



人はすこし、
覚えて
いすぎ。

「忘れる」ことは、
「若返る」こと。

91歳現役医師の “身軽になる”生き方作法

「言葉のやさしさに癒された」
「母親に贈った」と大反響！

『ほどよく忘れて生きていく』藤井英子 定価=1540円(10%税込) 004035-1001 サンマーク出版