

2018年9月吉日



コーヒーに“おから”を入れるだけ！ イケメン現役「やせホルモン」の働きで10キロ減!?

『医師が教える！おからダイエット』9/6発売!

メディア出演多数！
取材可！



『医師が教える！おからダイエット』

著者：工藤孝文/
大柳珠美 レシピ制作
定価：本体740円＋税
発売日：2018年9月6日

最強のダイエットドリンク

「おからコーヒー」のすごい効果！

- 脂肪を減らすやせホルモンを増やす
- 飲むだけで運動したときと同じ効果が
- 簡単だから続けられる

朝、スプーン一杯の“おから”をコーヒーに入れるだけで「3週間で10キロやせた！」「ぽっこりお腹が凹んだ！」と驚きの声が続出している「おからコーヒー」。

脂肪の燃焼をうながす「やせホルモン」が多く含まれる“おから”とコーヒーと一緒に摂取することで相乗効果が得られ、ダイエットに効果的です。

本誌では、日々の生活に取り入れやすい「おからコーヒー」をはじめ、簡単に美味しく“おから”を食べられるレシピを収録。“おから”の健康効果もわかりやすく解説しています。

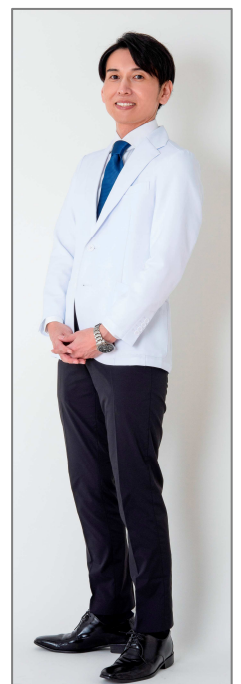
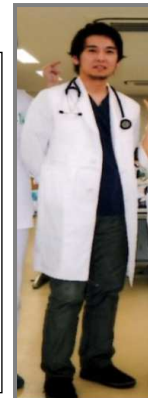
著者の工藤孝文医師は、地元・福岡で救急医療に携わっていたときに、運ばれてくる患者さんの血圧・血糖値・コレステロール値がよくないことに気づき“病気を予防することの大切さ”を痛感。近年は、簡単で毎日続けられるダイエットメソッドを著書やテレビで紹介。予防医療にも取り組んでいます。

太りやすい。なかなかやせない。
不健康なダイエットをしている。続かない……。
そんな人に、ぜひ試してほしい“おから”。
僕自身も25kg減のダイエットに成功！

After **67kg**

92kg

Before



<著者：工藤孝文（くどう・たかふみ）プロフィール>

福岡大学医学部卒業後、アイルランド、オーストラリアに留学。帰国後、大学病院、地域の基幹病院に勤務。現在は、自身のクリニック「工藤内科」で診療を行う一方、スマホ診療を導入し全国規模でダイエット治療・漢方治療も行っている。日本内科学会、日本糖尿病学会、日本東洋医学会、日本高血圧学会、日本甲状腺学会、小児慢性特定疾病指定医。

フジテレビ「ホンマでっか!?TV」評論家ほか、テレビ出演多数。

著書に『きゅうり食べるだけダイエット』（KADOKAWA）、『痩せグセの法則』（柘出版社）ほか。女性誌の監修や「Yahoo!ニュース」など、その活動は多岐にわたる。趣味はダンスと和太鼓。特技はスマホ診断。