

# 教科書（老化防止のバイブル）目次

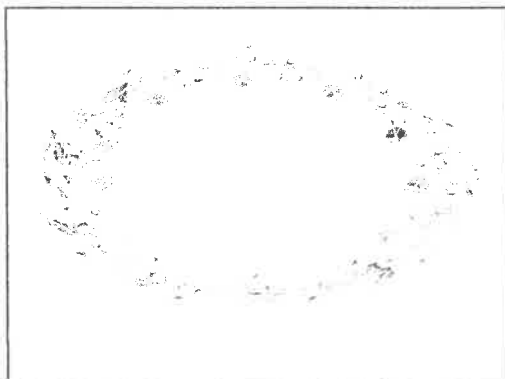
唯一無二

A4 両面2色 59Page

1. 健康の不安の解消(平均寿命 120 歳になると最新科学で予測)..... (6)  
著者：デビッド・A・シンクレア ハーバード大学医学大学院教授. 世界を変える  
100 人の一人 ■世界を代表する知識人が称賛! ■世界的に有名な科学者、  
健康の不安の解消 人類が迎える『若いなき世界 Life Span』衝撃の未来! の概要
2. 老化の原因..... (9)
  - 1) 老化は治せる病気である。(教科書に沿って、実践すれば治せる)
  - 2) 酸化/糖化/炎化/塩化/酒化が老化の原因
  - 3) ホルモン分泌の減少/タバコ⇒タバコの摂取を控える
  - 4) 適正体重 Kg ⇒ (身長 m)2×22 (適正 BMI)
3. 老化の自然治癒(予防・対策)必ず効果あるヘルスチェーンの確立.....(11)
  - 1) 老けない人はあなたと違うものを食べている.....(14)  
お金をかけずに老化防止の効果的を 20-100 倍にできる方法がわかる。
  - 2) 運動とホルモン.....(33)  
ここまでをビデオでまとめました ⇒⇒⇒⇒⇒⇒
  - 3) 老化予防の長寿遺伝子(サーチュイン遺伝子)..... (38)
  - 4) 入浴により、血流を良くし、快適な睡眠..... (42)
4. 老化の予防(自然治癒)を繰り返していると、  
老化細胞ができる。その早期発見と治療方法..... (46)
5. 必ず効果のある老化の早期治療..... (50)  
老化は医療で考える時代、その発達とともに老化を治す治療薬も続々発売されています。
6. 老化を超えて、元気で社会貢献一生きがいの追求.....(53)
7. 老化の原因と対策文献..... (57)



## 祖父母・父母・友人・自分へのほうび・贈答品



コース受講チケット

はがきサイズ

¥1,000

教材費 ¥300×10 回 = ¥3,000 相当  
チラシの講座開設日に教科書と交換致し  
ます(チケットに印有・要確認)

申し込み・問い合わせ

090-9320-2714 FAX 050-3730-4666

E-Mail : [Antiaging10k@gmail.com](mailto:Antiaging10k@gmail.com) 実践会用