

GETTAMANにつづく  
話題のダイエット本!

**再送** ご指定が重複する場合、  
新しいものを生かします。

11月末配本

『朗読ダイエット』 ドリアン助川著

日テレ「スタートドラフト会議」出演!  
全国日本テレビ系列火曜22時、くりいむしちゅー、マツコ・デラックスほか出演の人気番組

11月20日(火) 初回出演。  
さらに12月には、I・Z・A  
Mさんによる一カ月の  
実践結果篇を放送!

- ★11月30日もしくは12月3日の配本予定です。
- ★初回のご指定は11月22日までにお問い合わせいたします。
- ★メソッド紹介動画あります。ぜひご利用下さい!

- ◎朗読で体芯を鍛える!
- ◎脳も活性化!
- ◎語学も身につく!
- ◎リバウンドなし!
- ◎いいことづくめの  
ダイエット本の真打ち登場。



ポイントは腹式呼吸!

方法は簡単。  
①ひねりのストレッチ  
②5分間の腹式呼吸  
③3分間のドッグズブレス  
そして腹式の発声で  
毎日朗読するだけ!



四六判並製 / 128ページ / 定価1,400円+税 / ISBN 978-4-903500-87-4  
ドリアン助川 (明川哲也) 作家・朗読者・パフォーマー。2011年秋、講師を務めるカル  
チャースクールにやって来たふたりの100kgオーバーの青年とともに朗読ダイエットを実践。

「週刊朝日」2012年10月12日号にも3ページの記事掲載! いま話題!!

**左右社** 150-0002 東京都渋谷区渋谷2-2-4 青山アルコーブ406  
TEL 03-3486-6590 / FAX 03-3486-6584

注文書	貴店印	脳が活性化し、リバウンドなし! <b>朗読ダイエット</b> ドリアン助川
	ご担当 様	
		定価 本体1,400円+税 ISBN978-4-903500-87-4

拡材をご用意いたします! (ポップ・ムービー(プレーヤーはありません)・A4パネル)  
ご注文は左右社 FAX (03-3486-6584)へ