

2009

6 520円

脳が若返る! 全身も一気に最高の極意

夢21



- ◆ 数時間前に出会った出来事でも思い出せない物忘れ度自己診断法
- ◆ 脳の血流が増え物忘れもポケも見事に退く運動No.1は指運動歩き
- ◆ ストレス増大の疲労感もウツも背中そらしは脱力体操も効果絶大

耳鳴り難聴が見事に改善する2大療法
八子の子と耳もみ

- ◆ 脳に幸せホルモンが充満してストレスや記憶力も1回35秒の幸せ深呼吸
- ◆ 物の置き場所も悩みの物忘れが一掃! 世界一の記憶名人も行う声出し記憶術
- ◆ 血管のつまりを脳梗塞の突然死もマヒも酵素の一番いい増やし方
- ◆ 子供は肌に大人が触れれば脳が活気づいて頭がよくなるとわかって、最高は育脳マッサージ
- ◆ アルツハイマーの人の腸には悪玉菌が多いとわかり、善玉菌増やし肝心

銀行が破綻しても預金は多く、あなたの緊急秘策

肌の保湿力が高まって悩みの張りのある美肌に変させるへチママ水

賞金10万円!
今月号を読めば誰でもわかる
新健康クイズ