

首の痛み・肩こりの原因ストレートネックを治そう

＼関節トラブルの9割は**首**から始まる／

ストレートネックの治し方

100万人超の診療実績！
「神の手」を持つ人気治療家が教える

首トレで改善・予防！

酒井慎太郎
さかいクリニックグループ代表



表紙は仮です



酒井慎太郎
さかいクリニックグループ代表。千葉ロッテマリーンズ元公式メディカルアドバイザー。テニスボールを使用した矯正の考案者。腰・首・肩・ひざの痛みやスポーツ障害の疾患を得意とする。プロスポーツ選手や俳優など多くの著名人の治療も手がけ、施術実績100万人以上

首が痛い、肩こりでお悩みの方
こんな姿勢になっていませんか。

こんな姿勢になっていませんか



スマホを見る



電車の中で眠りをする



パソコン作業中



スマホでゲームをする



料理や食器洗いなどの家事

それで首が痛く、肩こりならば、**ストレートネック**です

酒井ドクターが治るための体操と治る生活習慣をお教えします

- ①なぜ起こるなぜ怖いストレートネックの真実
- ②首トレでストレートネックを治す！
- ③ストレートネックが治った人の体験談
- ④ストレートネックに効く首を守る生活習慣



みなさんの首と肩の痛みの類書はこちら

大塚
だよ



文響社
9784866519029



徳間書店
9784198650964

指定メ切：7/7 →7/18搬入・7/23発売

ご注文お待ちしています FAX：03-5830-0378

番線印

首の痛み・肩こり・手のしびれの原因 ストレートネックの治し方

著：酒井慎太郎

ISBN 978-4-86257-741-2

定価1,200円+税 A5判 96P オール2色

条件：委託（フリー入帳）

ご担当者様

冊

「自給農」で収穫した食料から「発酵保存食」をつくる喜び。
前著【おひとり農業】で、生き抜くために、‘買う’から‘つくる’
【自給農】を提唱しました無肥料栽培家岡本よりたかさんが、
微生物たちと共存しながら、くらしを豊かにする考え方と実
践方法をまとめました。自給生活始めませんか。



正しい知識を持って、発酵くらしのスタートです



日々、発酵くらし

生活に役立つ



「醤油」と「米麴」の作り方

岡本よりたか

「自給農」で収穫した食料から
「発酵保存食」をつくる喜び。
微生物たちと共存しながら
くらしを豊かにする考え方と
その実践方法をまとめました。



全国で大人気
“つけものびと”
縄文漬け物の
中川仁さんとの
特別対談も収録!



表紙は鋭意デザイン中

- ①そもそも発酵とはなにか
- ②なぜ「発酵保存食」が大切なのか
- ③発酵保存食のつくりかた
- ④発酵調味料のつくりかた
- ⑤感情と腸内細菌の関係
- ⑥微生物と人間の生き方の共通点
- ⑦‘つけものびと’ 中川仁さんとの対談 などなど

自信をもって
おススメします前著
9784862576989



と

こんな類書もあります
あさ出版
9784866676494



指定メ切：7/7(月) →7/25搬入・7/29発売

ご注文お待ちしております FAX : 03-5830-0378

既刊本返品の際、逆送が心配の場合は、企画販売部・町田了解でお返してください

貴店番線印	書名	本体価格	仕様	ISBN	注文数
	新刊				
	日々、発酵くらし	1,800	四六	9784862577429	
ご担当	好評3刷				
	おひとり農業	2,000	四六	9784862576989	

様