

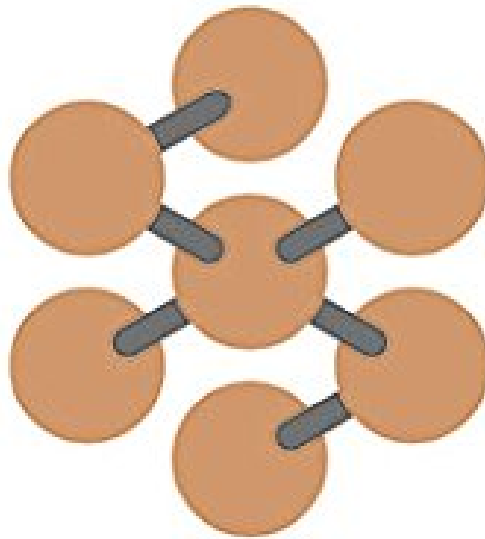
老化と活性酸素 (健康自主管理システム(3))

老化と活性酸素

若々しさを維持するために

三石 巖

MITSUSHI Iwao



自分の健康は自分で管理しよう。分子生物学に基づいた理論を確立し、健康自主管理を実践した三石 巖。本書ではアンチエイジングの正しい知識を分子栄養学の立場から詳しく解説。テレビやインターネットの情報にはもう感わされない。若々しく健康な身体を維持するための正しい知識がやさしく学べる。三石理論による「健康自主管理システム」のシリーズ第3巻。

健康自主管理システム 3

発売日: 2017年7月25日

出版: 阿部出版

著者: 三石 巖

ページ: 200

PDF

<https://k2s.cc/file/bb2fabbf0defc/QQPXaCWaw.pdf.rar>