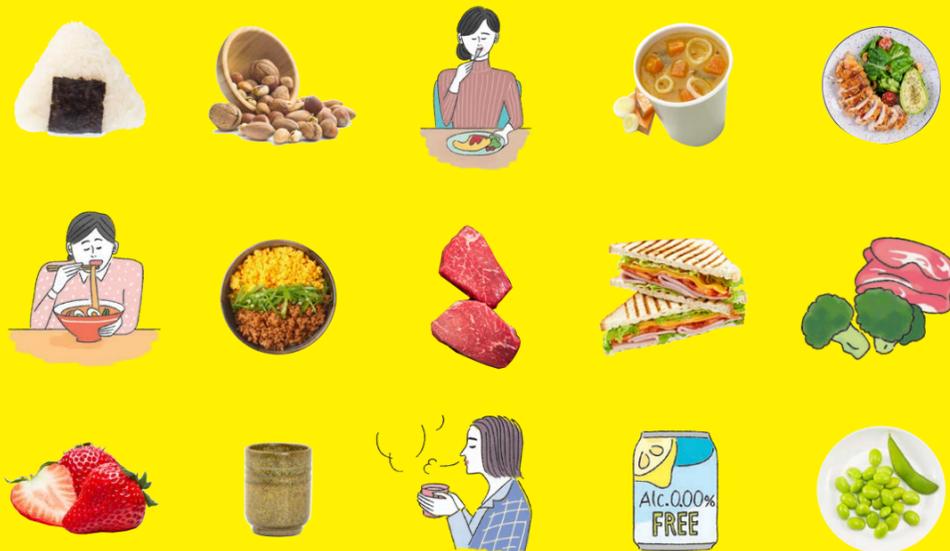


TABETE YASERU OTOKUWAZA BEST SELECTION

晋遊舎ムック LDK 特別編集

# 食べて やせる!

お得技® ベストセレクション



これまでいろんなダイエットをしてきたけれど、  
いつもリバウンドしてしまう…



そんなあなたは



ただ**食べ方が間違っていた**  
だけなんです!

本書では

10万人以上をダイエット成功に導いた

最強の医師が

# 『やせる食べ方』 を教えます!!

本書で教えてくれる先生

減量外来・糖尿病内科医

**工藤孝文** 先生

福岡大学医学部卒業後、アイルランド、オーストラリアへ留学。帰国後、大学院、地域の基幹病院を経て、福岡県みやま市の工藤内科で地域医療を行っている。自身も26kgの減量に成功した経験に基づくダイエットの方法には定評がある。NHK「ガッテン」「あさイチ」、日本テレビ系「世界一受けたい授業」、フジテレビ系「ホンマでっか!?TV」などテレビ出演多数。著書多数。

正しく  
食べれば  
必ずやせられ  
ます!

