

## 訂正情報

『朝夕 15 分 死ぬまで寝たきりにならない体をつくる!』に以下のような誤植がございました。お客さまにご迷惑をおかけしましたことを謹んでお詫び申し上げます。

2011 年 9 月 29 日

正しくは以下のようになります。

◆86 ページ 左から 1 行目および 2 行目

【誤】

3. 筋持久力トレーニング
4. 可動域改善トレーニング

【正】

3. 可動域改善トレーニング
4. 筋持久力トレーニング

◆116 ページ 左から 2 行目

【誤】

カテゴリー 3 の筋持久力トレーニングに重点的に……

【正】

カテゴリー 4 の筋持久力トレーニングに重点的に……

◆117 ページ 左から 2 行目

【誤】

体幹や関節の動きをよくする可動域改善トレーニング（カテゴリー 4）を重点的に……

【正】

体幹や関節の動きをよくする可動域改善トレーニング（カテゴリー 3）を重点的に……

◆120 ページ 右から 5 行目

【誤】

さらに、筋持久力トレーニング（カテゴリー 3）として、99 ページの……

【正】

さらに、筋持久力トレーニング（カテゴリー 4）として、99 ページの……

◆186 ページ 右から5行目

【誤】

特に、「可動域改善トレーニング（カテゴリー4）」と「日常生活動作トレーニング（カテゴリー7）」の2つが……

【正】

特に、「可動域改善トレーニング（カテゴリー3）」と「日常生活動作トレーニング（カテゴリー7）」の2つが……

◆200 ページ 左から1行目

【誤】

DHA（デヒドロアスコルビン酸）

【正】

DHA（ドコサヘキサエン酸）

◆201 ページ 図表上部

【誤】

1匹あたり

【正】

可食部 100g あたり

◆204 ページ 左から5行目

【誤】

カドニウム

【正】

カドミウム