

女性実用書 4月5日搬入日

リピックブック

ご担当者様に repicbook 新刊のご案内

『腸筋』を鍛えるだけでおなかがペツタンコに！

スーパーフード「冷凍こんにゃく」を食べるだけで、

ポッコリお腹が2週間で激変！！

食事による腸の筋トレエクササイズです！

腸が大切！

冷凍こんにゃくが
腸筋を高める！

2週間食べるだけで
ポッコリおなかが凹む

おなか
ぺったんこ

腸筋
レシピ

45,000食以上の献立を作成した管理栄養士が教える
食べるだけだから簡単で失敗しない
長寿の秘訣！
将来の健康維持にも役立つレシピ
節約美容料理研究家 金子あきこ



著者：金子 あきこ
定価：1200円 + 税

本書には腸筋を鍛えるレシピが満載。
腸筋を鍛えるとは、『腸を積極的に動かすこと』。その効果に驚きの声続出！！



著者は「ヒルナンデス（日テレ）」や「健康カプセル！ゲンキの時間（TBS）」など多数のメディアで節約美容料理研究家として活躍中。この他にも「めざましどようび（フジ）」や「ひるまえほっと（NHK）」などに出演経験があり、今注目の金子先生直伝の1冊です！

本書は、今までに 45,000 食以上の献立を作成した経験を持つ管理栄養士の著者が、自らの経験を元に確立したメソッドです。簡単でおいしい 66 品のレシピとともに、ペツタンコお腹を手に入れるためのガイド本です！

ご注文FAXはこちら 048-483-4227

注文部数	repicbook 埼玉県志木市本町5-11-8-302 TEL 048-476-1877 / FAX 048-476-1877
部	<input type="checkbox"/> ハガキサイズPOP送品希望 ※ 5冊以上注文された書店様に限りませ
当社の書籍は返品フリー扱いです ※ 数量調整が入る場合もございます。 ※ 切後のご注文は随時出荷対応となります。	