

健康

6月号

発行：主婦の友インフォス

(5月2日発売)

企画内容のご案内

《大型企画》

●詰まらない・切れない血管を作り、 高血圧・動脈硬化を防ぐ 血管若返り大全

Part1 血管博士が推奨 血管を若返らせ、血圧も下げる速攻ワザ

《4C5P+1C30P》

- ・血管拡張ツボ押し、血液循環を改善するふくらはぎポンプ、抗酸化作用UPのぶどうポリフェノール等、血管を知り尽くした血管博士が紹介する、簡単動作&オススメ食品

Part2 心不全、脳梗塞を起こす前に

心房細動の発作を止める 新発見の治し方 《1C25P》

- ・絶対性不整脈(=心房細動)は心不全や脳梗塞を引き起こす要因に、なる前の対策 怖い不整脈の発作を止める新方法

《巻頭カラー企画》

■レモン酢で血糖値が下がり、血圧、コレステロール値も正常に 《4C15P》

- ・レモンポリフェノールと酢酸・クエン酸の組み合わせで、脂肪吸収の抑制効果や、血糖、血圧の不調、血流が改善

《ダイエット企画》

■ダイエット、腰痛改善、便秘解消に効く ベターッと開脚ストレッチ

- ・開脚できる体を身に付ければ、太股まわりの血流が改善され、基礎代謝がアップしダイエット効果も！
- ・開脚で骨盤の矯正効果も大！腰痛がみるみる改善

《小特集企画》

■輪ゴム1本で病気が治る 輪ゴムの簡単健康活用術

校了日4月13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