

# 中日新聞 半3段

12月24日(水)

## 更年期の不調の原因は 栄養不足が9割

内科医 梶尚志 著  
生活パターン別おすすめレシピ付き

イライラ・疲労感・眠れない  
そのつらさ、  
「食べ方」を変えると  
ラクになります！  
専門医が教える、食べて整える更年期対策！

9割

9784866677675 1,595円

## みるみるうまくなる 9マス美文字練習帳

秩父ふたばこども園副理事長 美文字家 根岸和美 著

早く、キレイに  
書けるようになる  
と話題の練習法が  
初の書籍化！

今までなかった！  
9マスなら早く、  
正確に学べる！  
基準が  
あやふや...

4マスだと  
9マス美文字  
練習帳

9784866674278 1,430円

## 「人生どん底」から幸せが舞い込む ひとりお祓い

SNS総フォロワー数50万人超 心理カウンセラー masa 著

毎日がつらくて  
苦しいあなたへ  
「簡単なのに効果あり！」と  
10代・90代まで1万人が実感  
掃除、言葉、思考で  
現実が瞬く間に好転する！

1位  
Amazon  
超心理学・心靈 4/8  
住宅建築 9/12  
続々重版

ひと  
り  
お  
祓  
い

「人生どん底」から  
幸せが舞い込む  
「ツイてない」は  
自分で変えられる！  
自分を変えたい！  
自分を変えたい！  
自分を変えたい！

9784866677460 1,694円

## 世界のビジネスエリートが身につけている コーヒーの教養

山本博文 著

9784866677477 1,815円

あさ出版 〒171-0022 東京都豊島区南池袋2-9-9  
www.asa21.com  
※定価は税込み価格です。

電子書籍も発売中

(広告イメージ)

ご注文は **Bookインタラクティブ** または **FAX: 0120(39)1656**

番線印		あさ出版		中日新聞 半3段広告	
注文書	ご担当	様	入	更年期的不調の原因は 栄養不足が9割	2025年9月9日刊行 梶 尚志 著 ISBN 978-4-86667-767-5 本体1,450円+税
			売		
			在庫		
			冊	みるみるうまくなる 9マス美文字練習帳	2025年4月15日刊行 根岸和美 著 ISBN 978-4-86667-427-8 本体1,300円+税
			入		
			売		
			在庫		
			冊	「人生どん底」から幸せが舞い込む ひとりお祓い	2025年4月15日刊行 masa 著 ISBN 978-4-86667-746-0 本体1,540円+税
			入		
			売		
			在庫		
			冊	世界のビジネスエリートが身につけている コーヒーの教養	2025年4月15日刊行 山本博文 著 ISBN 978-4-86667-747-7 本体1,650円+税
			入		
			売		
			在庫		
			冊		

※ご注文数は調整させていただくことがあります。ご了承ください。