラピスト。96年、日本ゾーンセラピー協会設立。2001年、スクールを併設したサロンを開業し、手技の伝達や後進の育成にも努める。自身のサロンのほか、東京女子医科大学附属青山自然医療研究所クリニックなどでも施術に当たる。『ふくらはぎをもむと超健康になる』（マキノ出版）、『足裏をもむと健康になる』（PHP 研究所）、『超健康になるフットマサージ』（双葉社）、『超健康になる！ 足うら・ふくらはぎほぐし』（永岡書店）他著書多数。

美術出版社 書籍編集部

藤田容子、等（ひとし） 庸子

huzita@bijutsu.co.jp

tel:03-3234-2173 fax:03-3234-9451

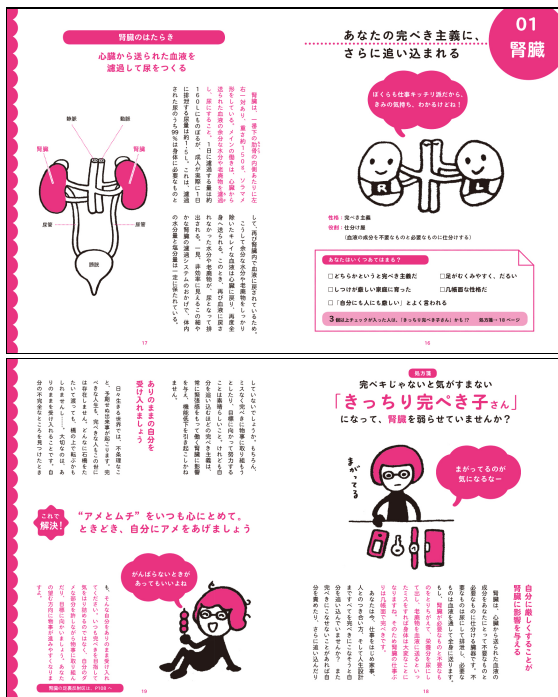
〒102-8026 東京都千代田区五番町 4-5 コスモビル 2 階

## きれいになる絵本『臓器セラピー』

大谷由紀子・著 坂崎千春・絵

本体 1400 円 + 税 120 ページ 美術出版社

2014年3月20日発売



本書のイラストを担当したのは、Suica のペンギンなどを描いている、人気イラストレーター、坂崎千春さんです。

