

発売 3 日で重版決定！ 著書累計 300 万部突破の

苫米地英人博士による新刊『15 歳若返る脳の磨きかた』が発売

このたび、フォレスト出版株式会社（所在地：東京都新宿区、代表取締役社長：太田宏）は著書累計 300 万部突破の認知科学・機能脳科学者、苫米地英人博士による『15 歳若返る脳の磨きかた』を 2 月 22 日に刊行しました。根強いファンを持つベストセラー作家の苫米地博士による「脳のアンチエイジング」というテーマが評判を呼び、発売 3 日で重版が決定いたしました。

本書は最先端の認知科学、機能脳科学、分子生物学の視点から、脳の老化を食い止め、若返らせる方法をお伝えします。若返り法のコアとなる考え方は「脳が人間の若さを決める」というもの。「脳の若返りとは何か？」といった問いから、寿命をめぐる最新情報を盛り込みながら、ドクター苫米地によるユニークな若返り実践術も大公開。



苫米地英人・著

『15 歳若返る脳の磨きかた』

体裁：四六判

ISBN：978-4-89451-607-6

価格：1,400 円（税別）

発行：フォレスト出版株式会社 <http://www.forestpub.co.jp/>

2014 年 2 月 22 日 ～全国主要書店にて発売中

【目次】

- 第 1 章 脳の「若返り」とは何か？
- 第 2 章 老化した脳と若い脳は「ここ」が違う
- 第 3 章 若い脳は抽象空間を操作する能力を持っている
- 第 4 章 苫米地流ブレイン・アンチエイジングのメソッド
- 第 5 章 古武術に学ぶ脳の若返り
- 第 6 章 脳が 15 歳若返る習慣術

【著書プロフィール】

苫米地英人（とまべち・ひでと）

1959 年、東京生まれ。認知科学者（機能脳科学、計算言語学、認知心理学、分析哲学）。計算機科学者（計算機科学、離散数理、人工知能）。カーネギーメロン大学博士（Ph.D.）、同 CyLab 兼任フェロー。

【本リリースについてのお問い合わせ先】

フォレスト出版株式会社 編集部 担当：寺崎（てらさき）
〒162-0824 東京都新宿区揚場町 2-18 白宝ビル 5F
TEL 03-5229-7791 FAX 03-5229-7793
メール terasaki@forestpub.co.jp