



脳の不思議を解決してくれる！？ 生きるためのヒントをくれます！

脳科学者の中野信子先生が
脳の闇を実体験も含めて
優しくひも解いてくれています。
コロナ禍のうつうつとした気持ちを
すこしでも解消してみませんか？
例えば、適当に物事を考えるタイプのひとと
日々努力を重ね理想を掲げて
頑張るタイプのひとの脳の違いを
分かりやすく解説してくれています。
自分の脳に悪影響を及ぼすような
考え方をせず健やかに生きていくコツを
見つけてほしいと思います。

『ペルソナ：脳に潜む闇』

中野信子著