

Forest
2545
Shinryo

スパイス活用 超健康法

スパイスコーディネーターマスター

川田洋士 著

Hiroshi Kawata

スパイスコーディネーター協会理事長

武政三男 監修

Mitsuo Takemasa

スーパーで
買える“漢方”

驚異の
効果!

便秘 自律神経失調症 むくみ

胃腸トラブル 肩こり 更年期障害

糖尿病 うつ病 肌荒れ ……

気鋭のスパイス専門家が伝授!
体に溜まった毒を出し、
心身が元気になる。

いつもの食事にかけるだけ。

フォレスト出版