

健康

12月号

発行：主婦の友インフォス

(11月2日発売)

企画内容のご案内

《大型企画》

- **自律神経が原因の病気は背骨メンテで治る** 《1C30P》
 - ・全身に広がる自律神経を、背骨の歪みを解消することで整える。
 - ・頑固な首の痛み、腰痛、肩こりが改善！
- **血糖値が食べても上がらない**
カロリー帳消し50の知恵 《1C30P》
 - ・つらい食事制限を気にしない。食事法で血糖値上昇を帳消しに
 - ・すぐに実施可能な50のカロリー帳消し法を紹介

《巻頭カラー特集》

- **高血圧・脂質異常を根治する【りんごスープ】** 《4C20P》
 - ・食物繊維が豊富な食べ物は腸をゆっくり進み、副交感神経を優位に
 - ・加熱作用でりんごペクチンの効果がアップ！ 高血圧、脂質異常を抑える

《簡単ツボ刺激企画》

- **リンパ活性【耳輪ゴム】**で冷えや便秘、尿トラブル、子宮の悩みが解決
 - ・耳に輪ゴムを巻くだけでツボを刺激。首・肩のこり、頭痛、耳鳴り、眼精疲労、高血圧、冷え性などのさまざまな症状を解消

《小特集企画》

- **発見率ほぼ100% 線虫の知らせで早期がんが見つかる**
- **心臓の病気に酸素水が効く**

校了日10月14日

株式会社主婦の友インフォス 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