

実用書ご担当者様

Amazon 本の売れ筋(総合)2位 & 楽天 本部門(総合)1位獲得!  
発売増刷決定・計15,000部!  
予約時から話題の書籍がついに発売します

6月28日発売



# 自分と夫を嫌いにならない思考術 LOVE 自分子育て

著者:バブリーたまみ ママ界のエンターテイナー  
6歳と2歳の男の子のママ。Instagramフォロワー10.2万人、SNS総フォロワー14万人。SNSやYouTube、音声ラジオ等での配信ママ・パパや子供向けのイベントを全国で開催。NHK総合『ひとモノガタリ』フジテレビ『ノンストップ!』フジテレビ『バイキングMORE』などメディア出演も多数。

まんがと  
対話形式で  
読みやすい!



展開店も続々決定!  
拡材もご用意しました!

A4パネル(10冊以上) / POP(5冊以上)

ご担当 様

子育てで一番大切なことは  
ママである自分自身を  
大事にしてあげること!

これはほんの一部!  
本書ではこのほか  
たっぷりご紹介!

Instagram  
フォロワー  
10万人!  
バブリーたまみ  
が教えます

**秘**自分と夫を嫌いにならない思考術!

- ✓自分が言いたい言葉はまずは自分から
- ✓我慢のしすぎは崩壊する。自分を許してあげるところからはじめよう。
- ✓みんな違ってみんな大変。人の大変さとは比べない。あなたが辛いと思ったらそれがすべて
- ✓自分の逃げ道をしっかり確保しよう
- and more!

まんがと  
対話形式で  
読みやすい!

『自分と夫を嫌いにならない思考術 LOVE 自分子育て』  
バブリーたまみ(著) ドーリー(イラストレーション) 自由国民社(発行)

子育てに悩むママの  
心も体も救います!

大丈夫!  
あなたはもう十分頑張ってるよ。

『自分と夫を嫌いにならない思考術 LOVE 自分子育て』  
Instagram  
フォロワー  
10万人!  
バブリーたまみ(著) ドーリー(イラストレーション) 自由国民社(発行)

冒頭のまんがから  
読んでみて??!

貴店番線印	注文          冊	<p>自分と夫を嫌いにならない思考術 <b>LOVE 自分子育て</b></p> <p>A5判 / 352P / 本体1,500円 / ISBN : 9784426129019 自由国民社</p>
-------	---	--