

美肌とボディメイクがこれ1冊で。  
筋肉が美肌を作る、まったく新しい美容筋トレ本登場！

2020年6月新刊

**POLA** が明かした新事実！

キレイなお肌のカギは  
筋肉にあった！

日本を代表する化粧品メーカーである、ポーラの研究により筋肉から出るホルモン「マイオカイン」が美しいお肌をつくるカギになっていることが、明らかになりました。この最新の研究結果に基づいた、“美肌のための筋トレ本”です。エクササイズ指導・筋肉のための監修は、『眠れなくなるほど面白いタンパク質の話』がベストセラーの藤田聡(立命館大学スポーツ健康科学部)教授。

最新のエビデンスに基づいた、  
キレイになりたいすべての人垂涎の1冊です!!

NOW  
PRINTING

筋肉が美肌をつくるメカニズムと、  
効率的なエクササイズを  
写真とビジュアルで解説！

※仮画像

2020年5月20日受注締切 / 6月9日搬入予定

新刊  
委託

美肌も叶う筋トレ

監修:ポーラ化成工業株式会社 藤田聡  
ISBN:978-4-405-08703-3 定価:本体910円+税 96P A5判

冊

貴店番線印

ご担当 様

★ 新星出版社 営業担当:

〒110-0016 東京都台東区台東2-24-10  
TEL: 03-3831-0743(代)

ご注文は  
営業本部FAXまで **03-3831-0758 (fax)**

2020.03.13作成