

# 健康

11月号

発行：主婦の友インフォス情報社

(10月1日発売)

40周年記念号

## 企画内容のご案内

### 《大型企画》

#### ●新発見成分【イヌリン】がヘモグロビンA1cも

**血糖値も同時に下げる！** 《4C20P+1C10P》

- ・キクイモに代表されるHbA1c下げ栄養素のイヌリンは、他の野菜にも含まれている。イヌリンの有効な摂り方や、食材を一挙紹介！

#### ●眼科医が実践！ピンホールメガネ、100円メガネを

**1日5分かければ、老眼、禁止がみるみるよくなる** 《1C50P》

- ・目の筋肉は鍛えるのではなく、ゆるめる！100円メガネで視力アップ
  - ・近視・老眼、眼精疲労に効く、簡単エクササイズでスッキリ
- 〈付録〉 視力検査ボード&ピンホールメガネ付

### 《【酢】健康企画》

■52才でも26kg減！ダイエットは勿論、血圧下げ、血糖値下げ、美肌、冷え症解消にも混ぜるだけでOK【酢トマト】

- ・健康効果と幅広い活用方法でファン多数の酢企画。体験談も続出！

### 《小特集企画》

- プロテオグリカンで変形性膝関節症が劇的に治る
- 首を安定させて、頸椎症、肩こりが治まる。簡単巻くだけ首枕
- しいたけ茶が血圧、コレステロールをぐんぐん下げる

校了日9月14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\*