

健康

1月号

発行：主婦の友インフォス情報社

(12月2日発売)

企画内容のご案内

添付付録付き

《大型企画》

●**脳が活性！物忘れ、うっかりが激減し、記憶力がよみがえる
8大ツールつき脳進化パワー全開ドリル 脳科学者が太鼓判！**

【8大ツール】

- ・ランダム数字ポスター
- ・CD早口言葉
- ・マンダラお花の森ぬり絵
- ・春画ぬり絵
- ・赤富士ぬり絵
- ・色読みテストポスター
- ・平面ブロック
- ・CDひとりじゃんけん

《添付付録》

リズムに合わせて脳を刺激！活脳CD

《脳トレ関連企画》

- 74才で大学合格！認知症の危機から脱出【欽ちゃんインタビュー】
- 名前が出てこない【空回り脳】は記憶の収納先を間違える現象。脳トレで解消

《糖尿企画》

- 正月の縁起物でヘモグロビンA1cが下がった！血圧が下がった！
【黒豆酢】が血管の悪玉物質をどんどん排出！

《動作企画》

- 正月太りを撃退する！下半身からやせる1日1分【腰回しダイエット】

《小特集企画》

- しつこい首の痛み、肩こり、頭痛を解消する【ハンガー反射】
- 腸活性化、免疫力アップ【乳酸菌エキス】

校了日11月13日

株式会社主婦の友インフォス情報社 広告営業部 TEL03-3294-3136 FAX03-3295-1512

企画は一部変更する場合があります。予めご了承ください