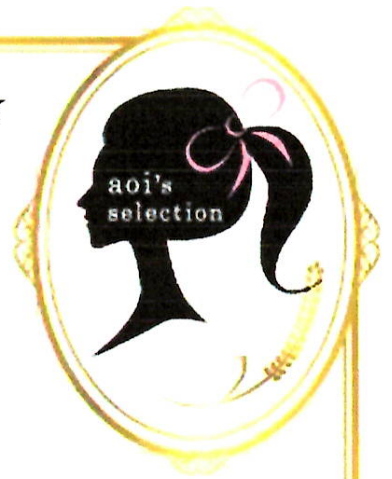


☆インナービューティーダイエットアドバイザー認定講座☆



名前

松本 美穂

日付

2023年 10月 14日

◆都道府県・(東京の方は～区)

東京都府中市 (着から北海道・札幌)

◆ご職業

栄養士

◆参加動機

TV・オンラインでインナービューティーダイエットを知った事がきっかけです。
あおい先生がとてもキラキラしていて、今まで考えていたダイエット・
料理サロンとは異なっていたので、インナービューティーダイエットについて
知りたいと思いました。

◆感想

今まではダイエットとは「これがダメ」「あれがダメ」というイメージでしたが、
自分が自分を好きになるために、食べる事を楽しむという内容だったので
とても刺激を受けました。

噛むことが大切なのはなぜだろうという理論はもちろんですが、

美しい女性に近づけるように今日から自身の食生活を
見直していきたいです。

お名前を伏せた形で掲載させていただけたら幸いです。

← 不可の方はこちらにチェックをお願いいたします。