

TRFメンバー・ダレデモダンス代表理事 SAMさん推薦！
「楽しく歳を重ねるために。」

なぜあの人は 愉快なのか？

2021年12月21日発行

株式会社あさ出版(代表取締役:佐藤和夫、所在地:東京都豊島区)は飯田ヤスヒサ著『なぜあの人は愉快なのか？』を2021年12月21日(火)に刊行いたします。

読むほどに人生が楽しく愉快になる本

この本は南カリフォルニア大学ジェロントロジー学部の授業や最新の科学的なエビデンスをもとに困難やストレスだらけの現実をご機嫌な世界に変える人生の参考書です。幸せとはなに？ 成功とは？ 健康とは？ QOLとは？ そんな学びが、この本に凝縮されています。さまざまな研究結果に基づいた生きる知恵を短くまとめ、分かりやすくお伝えします。本書は生きづらさや、将来に対する不安やストレスをスッキリと解消する「生きる知恵袋」なのです。愉快にご機嫌に生きるためのレシピを御紹介いたします！

タイトル:なぜあの人は愉快なのか？

ページ数:208ページ 著者:飯田ヤスヒサ

価格:1,650円(10%税込) 発売日:2021年12月21日

ISBN:978-4-86667-328-8

【目次】

第1章 ご機嫌に生きるには

第2章 楽しく生きるノウハウ

第3章 ハッピーにチャレンジ

第4章 健康で若々しくね！

第5章 きれいになって愉快地

第6章 夢にあふれた人生設計を

第7章 風の時代を笑顔で生きる

【著者プロフィール】



いいだ
飯田ヤスヒサ

学校法人 山野学苑

一般財団法人 美齢学ジェロントロジーセンター理事

ジェロントロジー公式アンバサダー / ジェロントロジスト / 美齢学指導員

南カリフォルニア大学ジェロントロジー学科通信教育課程修了。神奈川県横浜市出身。獨協大学経済学部卒業。1984年、日系アパレル企業の駐在員としてニューヨークに赴任、3年後に現地にて独立。25年間のニューヨーク生活から帰国して「美意識と健康に関心のある方々の集まり」であるDreamwayという交流組織を結成、理事長に就任。現在の会員数は2800人を超える。facebook「バブリー飯田と素敵な仲間たち」のグループ会員は1200名以上登録。

学校法人 山野学苑・一般財団法人 美齢学ジェロントロジーセンター理事を務め、南カリフォルニア大学ジェロントロジー学科通信教育課程の講義や講演などを積極的に行ない、「健康で、ときめく毎日を生きていく秘訣」を発信している。



書評・著者インタビュー等のご検討をいただければ幸いです。情報掲載、画像提供の問い合わせ

古垣(フルガキ) TEL:03-3983-3225 090-4424-6911 furugaki@asa21.com

株式会社あさ出版 東京都豊島区南池袋2-9-9 第一池袋ホワイトビル6階