

イーブック・アソシエーション・ジャパン株式会社、電子書籍『絶対失敗しない「銀座いけだ式」30代ダイエット』発売のお知らせ

イーブック・アソシエーション・ジャパン株式会社は、ダイエットメソッド本『絶対失敗しない「銀座いけだ式」30代ダイエット』の電子書籍版を発売いたしました。

何を、いつ、どう食べればいいのか？どんな生活を心がければいいのか？

美容・アンチエイジングの専門医師、銀座いけだクリニックの池田欣生先生、そしていけだクリニック顧問歯科医師の長谷川貴司先生が、30代を迎えたあなたにピッタリな究極の美BODYメソッドを伝授します。

iPhone/iPad対応はもちろんのこと、Amazon Kindleにも対応。電子書籍のプロフェッショナルとして、電子書籍の企画～販売までを一手に担うEbAJは、今後も新たな電子書籍体験を世に問い合わせ、積極的に市場拡大を推進してまいります。

◆書籍概要

書名 絶対失敗しない「銀座いけだ式」30代ダイエット

発行 イーブック・アソシエーション・ジャパン株式会社

定価 600円

対応端末 iPhone,iPod touchおよびiPad互換iOS4.0以降が必要(iOS5対応)Android

発売日 2012年2月22日

[iTunes Store] <http://itunes.apple.com/jp/app/jue-dui-shi-baishinai-yin/id502798421?mt=8>

[Android Market] <https://market.android.com/details?id=jp.co.conit.jp.ebookassociation.ebookviewer.ikedadiet>

【目次】

■はじめに

30歳を過ぎたら「ダイエット」の意識を！

■第一章 無理なく食事をコントロールする方法

『いけだ式ダイエット』が目指すのはまず、食習慣の改善。実際に先生方が実践している方法、また多くのダイエット成功例を考察したうえで共通する点とは？

■第二章 美しく痩せるメカニズム

まず押さえておきたいのは「体が痩せるメカニズム」。正しく美しいダイエットのために覚えておくべきことは？

■第三章 いけだ式・美しく痩せるための8つのメソッド

2ヶ月続けるだけで美しく痩せる『いけだ式ダイエット』の具体的なメソッドを紹介していきましょう

■第四章 ダイエットQ&A

ダイエット時にありがちな悩みに、池田先生、長谷川先生が医学的見地からアドバイス！

今よりもっと美しく、また30代・40代と年齢を重ねても若く輝いた女性でいるために、今すぐ始められるテクニックが満載！

【著者プロフィール】

池田欣生(いけだよしお):

銀座、新宿、大阪に展開する美容外科・皮膚科銀座・いけだクリニック総院長。自ら考案・実践した『いけだ式ダイエット』を医学的・美容的立場から指導し、多くの男女をダイエット成功へと導いている。

日本アンチエイジング外科・美容再生研究会役員理事、日本形成外科学会認定医、日本美容外科学会正会員、国際美容外科学会会員、東海大学病院形成外科非常勤講師。平成7年大阪医科大学卒業。

長谷川貴司(はせがわたかし):

いけだクリニック顧問歯科医師。ドイツ口腔インプラント学会・指導医(旧:国際口腔インプラント学会・指導医)、日本歯科レーザー学会認定医、日本口腔インプラント学会会員、日本再生歯科医学会会員。歯科医の立場で、考案・開発したダイエット器具・オーラルダイエットを使用して、「噛むこと」を意識したダイエット指導を行う。

日本歯科大学新潟歯学部卒、06年ドイツフライブルグ大学口腔外科にてインプラントアドバンス サージカルコース修了。

◆EbAJの関連書籍

☆☆★恋愛で悩んでいる女子必見！『恋の治療室 翼の傷ついた美しき女たちへ』

[iTunes Store] <http://itunes.apple.com/jp/app/yino-shangtsuita-meishiki/id498439918?mt=8>

[Android Market] <https://market.android.com/details?id=jp.co.conit.jp.ebookassociation.ebookviewer.koichiryou>

☆★★モテる条件は時代で変わる！『86世代女子をゲットする39の法則』

[iTunes Store] <http://itunes.apple.com/jp/app/86shi-dai-nu-ziwogettosuru39no/id490849485?mt=8>

[Android Market] <https://market.android.com/details?id=jp.co.conit.jp.ebookassociation.ebookviewer.hachiroku>

★★★男子の視点で恋愛をチェック！『男子の心をゲットする7つの魔法』

[iTunes Store] <http://itunes.apple.com/jp/app/nan-zino-xinwogettotsuru7tsuno/id401868767?mt=8>

[Android Market] <https://market.android.com/details?id=jp.co.conit.jp.ebookassociation.ebookviewer.danshiget>

◆お問い合わせ先

イーブック・ゾシエーション・ジャパン株式会社

<<電子書籍の編集・製作・流通・販売のプロフェッショナル集団です>>

■代表者名 清水 武

■所在地 東京都千代田区神田神保町1-32 やまかわビル2階

■電話番号 03-3233-7533

■URL <http://www.ebook-association.jp/>

■当書籍に関するお問い合わせ http://www.ebook-association.jp/?page_id=31



絶対失敗しない

銀座いけだ式

30代ダイエット

美容専門家が提案する、
美しく痩せるための10のメソッド

はじめに

30代を過ぎたら
「ダイエット」の意識を

銀座いけだクリニック
池田欣生



1 / 50



2 / 50



美容の専門家が考案する「美女 ダイエット」



池田：私は、美容やアンチエイジングの専門家として、銀座でクリニックを開いています。いつまでも若くありたいというのは、すべての女性たちの願いですよね。年齢よりも若く見せるには、究極的には、若い人たちの真似をすればいいわけですが、若いというのは、実をいうと「太っていない」ということなのです。特に、最近の20代以下の人は、みな細くて、BMIでいうと太っている人は、全体の5%以下。ここ

ストレスなく自然に痩せる！



実際、私は歯科医の立場で、患者さんに正しい噛み方を日常的に指導しているのですが、ダイエットしたいみなさんは、噛み方を改善するだけで健康的に痩せていかれます。食事を我慢するわけではないので、ストレスもありません。

本書では私から、「噛むこと」とダイエットの関係を医学的に説明しながら、「噛むこと」を意識するために簡単にできるアイデアをご紹介します。

女性は、30代を過ぎてから、ますます魅力的になって



4 / 50



6 / 50

