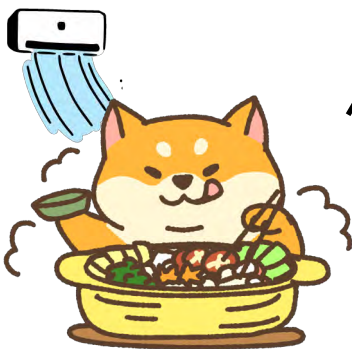


# 夏場のカレーやラーメンは良いのに なんで鍋はダメなんですか!?

夏バテ防止の秘訣は、「**しっかり汗をかいて**」  
「**栄養のあるものを食べる**」こと！その二つを  
同時にできるのが実は**鍋料理**なのです。



「こたつでアイス」ならぬ…  
「クーラーの効いた部屋でお鍋」の  
新習慣！



夏にオススメの鍋レシピも  
多数掲載♪



→夏向けPOP

夏場のカレーやラーメンは良いのに  
なんで**鍋はダメ**なんですか?  
鍋を食べると良いことたくさん!

- 冷房で冷えた体が温まる!
- 胃腸の動きが良くなる!
- 野菜がたくさん摂れる!
- 夏バテ防止!

「からだのトラブル解決ごはん 薬膳ひとり鍋」自由国民社

夏鍋でおいしく健康に!

貴店番線印   ご担当( )様	注文   冊	<input type="checkbox"/> はがき大POP(5冊以上) からだのトラブル解決ごはん <b>薬膳ひとり鍋</b> A5判 128頁 本体1600円 ISBN 9784426129248 自由国民社
--------------------------	-----------------	---