

## 6. 正しい栄養指導(食事)とは?

あなたの身体は  
**あなたが食べた物**で  
**100%**出来ています!



たとえ効果的な治療を受けていたとしても  
**体を作る材料(=栄養)**の質が悪いor少ない状態  
であれば症状・体質の改善は見込めません!

**食事次第でああなたの未来が変わる!!!**

今が健康への分かれ道ですよ!

