

テレビで話題!

# 死ぬまで歩ける からだの使い方!

世界が注目する

ひざのスーパードクターが  
1万人の足腰を見てわかった

## 「健康長寿の正解」

YouTubeでも話題! 200万回再生!

『100年足腰』 巽一郎 [著] 定価=1430円(10%税込) 003796-1002 サンマーク出版

