

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

5 20
年 月 日

72才

ササ

152.0 cm

- 26kg

53 52.8 Kg 達成!

脂肪肝とお医者さんに言われ、数ヶ月後「薬飲み
ましようか」と通告されました。お〜とチラシを見て
「風さん花さん」に TEL しました。



この年で「ダイエット」と言われそうであが
老後の「健康な体」。子供に迷惑かけ
ないことと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

たから、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。

☆☆私は強い心を持っている☆☆
☆☆私は困難から輝いている☆☆
☆☆私はワクワクチャレンジする☆☆