

あなたの体で、ホルモンは何をしているのか？ 自分の体をしっかり知りたい人のためのガイド

とことん解説 人体と健康

ビジュアル ホルモンのはたらきパーフェクトガイド

発行：日経ナショナル ジオグラフィック社

日経ナショナル ジオグラフィック社（代表：滝山晋、所在地：東京都港区虎ノ門）は、『とことん解説 人体と健康 ビジュアル ホルモンのはたらきパーフェクトガイド』を5月17日（月）に発行します。

本書は、私たちの体の中で、ホルモンはどのようにはたらくのか、日々の多様な場面でホルモンはどのようにかかわるのかを解説した、実生活で役立つ情報満載のビジュアル健康書籍です。

まず、第1章でホルモンの基礎知識をきちんと説明します。第2章では赤ちゃん、性の発達、妊娠、更年期、老化といった人生の各段階や、睡眠、脳と感情、食、ホルモン関連の病気など生活の場面ごとにホルモンとのかかわりを詳述。第3章では、科学や医学の分野でのホルモン利用について言及します。

生まれたての赤ちゃんから老年まで、男女とも、人生のどの段階でも必ず役立つ知識を記載。自分はもちろん、子ども、親、パートナーなど家族全員の健康をこの一冊でカバー。

ホルモンのはたらき、人の体全体のしくみや健康について、基礎からしっかりと知りたいという方、そして、家族全員の健康を考える方必見。一家に一冊の必読書です。



とことん解説 人体と健康

ビジュアル ホルモンのはたらきパーフェクトガイド

2021年5月17日発行／定価 2,750円（10%税込）／192ページ／ソフトカバー／サイズ：228mm×184mm／キャサリン・ウィットロック、ニコラ・テンプル 著／金子（大谷）律子 日本語監修／関谷冬華 訳／日経ナショナル ジオグラフィック社

【目次】

序文

■第1章 ホルモンは何をしているのか

■第2章 ホルモン入門

成長／体液とホルモンの関係／性の発達／妊娠と出産／閉経と更年期／睡眠／脳の機能と感情／消化、食欲、体重／ホルモンに関わる病気／老化

■第3章 ホルモンが開く未来

用語集／索引

ナショジオストア <https://nationalgeographic.jp/atcl/product/21/041200012/>
Amazon <https://www.amazon.co.jp/gp/product/4863135009/>

- 体について基礎からしっかりと理解したい人必見！ 人体＋健康実用書の決定版！
- ホルモンについて、人体にかかわる多様な機能やはたらきを詳しく解説。
- 子どもから大人まで家族全員の健康について知っておくべきことがわかる！
- 出産、成長、思春期などのライフステージや、睡眠、食事などの日々の場面ごとに図解でわかりやすく解説。

【報道関係からの問合せ先】 日経ナショナル ジオグラフィック社 広報事務局
株式会社リリオ 担当：仁地（にんち）TEL：03-6438-9195 090-2226-6459 ninchi.mikito@lirio.biz

