

実用書ご担当者様



本気で授かりたい人のための 妊活レッスン

●著者：浅野和代

14年間で4,000人以上の赤ちゃんを取り上げてきた助産師。
不妊に悩む女性に対して「妊活コーチ」として活動、Facebookや
Instagramでは妊活サポートの一環として「妊勝朝食」を投稿。

妊活の鍵は
育卵！？



「早寝早起き」「猫背改善」「食べ順を気を付ける」等々…、
3カ月の育卵生活中に無理なくできて、効果のあるメソッドを
指南。忙しい朝でも、“15分”でつくれる妊活朝食
レシピも掲載！



妊活を「妊勝」へと導いてきた助産師から
愛をこめて、いつかママになるあなたに
贈る妊活本



書店番線印	注文	本気で授かりたい人のための 妊活レッスン
	冊	

自由国民社 東京都豊島区高田3-10-11 TEL:03-6233-0781 FAX:03-6233-0780 web版