

## 【祝・敬老の日】

～人はいくつになっても、新しい人生を始められる～

83歳経営者 小林照子著 「これはしない、あれはする」  
発売から半年で58,000部突破！！

人生100年時代、多くのシニア世代・キャリア女性たちが共感

株式会社サンマーク出版（本社：東京都新宿区、代表取締役：植木宣隆）は2017年12月に発売した『これはしない、あれはする』は、この度11度目の重版を行い、累計発行部数58,000部を突破しました。

本書は、著者である小林照子氏が83年間生きてきた中で失敗の中から気づいた「25個のすること」と「25個のしないこと」が書かれた、今を一生懸命に生きる女性に向けて、女性にとって人生の生きる知恵を教えてくれる一冊です。

小林照子氏は60年以上にわたって美容研究家として活動してきた、「美容界のレジェンド」とも言える存在であり、これまでに美容に関する書籍は多数出版しておりますが、本書のような人生の教訓となる内容に特化した本が発売されたことは初めてのことです。

この本は多くの女性はもちろん、第二の人生の岐路に迷うシニア世代の方々からも共感を集め、勇気をもたらったとの反響をいただいております。私たちはこの本を通じて、小林照子氏を通じて、さらに多くの女性やシニア世代に「このように生きていきたい」といった希望を与えていくことに尽力してまいります。



### 【本書内の小林照子語録】

- ・心配しても、いいことは何もない。人生はなるようにしかならないのです。
- ・一分前でも過去は過去。過去を嘆いても過去は変わりませんが、未来はこれからいくらでも変えていくことができるのです。
- ・歳をとればとるほど、笑顔は大事。笑うと「モテ期」がやってきます。
- ・「歳をとったらほどほどに」が美德なんて嘘。一度きりの人生、少し欲張りなくらいでいい。

## 〈 著者の紹介 〉 小林照子（コバヤシテルコ）



1935年生まれ。美容研究家・メイクアップアーティスト。  
戦中から戦後にかけて、生みの親、育ての親、義理の親ら5人の親に育てられるという少女時代を経て、上京。保険外交員の仕事をしながら、美容学校に通う日々を送る。

その後化粧品会社コーセーにおいて35年以上にわたり美容について研究し、その人らしさを活かしたナチュラルメイクを創出。

1991年、コーセー取締役・総合美容研究所所長を退任後、56歳で「美・ファイン研究所」を創業、設立。75歳の時に、高校卒業資格とビューティの専門技術・知識の両方を取得できる新しい形の教育機関、青山ビューティ学院高等部を本格スタート。

82歳を迎えた今なお、スケジュール帳には余白がないほど予定を詰め込み、あらゆるビューティビジネスに向けてのプランニング、コンサルティング、社員研修に携わる他、ボランティア活動も積極的に行っている。著書多数。

## 〈 書籍情報 〉

- ・書名：『これはしない、あれはする』
- ・著者：小林照子
- ・定価：税抜き1,500円、税込み1,620円
- ・判型：四六判上製
- ・発売日：2017年12月27日(水)

## 〈 出版社情報 〉

- ・社名：株式会社サンマーク出版
- ・所在地：東京都新宿区高田馬場2-16-11
- ・電話番号：03-5272-3166(代表)
- ・代表者：植木宣隆
- ・創業：昭和46年12月
- ・従業員数：45名
- ・事業内容：「時代感性を重視し、その時代、その社会に応じながら、読者が本当に求める良書を提供する」をテーマに、教育・社会・経済・ビジネス・実用にいたるまで、あらゆる分野において、社会的評価の高いベストセラー、ロングセラーを世に送り続けています。