

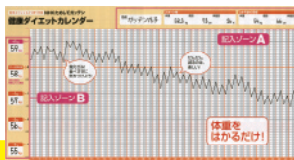
売れています!!  
ダイエットムック  
決定版

充実の

# 2大付録付き

番組で大評判!

90日間健康  
ダイエットカレンダー



自分で選ぶだけ!

100kcal  
ダイエットカード



NHK **ためてガッテン**

## 科学のワザで**確実にやせる。**

主婦と生活社 定価690円(税込)