

発売前に
大増刷！

名医が教える、人が幸せになる唯一の方法。

「感謝」と「利他」の心が人生を幸せにする

著者 石原結實

〈価格〉1300円+税 〈発売日〉2020年1月24日 〈出版元〉ビジネス社

株式会社ビジネス社（東京都新宿区 代表取締役：唐津隆）は、新刊書籍『「感謝」と「利他」の心が人生を幸せにする』を2020年1月24日に発売いたしました。ぜひ、貴メディアにてご紹介いただけますと幸いです。

◆多数の著名人を診てきた医者が解説する、“幸福”をつかむコツとは？

著者はこれまで、元首相、政財界、法曹界、教育界、芸能・スポーツ界など、数々の著名人を診てきました。そして気づいたことは、「周囲に尊敬されるほどの人には、ある共通項がある」ということでした。それは、常に「感謝」の心を持ち、自らの欲は追わず、「利他」の精神に徹していることです。

実際、「利他」すると幸せホルモンが働くことが医学的に明らかにされています。本書は、最新の医学情報を駆使して、「感謝」と「利他」が、人生に幸福をもたらすしくみを解説していきます。

現代の日本人が、幸福をつかむために欠かせない心の持ち方、考え方が満載です。

石原結實（いしはら・ゆうみ）

1948年、長崎市生まれ。長崎大学医学部を卒業して、血液内科を専攻。のちに同大学院博士課程で「白血球の働きと食物・運動の関係」について研究し、医学博士の学位を取得。スイスの自然療法病院、B・ベンナーハリニックやモスクワの断食療法病院でガンをはじめとする種々の病気、自然療法を勉強。コーカサス地方の長寿村にも長寿食の研究に5回赴く（ジョージア共和国科学アカデミー長寿医学会名誉会員）。テレビ、ラジオなどの出演や全国講演でも活躍中。著書は、『水の飲みすぎが病気をつくる』『死んだらどうなる』（以上、ビジネス社）、『ちょい空腹がもたらすすごい力』（ワニブックス）『「食べない」健康法』（PHP研究所）、『「体を温める」と病気は必ず治る』（三笠書房）など300冊以上にのぼる。



「感謝」と「利他」
の心が人生を幸せにする
医学生 石原結實
Yumi Ishihara
人が「幸せ」になる
究極の方法。

【お問い合わせ先】

株式会社ビジネス社 広報担当：松矢

〒162-0805 東京都新宿区矢来町114番地 神楽坂高橋ビル5F

E-mail : matsuyapress@gmail.com 携帯: 09072611982 TEL03-5227-1602 / FAX 03-52271603

著者への取材、企画ご協力、読者プレゼントご対応も承ります。