

# ココロとカラダ 元気のしくみ

心理カウンセラー

おのころ 心平 [著]

◆ISBN : 978-4-86581-112-4 ◆四六判・並製 ◆240ページ ◆2017年8月2日取次搬入発売

## ココロを元気にするカラダの使い方！ カラダを元気にするココロの使い方！

おのころ心平氏(ココロとカラダをつなぐカウンセラー)は、23年間、カウンセリングの現場に身を置き、主に重い疾患を抱える多くのクライアントさんとセッションする中で、ココロが及ぼす病気への作用を研究してきた。

本書では、著者が、元気と病気のしくみを紹介。元気=「気」が「元」に戻る。気が滞ると病気が生じる。元気と病気がわからなくなって、“なんとなく元気が出ない、疲れが取れない”、“自分は病気かもしれない…”と感じている人におすすめ。

帯津良一氏、川島朗氏、保坂隆氏、対馬ルリ子氏、永田良一氏、上野圭一氏、やましたひでこ氏、他、15名が推薦！！



ココロを元気にするカラダの使い方  
×  
カラダを元気にするココロの使い方

病気と元気への  
疑問がたちまち解消!!

帯津良一氏(帯津三敬病院名誉院長)  
保坂隆氏(聖路加国際病院神経痛科部長)  
対馬ルリ子氏(女性ライフクリニック銀座院長産婦人科医)  
やましたひでこ氏(「断捨離」の提唱者)他多数が推薦!!

さくら舎

### 【著者略歴】おのころ 心平 (おのころ・しんぺい)

1971年に生まれる。一般社団法人自然治癒力学校理事長。ココロとカラダをつなぐカウンセラー。これまで2万3千件、約5万時間の臨床経験をもつ。ガン、自己免疫疾患、生活習慣病など各病気の奥に潜む心理的欲求を読み解き、それを自然治癒力解放へと導くカウンセリングは高く評価され、経営者、アスリート、文化人など多くのクライアントを抱える。他方、パーソナル医療コーディネーターとして病院や治療法の医療選択もサポート。セミナーと講演は年150回を超える。

著書に『病気は才能』(かんき出版)、『ゆるすいっち。』(主婦の友社)などがある。

### 【本書の内容】

#### 第1部 ココロ編

- 第1章 ココロの元気のしくみ
- 第2章 元気をもらうしくみ
- 第3章 元気の気分のしくみ
- 第4章 元気の日常のしくみ

#### 第2部 カラダ編

- 第5章 カラダの元気のしくみ
- 第6章 五臓と元気のしくみ
- 第7章 病気と元気のしくみ
- 第8章 元気の7つの法則

補充注文書	貴店印	発行:さくら舎	おのころ 心平 [著]	ご注文
	<h1>ココロとカラダ 元気のしくみ</h1>			<b>冊</b>
	ご担当者様	ISBN 978-4-86581-112-4 C0011 四六・並製 本体価格 1,400円+税		

TEL 03-5211-6533 / FAX 03-5211-6481

〒102-0071 東京都千代田区富士見 1-2-11 KAWADA フラッツ1F 株式会社さくら舎 営業部:web

※返品はフリーです。