

帳合・貴店名

# ベストランキング!

株式会社内外出版社

FAX03-5830-0378



TEL:03-5830-0368(平日9:00~17:00)

最新月	前月比	内外出版社 売上ベスト	著者名	本体価格	注文数
1	健康	ばね指 の悩みを解消する!	酒井慎太郎	1200	
2	自己啓発	開運モンスター	まさみん	1500	
3	政治学	日本から政治家がいなくなったら	金子めぐみ	1500	



「ばね指」に悩む患者さんが増えています。指の曲げ伸ばしをする際に指の付け根がカクン! となるあれです。関節リウマチやヘバーデン結節と同様、放置して進行すると、痛みだけでなく、指が曲がらない、伸ばせないなど、日常生活にも大きな支障が出ます。

本書では、「ばね指」の原因から対処法、予防までやさしく解説しています。著者が提唱する1回1分の「指トレ」を続けるだけで、つらい症状が改善します。ぜひ、実践してみてください。

11年間勤めた市役所を「自分の人生を生きる!」と決めて退職した3児の母親は、どうやって自分の運を開き、朝活ファシリテーターとして、毎朝午前3時に約100人が集う活動ができるようになったのか? 著名人たちにも親しまれる「午前3時の手帳会」を主催する“まさみん”、待望の初書き下ろし。

作家の山崎拓巳さん、高橋歩さん、ひすいこたろうさんをはじめ、CITTA手帳考案者の青木千草さん、開運アドバイザーの崔 燎平さん、講演家の赤塚高仁さんなど、推薦メッセージや応援メッセージも満載です!



## もしも日本から政治家がいなくなったら

元衆議院議員  
金子恵美

投票率は低迷し、政治不信が続く日本で、政治家って必要? を改めて考えた。

政治家って必要? を改めて考えた。

政治家の仕事ってなに?

- ① 腐敗り
- ② ヤジを飛ばす
- ③ 選挙に勝つ
- ④ 利権の獲得
- ⑤ 国民の暮らしをよくする

元衆議院議員の金子恵美による奇想天外なSF政治エッセイの登場です。投票率は低迷し、地方議会には立候補する人すらいない状況が生じるなど、政治不信が続く日本で、政治家って必要? を改めて考えてみました。日本中からありとあらゆる政治家がいなくなったら年間いくらのお金が浮くのか、そのお金は何に使えるのか、から始まり、2年後はどうなる? 25年後は? と妄想します。併せて現実社会の日本での政治家の役割や選挙にお金がかかりすぎる、キャリア官僚と政治家の関係など、リアルな政治の場に携わった著者だからこそ語れるいろいろも。政治に興味のない人にこそ楽しく読める一冊です。