

長生きしたければ病院に行くな

# 医者に殺されない 20の心得

医者にもクスリにも頼らない  
人生100年時代の知恵

自分が「健康」だと思っている人は  
アメリカ人の9割、日本人は3割

病院に行かなくなった高齢者は、  
元気になった！

免疫力アップに、  
医者・クスリ・サプリは要らない！



PRESIDENT MOOK