

老けない51歳！アンチエイジングのカロスマの新刊
「老けない人はやめている」が
5月28日(火)講談社より発売されます。



アンチエイジングのカロスマが老けない秘訣を公開

無駄なぜい肉がなく引き締まった体、ツヤのある健康的な肌……
どこからみても30代にしか見えない”驚異の51歳”、オーガスト・ハーゲスハイマー氏。
そんな本人も実は30代までは毎晩飲み歩き、夜中の3時にシメのラーメンが定番という不摂生な
日々を送っていて、体を変えようと一念発起したのは40代に入ってから。

「日本の女性たちをより若く美しく輝かせることが僕の使命です！」

国内・海外の医学論文を読破し、いい研究者、製品があると聞けば世界中どこでも訪ねていく、
という持ち前の行動力で研究を重ね、「正しい食生活と生活習慣さえ守れば、人はいつからでも
若返ることができる」と開眼。自ら編み出した”オーガスト流フードヒーリング”を実践して、見た目も
体内年齢も30代の肉体を手に入れました。この本では、実は女性が”美容にいい”と思って毎日
やっていることが本当は老化を早めていることが多い、ということを鋭く指摘しつつ、若さを維持でき
るちょっとしたコツ、そしてアンチエイジングの正しい知識、毎日の生活での実践方法をわかりやす
く伝授します。一日一食、炭水化物抜き、お酒NGなど苦しいことは一切なし！ ”オーガスト流フード
ヒーリング”であなたも”一生老けない”体を手に入れましょう。

「こんな習慣があなたをどんどん老化させていた！」

- ・パンとコーヒーの朝食
- ・毎朝のグリーンスムージー
- ・午後3時以降のコーヒーや紅茶
- ・仕事の合間のお菓子
- ・エクササイズ後のスポーツドリンク
- ・油抜きの食事……

- 書名：『老けない人はやめている』
- 著者：オーガスト ハーゲスハイマー
- 定価：1200円(税別)
- 体裁：単行本(ソフトカバー)：144ページ
- ISBN：978-4062997867
- 発売日：5月28日(火)



《著者プロフィール》 オーガスト ハーゲスハイマー

1962年、福島県生まれ。株式会社アビオス代表。栄養科学博士。サンディエゴ州立大学で医学を学ぶ。
現在はアビオス代表のほか、オーガニックエステティックサロンのスキンケアラインのプロデュース、レスト
ランのアンチエイジングメニューの監修を手がける。また、アンチエイジングスペシャリストとして表参道の
コンセプトスタジオVedaでフードヒーリングワークショップの講師を務めるほか、テレビ、雑誌、セミナーなど
で活躍。著書に『20歳若く見える人の食べ方』(ソフトバンク新書)。

株式会社アビオス

代表取締役 オーガスト ハーゲスハイマー

事業内容 無農薬・無添加、100%ピュア&ナチュラルなインナービューティー製品を自社で製造販売

【お問合せ連絡先】

株式会社アビオス 〒108-0073 東京都港区三田1-1-12 レジディアタワー麻布十番1803

TEL:0120-441-831 (9:00~18:00、土日祝日休み) FAX: 03-3769-2308

E-Mail: info@abios.jp 広報担当宛て

<http://www.acai.co.jp>

