

オメガ3ドレッシングサラダで血管サラサラに



片桐美子先生
院長 美容皮膚科・内科
片桐クリニック

血管が詰まることで脳や心臓にトラブルが起きる。血管が詰まる原因は、血中の脂質が酸化すること。酸化を防ぐには、抗酸化作用のあるオメガ3脂肪酸が効果的。オメガ3脂肪酸は、魚油から摂ることができる。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。



1人1日1杯

オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。

お肌をふやかして美肌もつるさらさらサラダ



阿部美子先生
院長 美容皮膚科・内科
阿部クリニック

お肌をふやかして美肌もつるさらさらサラダ。お肌をふやかして美肌もつるさらさらサラダ。お肌をふやかして美肌もつるさらさらサラダ。お肌をふやかして美肌もつるさらさらサラダ。



1人1日1杯

オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。

食べ合わせが大切! 美女医のキレイになるためのレシピを公開

ビタミン豊富なかぼすドレッシングサラダ



片桐愛理先生
院長 美容皮膚科・内科
片桐クリニック

美のパートナードクターとして、新感覚の先進医療でアドバイス。港区北青山 3-5-30 入来ビル4F-5F ☎03-5786-1155



1人1日1杯

ビタミンEが豊富で、オメガ3系を含む油の中で、唯一加熱可能な油。グリーンナッツオイル180g ¥1,680 (NPO法人アルコリス)

細胞の老化を防ぐビタミンEドレッシングサラダ



小嶋美子先生
院長 美容皮膚科・内科
小嶋クリニック

細胞の老化を防ぐビタミンEドレッシングサラダ。細胞の老化を防ぐビタミンEドレッシングサラダ。細胞の老化を防ぐビタミンEドレッシングサラダ。細胞の老化を防ぐビタミンEドレッシングサラダ。



1人1日1杯

オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。

便秘改善・美肌アップがからとアボカドのサラダ



阿部美子先生
院長 美容皮膚科・内科
阿部クリニック

便秘改善・美肌アップがからとアボカドのサラダ。便秘改善・美肌アップがからとアボカドのサラダ。便秘改善・美肌アップがからとアボカドのサラダ。便秘改善・美肌アップがからとアボカドのサラダ。



1人1日1杯

オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。

マダムのとろろ♡で血管の老化を防ぐ



伊藤美子先生
院長 美容皮膚科・内科
伊藤クリニック

マダムのとろろ♡で血管の老化を防ぐ。マダムのとろろ♡で血管の老化を防ぐ。マダムのとろろ♡で血管の老化を防ぐ。マダムのとろろ♡で血管の老化を防ぐ。



1人1日1杯

オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。オメガ3脂肪酸は、血中の脂質を酸化から守る働きがある。