

はるかぜ書房の新刊
2022年7月上旬発売

現役美容師が作った 「スマート整体」のすすめ！

いつでもどこでも自分でできるからだのケア
「心と体が整うレシピ」を紹介。

著者：坂本輝雄

美容師歴34年、整体師歴7年。美容室プラテ・プラテケアを経営。
スマート整体を考案・創造・著書に至る。

1968年茨城県生まれ。1986年窪田理容美容専学校卒。

美容師をしながら整体師の資格を取得し、2014年日本健康整体普及連盟
認定整体師となる。

椅子に座ったまま出来るスマート整体で、7年でのべ12,000人を施術し、
ストレートネック・スマホっ首・腰痛を改善の他体の不調を改善しています。

現役美容師が作った
「スマート整体」の
すすめ！

Recommendation of "Smart Bodywork"
created by an active beautician

いつでもどこでも
自分でできる
からだのケア

坂本輝雄 Sakamoto Teruo

「心と体が整うレシピ」を紹介！

日本初！

リモートでも対面でもできる整体。

ベッドを使わない、
イスに座ったまま体をリセットする。

#整う

#めぐる

#リセット

スマート整体でできる7つのこと

1. 猫背が改善し、正しい姿勢になる。
2. つまづきやすり足をなくす。
3. しつこい肩こりから解放される。
4. 脚が改善し、足の動きもスムーズに。
5. ストレートネック、スマホっ首を治す。
6. 体をリセットし、筋肉痛から解放する。
7. 手首、足首、首(頸椎)を整える。

本書より

発行発売 はるかぜ書房株式会社

〒248-0027 神奈川県鎌倉市笛田6丁目15番19号

ご注文 申込書	注文 数	はるかぜ書房株式会社
		『現役美容師が作った 「スマート整体」のすすめ！』 坂本輝雄 B5判縦・並製・96頁 定価1980円(税込) ISBN:978-4-909818-34-8 C0075 ¥1800E

ご注文は JRC へ

FAX 03-3294-2177

TEL 03-5283-2230