

(近刊) 1ヶ月で3kg痩せる方法 (amazon kindle 版)

1ヶ月で3kg痩せる方法

<目次>

- 1 食物
- 2 食物の時間
- 3 食物の種類
- 4 トイレ
- 5 運動

<付録> 痩せるためのチェックリスト付

東京文献センター 042-328-3856

[info@tokyone.com](mailto:info@tokyone.com)

公式 Twitter @tokyobunken

公式 web ページ <http://tokyone.com/tbs/index.htm>

公式 facebook ページ <https://www.facebook.com/pub.bunken>

公式ブログ <http://www.tokyone.com/tbs/>