

6/8(土)「世界一受けたい授業」(日本テレビ)

大反響につき 4刷決定!!

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!!



拡材あります!!

「世界一受けたい授業」にて出題されました、クイズ形式のPOPをご用意しております!!
ご希望の際は下記にチェックをお願いいたします。

B7POP

慈恵医大病院 栄養士の
あなたが **正しくやせる食べ方**

あなたが **太っているのは、**
栄養不足 のせい

監修 濱裕宣 / 赤石定典
東京慈恵会医科大学附属病院 栄養部

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。 私も

お酒も飲んで
やせました!
効果大!

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

定価(本体1300円)税別 マガジンハウス

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)

4刷

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

※出庫に際しましては部数調整・品切れの場合もございます。ご了承ください。

マガジンハウス 営業部