

ピンポイントで整う!

じんわり

押し活

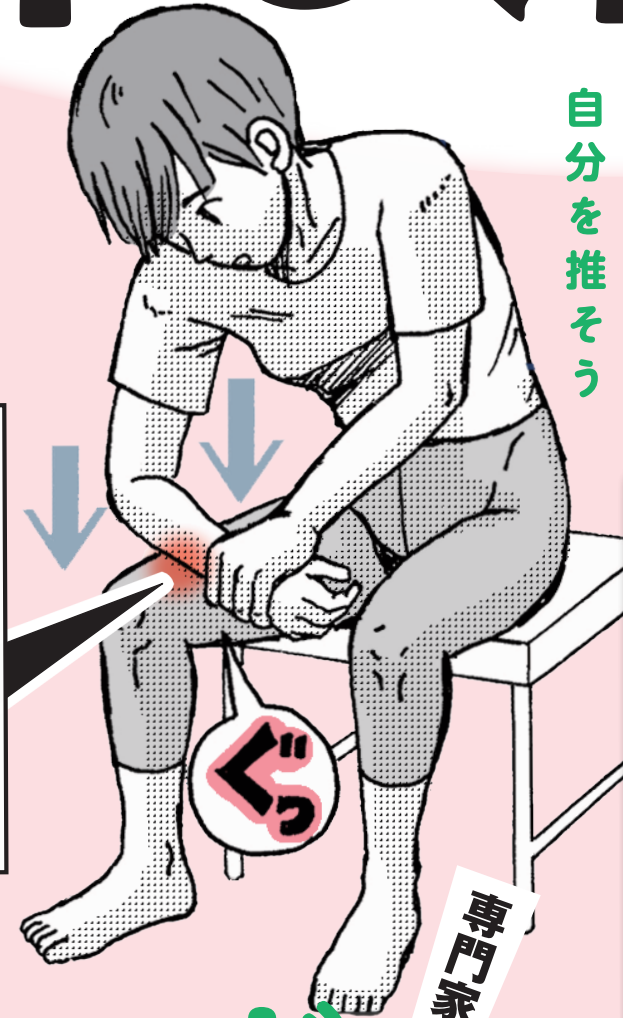
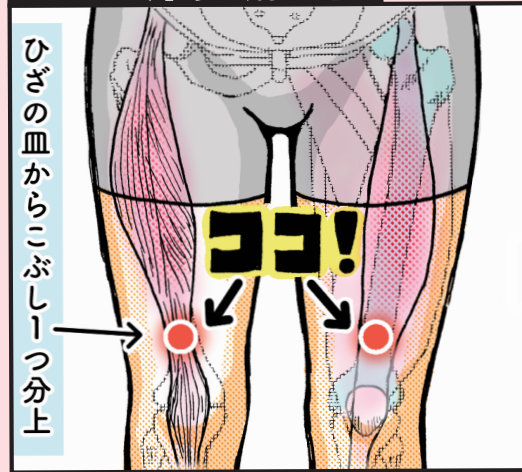
発売即重版で
話題!

崎田ミナ

日常のあらゆる“おつかれ”に
選りすぐりの**押す**ケア

- 足先の冷え・むくみに
- 不眠・寝つきが悪さに
- 急な咳き込みに
- ほうれい線に
- 目のシワ・たるみに

ひざ痛・腰痛には



体を押しして、
自分を推そう

著者累計

70万部
突破!

体のコリから

顔のたるみまで見るだけでわかる

健康図解マンガ



専門家も絶賛!!

定価1540円(税込)

マガジンハウス