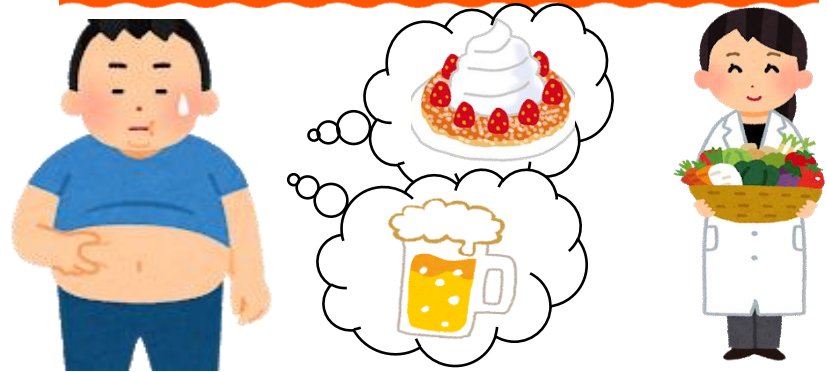


6/8(土)「世界一受けたい授業」(日本テレビ)  
 4/27に続き2回目の  
**著者出演決定!!**

ハードな運動ナシ。  
 ガマンせずに食べて5kg減!  
 スイーツも、お酒も「食べ方」次第なのです!

栄養管理のフロ  
**慈恵医大病院栄養士**  
 が教える

**正しくやせる食べ方の決定版!!**



慈恵医大病院栄養士の  
 あなたが **正しくやせる食べ方**  
 太っているのは、  
**栄養不足**のせい  
 ハードな運動&食事制限ナシ  
 食べる量は減らさない!! **5kg減!!**  
 中身を変えるだけ。  
 豚の生姜焼きは  
 お肉を減らさず 玉ねぎたっぷり + キャベツの千切りで **効果大!**  
 私もお酒も飲んでも我慢しないでやせました! マガジンハウス

**6/3(月)新刊口搬入 → 切5/27(月)**

書名	著者名	ご希望冊数
あなたが太っているのは、栄養不足のせい 慈恵医大病院栄養士の正しくやせる食べ方	濱裕宣/ 赤石定典 監修	
ISBNコード: 978-4-8387-3012-4	発売日: 2019/2/21	本体: 1300(+税)

ご注文は マガジンハウス 受注センターまで  
 TEL: 049-275-1811 FAX: 0120-468-127  
 chumon@magazine.co.jp  
 (番号はお間違えのないようにお願いします。)

貴店番線印