

★ 目標達成



楽しく

私 ダイエットに成功し

おめでとう!!!!!!

平成24年 8月 にTシャツ

11月にキレイに着物を着て、
七五三の写真を撮ります。 をしま〜す♪

目標

H24年 8月 9日

↓
H25年 1月 9日

自分に勝つ

スタート

H24.5.9

57.4kg

~~51.4kg~~ 43.8kg 達成!

-7.6kg 減

80月で 7.6kg 減

20歳の時の体重にもどれて

本当にうれしい。

できれば もっと スリムな

ステキなお母さんになれる様

頑張ります。

ありがとうございました。

37才 せつと、身長 153.3cm



☆☆私は強い心を持っている☆☆

☆☆私は内面から輝いている☆☆

☆☆私はワクワクチャレンジする☆☆