メタボリック＋ダイエット

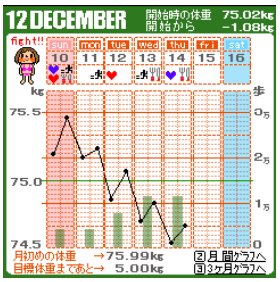
docomo http://metabo.mobi/
au by KDDI http://ez.metabo.mobi/

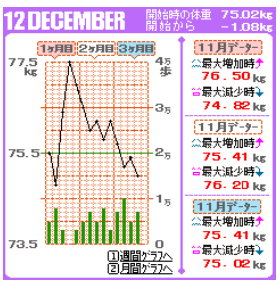
医師が監修する計るだけの簡単ダイエットをサポートする携帯サイト

歩くことを意識して体重計にのる･･･これだけ！！

お金をかけずに無理なくダイエットできます。

体重･歩数を計るだけで簡単ダイエット



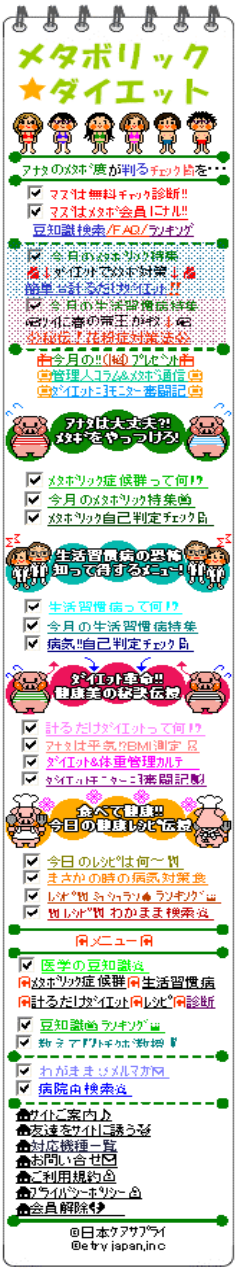


メタボリック★ダイエットとは、1日の代謝に基づいたダイエット方法です。

①朝、起床直後のトイレの後と夕食後の体重をグラフ化、両者の体重差を600g以下にすることが目標です。（1日50gを減量目標に！）

②歩数計をつけ、1日1万歩を目標に！

③それでもなかなか体重が減らないときは、夕食前に低カロリー食を摂取。
（当サイトにてお手軽『寒天レシピ』をご提供）



医師が監修する携帯（健康）ダイエットサイト

杤久保　特任教授（横浜市立大学）が監修

今、話題のメタボリック症候群の研究は、15年前から行い学会での実績は勿論、計るだけダイエット、寒天ダイエットなどの考案より、体重計ダイエットの第1人者！　業界での実績は屈指の存在です！！

更に、メタボリック症候群、ダイエットや健康医学に関する“数多くの著書の発行”“数多くのテレビ出演”や、“講演”などの活動をされております。

まずはQRコードからアクセスして

【メタボ度】チェック（無料）！

お持ちの携帯でお試しください！

docomo

au by KDDI

月額315円