

今こそ正しい知識と対策を。  
歩行習慣が免疫力と抵抗力を生む！

歩くだけで

ウイルス感染に勝てる！

シリーズ累計  
16万部突破！

重版出来

ウイルスの正体を知る・ウイルス対策は予防に尽きる・  
歩行習慣でウイルスを寄せつけない・感染したらどうする？

医学博士 長尾和宏 著

四六判／160ページ／本体1200円＋税

山と溪谷社

〒101-0051 千代田区神田神保町1-105

<https://www.yamakei.co.jp>