

光文社・知恵の森文庫最新刊のご案内

2015年2月10日(火)発売

び はだ ごよみ
美肌暦

28日サイクルできれいになる

簡単で効果的！「私の素肌はシンプルケア！」

美人女医が実践する「最小の努力で最大の効果を出す」美肌術

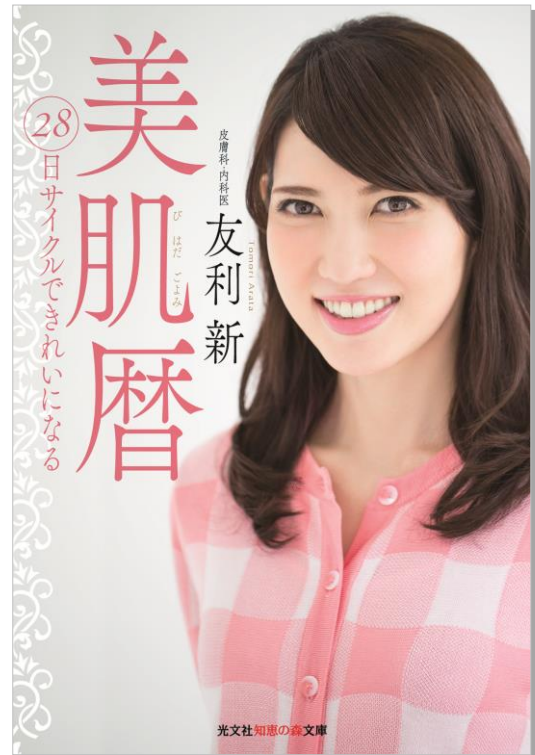
全部見せ！

「肌は毎日変化しています。敏感な時期には“守り”に徹し、調子がいいときには“攻め”に出ることが大切なのです。それがトラブルを未然に防ぐと同時に、最少の努力で最大の効果を上げることにつながります」。

人気女医が、自身の肌トラブル経験を経てたどり着いた簡単でシンプルな素肌ケア術を全公開！

その日一番効果的なケアを丁寧に解説します。

【定価】 640円＋税



著者プロフィール

沖縄県宮古島出身。医師（内科・皮膚科）。東京女子医科大学卒業。同大学病院の内科勤務を経て皮膚科へ転科。現在、都内のクリニックに勤務の傍ら医師という立場から美容と健康を医療として追求し、美しく生きる為の啓蒙活動を雑誌・TVなどで展開中。2004年第36回準ミス日本という経歴を持つ。TBS「駆け込みドクター！」をはじめ数々のテレビ番組に出演中。

<お問い合わせ> ㈱光文社 ハンフィクション編集部(知恵の森文庫) 担当:藤あすか
〒112-8011 東京都文京区音羽 1-16-6 TEL:03-5395-8172/FAX:03-5395-8179