

こうして、 「健康」をとりにかえせ!

老後をパワフルに生きる/



「年をとってもちぢまないまがらない」、
「老人病棟」に続く
船瀬俊介の
「老後対策三部作」シリーズ

最終巻!



船瀬俊介

まぢがいだらけの老人介護
心と体に「健康」をとりにかえす82の方法

興陽館