

ベストセラー作家
にして
暮らしエッセイスト
沖幸子の
最新刊



何歳からでも、 人生はもっと輝く!

二度とない今日という日に感謝し、
“一日一生”の気持ちで1分1分をていねいに上手に使う。
そんな毎日の生活行動のなかにそのカギが
あるような気がします。(プロローグより)

人生を豊かにする
小さな1分の習慣

定価1296円(税込) 主婦と生活社