

これでもう、二度と太らない!

頭もキレイなひと
[フラウ]

6

JUNE
2013 No.452
600YEN
毎月12日発売

大空祐飛
明日海りお

監修/細川モモ
検査と予防で
脱・プチ不調!

妊活[®]最新トピックス
いつか産むために今知ること。
今からやるべきこと。

“ぽっちゃり優香”が

“スリム優香”に!

痩せる新習慣

COVER STORY
優香
×
タニタ
痩せたい食べ方

1 痩せてる人ほど、
食べている

2 暑い夏こそ、
温め上手である

3 水と油とサプリには、
うるさい

4 エクササイズ
噂の運動には、
手を出してみる

5 胃
ちゃんと、内臓を
ケアしている

6 毎日の、セルフチェック
を怠らない

7 スッキリ見せる、
ワザを持っている

FASHION & BEAUTY MONTHLY
FRAU IN STYLE
JUNE ISSUE

FR@U アットフラウ
<http://frau-web.net>