

「人生100年時代の冷えとり大全120」お詫びと訂正

このたびは、「人生100年時代の冷えとり大全120」（2025年10月8日第1刷発行）をご購入いただき、まことにありがとうございます。本書に誤植や文字の欠けがございました。お詫びとともに下記に訂正いたします。

P36 「全身冷えタイプ」の項目内に誤りがありました。下記に訂正いたします。

☐ 顔色は青白く、肌も乾燥している

☐ 夜中にトイレに何度も行きたくなり、睡眠不足気味

P175 三陰交と湧泉の図版説明文の文字に欠けがありました。下記に訂正いたします。

三陰交

内くるぶしの骨の上側、指3本分上、すねの骨の後ろ側のくぼみの中にある。

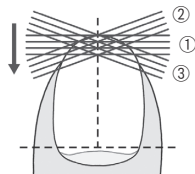
湧泉

足の裏の人差し指と中指の間で、足の裏全体の3分の1ほどの場所にある。

P199 まっすぐな爪の切り方の図版に順番の数字が漏れておりました。右記に訂正いたします。

まっすぐな爪

①②③の順に、少しずつ切る



ゆがんだ爪の切り方の図版の説明文に文字の欠けがありました。右記に訂正いたします。



切ったあとはヤスリで整える

P203 「主な生薬」の表の中央部の生薬の読み仮名に誤りがありました。下記に訂正いたします。

附子 ぶし