

目標達成 おめでとう!!!!

楽しく

私 ダイエットに成功したら

健康診断で脂肪肝 (GOT. GPT 高め)

腰. ヒザの痛みあり 健康で理想の自分になる

をしま〜す♪

スタート H27 年 1 月 26 日 61.4 Kg

目標

年 月 日

- 86kg

72才

ヤナ

152.0 cm

53

52.8

Kg 達成!

脂肪肝とお医者さんに玄われ. 数ヶ月後"薬飲み
ましようか"と通告されました. ず〜とケラシを見て
"風さん花さん"に TEL しました.



この年で ダイエットと言われそうだが
老後の「健康な体」. 子孫に迷惑かけ
ないことをめざして 自分の体に投資の
つもりで初めました. 好きで甘いものを食べ
ながら. 柴野さん. スタッフの皆さんのおかげで.
目標達成 出来ました. 今. Before → After
を実感します.

☆☆私はワクワクチャレンジする☆☆

☆☆私は内面から輝いている☆☆

☆☆私は強い心を持っている☆☆