

心がラクになる魔法のカルテ

さまざまな“モヤモヤ”や“ストレス”が
びっくりするほど軽くなる一冊！

「仕事」「家族」「人間関係」・・・どうしても逃れられないのであれば、それをむしろ上手にコントロールする、そんな方法があるのです！

本書は長年、作業療法士として多くの患者さんを幸せに導いてきた著者が満を持して書き下ろした“心のリハビリテーション本”です。

ストレスを自分の味方にして、幸せになるためのノウハウが26の項目でわかりやすく述べられています。

この本から良いヒントをつかんで、素敵な人生を歩んでください！



著者略歴

小林英之（こばやし・ひでゆき）

作業療法士。山形医療技術専門学校作業療法科卒。総合病院リハビリテーション科勤務などを経て、2019年4月作業療法士、カウンセラー、執筆家として独立。現在は訪問看護リハビリステーション非常勤スタッフを主軸に、執筆家、講師、カウンセラーとして多方面に活動。

貴店印・帳合 ご担当 様	注文数 冊	<h2 style="text-align: center;">心がラクになる魔法のカルテ</h2> <p style="text-align: right;">小林英之/著</p> <p style="text-align: center;">四六判上製/104頁</p> <p style="text-align: center;">PHPエディターズ・グループ</p> <p style="text-align: right;">定価：本体1,000円(税別) ISBN978-4-909417-27-5 発売日：2019年9月20日</p>
---------------------	--------------	--

発行 | **PHPエディターズ・グループ**

〒135-0061
東京都江東区豊洲5-6-52 11階
☎ 03-6204-2931
FAX 03-6204-2932

ご注文はJRCへ▶▶▶▶ FAX 03-3294-2177

※返品条件付き注文扱い
すべての取次への出荷が可能です。