

ストレスを減らして きれいにやせる!

10万部突破!

**「なぜ一流の男の腹は出ていないのか」の
著者が初めて女性読者に贈る、
世界一ゆる〜いダイエット法!**

なぜ美人はケーキをがまんしないのか
自分を甘やかしてやせる癒しのダイエット

ダイエットセラピスト **小林一行** 毎日新聞出版 定価:1350円(税込)

©naka / POKTA(2019.8.9)