

健康 · 財富滾滾來

2013年

暢銷專區

# 采實文化

## 好評推薦

酵素たっぷりで「中世体質」になる！「副ジュース、ダイエット」

### 7天瘦肚子

#### の神奇蔬果汁

每天賣力運動・不如早餐喝果汁・3天一定瘦！  
[ 90道高酵特調果汁食譜大公開 ]

早上喝 不復胖 二週減4kg GO!!

35歲，一樣瘦身成功！

過了18歲——幸好瘦了胖得更快？  
想變瘦，不想說「易胖易老」？  
讓體內擁有「大量酵素」此關鍵。  
每天一杯「高酵蔬果汁」，改善停滯的代謝功能，  
幫你狂甩脂肪，不運動也變瘦！

半年瘦 20kg  
胖姐→S曲線

藤井香江 著

坐姿的腰部承受壓力是 站姿 的1.4倍？

## 1個動作

腰痠は「たった1つの動き」で治る！

# 治好腰痛

連名醫都治不好的腰痛，  
只要3分鐘，就能自己治好。

解痠痛 放鬆操 簡單迅效

收錄 最有效的 薦骨保健操

- 4大 肌力訓練操
- 5式 關節放鬆操
- 28招 解痛健康操

簡文仁 著  
黃如玉 譯

吉田始史◎著 高松和夫◎監修  
許淑華◎譯

動太少——「腰痛、肩痛、頸椎痛」的小毛病沒有停止地！  
動太久——每天都忍受「腰酸背痛」的痛楚？  
只要「下腰動作」，腰痛就斷「自癒」！

好問題比命令更有效！只用1個問題，就能輕鬆解決所有難題！

## 說服各種人的

# 聰明問話術

他人を動かす質問

要什麼答案，  
就要知道怎麼問，  
這樣問，  
全世界都聽你的。

日本最受歡迎的心理學家，  
首度公開「誘導式問話術」！  
不需要什麼領導能力，只要會問問題，  
任何人都會不自覺跟著你的想法走！

內藤誼人◎著 謝文憲◎譯  
兩岸知名企業講師及暢銷書作者

全球實驗證明，57個科學數據告訴你。  
約會總是遲到的情人、難作生意的客戶、老是不遵守公司規定的員工等，  
全都因為這些「問話術」而成功扭轉。換機改變，用「好問題」取代命令，他的自願自發會幫你解決所有難題。

添加物 反客為主 人工色素 超毒劑 塑化劑 ... 如何判斷有毒物？

## 毒物專家

# 絕不買的黑心商品

國大化學系 吳家誠 教授

廠商「不老實說的祕密」，化學教授通通告訴你

吃的、用的東西，90% 都含毒，  
跟著專家減毒過生活，  
健康自然來。

獨家公開  
吳教授  
20年不生病的  
養生法

果汁、還有水果？還是，不用大買罐頭？  
抗美美白牙膏，很有效？其實含有大量防腐劑！  
超碎軟餅乾，很安全？保證熱熱熱，快快中藥！  
紅麴保潔生？小心肝臟養生敵！

各大媒體公認「最敢說的」化學專家，  
首度公開你一定要知道的「防毒妙招」！

沈世宏 行政院環保局副局長  
陳介山 國立成功大學化學系教授兼系主任  
桂梅瑾 輔仁大學醫學院公共衛生學系副教授  
林瑜雯

為窮忙族 量身打造!!

## 一定要

# 存到100萬

只要學會 錢包整理術  
薪水再低，都能存到錢

明明開銷不大，  
卻還是存不了錢!?

解決。

笑著笑著就存到錢了!  
令人捧腹大笑的圖文書

明明開銷不大，  
卻還是存不了錢!?

解決。

9book 墊腳石圖書廣場