

結果から言うと、大満足です！



Before



After

山村麻友様 32歳 女性

73.8kg → 66.8kg

4ヶ月で -7kg のダイエットに成功！

お喜びの声

結果から言うと、大満足です。

大学生、社会人、結婚妊娠出産、いろんなライフステージが進むごとにしっかりと体重も増えて気づけば高校生の時から約17kg増加。

流行りのダイエットに手をつけるものの、ダイエットは全く成果が出ない。

やるたびに心折れる日々。

私にはダイエットなんて無理...

そう思っている時に友人に勧められました。

食べないで我慢！根性論！ではなく、意外だったのが、『朝しっかり食べてね!!』の食べてねのお願いをされてキョトンでした！

担当して頂いたのは石川先生。

記録を見ながら一緒に一喜一憂しつつ寄り添って声かけをして下さいました。

ダイエットは自分のためにするものだけど、1人じゃないんだと思うと前向きになれました。

無理せず結果も出て大満足。

本当にありがとうございました!!