

幸せかどうかのほとんどは腸内環境で決まる!?! 大注目の腸脳相関とは?

ベジィ
Vol.63

veggie

暮らしをヘルシーに楽しませよう

スペシャルインタビュー

手説医学の第一人者

山田豊文 先生の

腸活・脳活ライフ

めざめよ 腸 脳 力

細胞が蘇る!
グルテンフリーと
腸活食レシピ

Wake Up!! Your Gut

盛り込み付録

veggie New Year Festivalレポート
LINA、長谷川理恵 and more...

春から始めるスクール特集

カヒミ カリイ
ロングインタビュー

SERENDIP
TRAVEL

人生を豊かにする旅:
ハワイ・モロカイ島
and more...