



リバウンド、生理不調、便秘、不眠症、うつ…
痩せたくて、こんなに頑張ったのにどうして?
…という悩みを管理栄養士がすべて解決します!

世界でたったひとつ、 あなただけの ダイエット処方箋 (仮題)

～“ながい式：これだけかよ！ダイエット”で
笑顔を取り戻す～～

ながいかよ (管理栄養士・健康経営アドバイザー
えいよう未来株式会社 代表取締役) 著

四六判並製／単行本／オール2c／224ページ(予定)
予価:1,540円(本体価格1,400円+税10%)



2022年6月下旬発売!!

あなたのダイエットがうまくいかない理由は「がんばりすぎ」(やりすぎ)
栄養士の観点から「健康的に美しく」成功するダイエットを教えます！

●炭水化物オフからプチ断食まで、食事制限することで手っ取り早くやせられるというダイエット法は巷にあふれていますが、ほとんどの場合、リバウンドをしたり健康を崩したりなどの失敗例が多いのも事実です。失敗してしまうのは、そもそもそのダイエットが万人に合うものではないからです。本書は「そんなことで？」とびっくりするくらい超カンタンで無理もしない、我慢もしない、「気づいたらやせてた」を実現する、どんな人でも今すぐにできるダイエットの具体的法則を教えてくれる一冊です。

ながいかよ：1979年生まれ。えいよう未来株式会社。代表取締役管理栄養士、健康経営アドバイザー。経営者、アナウンサー、歌手、アスリートなど「自分自身が商品である」人たちに栄養指導を行う。計算なし、管理不要の栄養指導に定評があり、従来の「食事制限型ダイエット」そのにも異和を唱えるそのスタンスが、多くの女性の共感を呼んでいる。

ご注文受付

スタンダーズ株式会社

FAX. 03-6380-6136

Tel.03-6380-6132

□注文締め切り：2022年6月6日(月)「

□都合により、ご注文数を制限させていただく場合があります。

書名	委託 / 注文	価格	ISBNコード	冊数
世界でたったひとつ、 あなただけの ダイエット処方箋	委託	1,540円(税込)	978-4-86636-559-6	冊

日付
月 日
ご担当
様

書店様番線印