

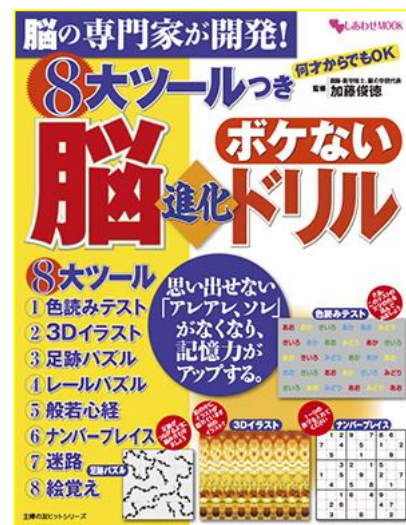
話題の新刊 2月25日発売！
何才からでも脳は鍛えることができる！

たった7日間で
脳の力がアップ

8大ツールつきボケない脳進化ドリル

50才を超えると、「顔は浮かぶけど、名前が出てこない」など、自分の脳が老化したのではないかと思ったことは誰にでもあるはず。「それってボケ？」「老化の始まり？」——いいえ、どちらも違います。それは脳の一部の働きがほんの少し衰えただけ。脳全体を鍛えれば、十分にその働きを回復させることができます。その一助となるのが、脳進化ドリルです。

脳の学校代表で医師・医学博士の加藤俊徳先生によれば、「脳は100才まで成長する」のだとか。脳は、「見る」「話す」「考える」「運動する」といった機能ごとに使う場所が分かれています。大別すると、思考系・感情系・伝達系・運動系・理解系・聴覚系・視覚系・記憶系の8系統の「脳番地」になるというのが加藤先生の理論。こうした「脳番地」をバランスよく鍛えれば、何才になっても脳は活性化するというわけです。そのために最適なのがドリル。この本には、ふだん使わない、苦手な分野の「脳番地」を集中的に鍛え、得意な「脳番地」をさらに伸ばして脳年齢を20才若返らせることを目的としたドリルをたくさん掲載。①色読みテスト、②3Dイラスト、③足跡パズル、④ルールパズル、⑤般若心経、⑥ナンバープレイス、⑦迷路、⑧絵覚えなど、楽しくできる8大ツールも付いてお得。ぜひやってみてください。



『8大ツールつき
ボケない脳進化ドリル』
監修：加藤俊徳
定価：997円（税込）
ISBN 978-4-07-294533-9
発行：主婦の友インフォス情報社
発売：主婦の友社

<本書の内容>

1日目／脳イキイキ度チェックテスト 2日目／思考力アップドリル 3日目／理解力アップドリル 4日目／集中力アップドリル 5日目／感情力アップドリル 6日目／記憶力アップドリル 7日目／脳イキイキ度確認テスト

監修者プロフィール

加藤俊徳（かとう としのり）

医師・医学博士。MRIによる脳画像鑑定をもとに脳番地を伸ばす脳の学校、加藤プラチナクリニック代表。屈指の脳画像診断技術をもち、1万人以上を分析。著書に『100歳まで成長する脳の鍛え方』『美人のための脳アンチエイジング』（いずれも主婦の友社）、『アタマがみるみるシャープになる！脳の強化書』（あさ出版）などがある。

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。

株式会社主婦の友インフォス情報社 『健康』編集部 川内昭治 s.kawauchi@st-infos.co.jp
TEL 03-3295-9575 FAX 03-3294-8308