

全部、ナチュラル!そして老けない!

「amritara」代表
勝田小百合



今年49歳です!

細胞から若返る!

- 朝食は旬のフルーツ少量
 - 毎日350g以上野菜を食べ、野菜の半分は生野菜
 - 乳製品は食べない
- まずはナチュラルアンチエイジングの食生活から

『老けないオーガニック』

勝田小百合 著 定価:1,620円(税込) ワニブックス刊

著者累計
16万部
突破!

*出力ファイル名「fukennai_POP_line.ai」

*MAC OS 10.7.5 illustratorCS6 *フォントアウトライン *貼込み実画像