

健康食品&情報を疑え

ビジネスに効く! **アート** 超入門

明治28年11月14日第3種郵便物認可
第6769号 2018年1月13日発行
毎週土曜日発行(1月9日発売)
ISSN0918-5755

Weekly
Toyo Keizai

週刊 東洋経済

2018
1/13
定価690円



健康常識

間違いだらけの



根拠あやふやかな健康食品
酵素、青汁、グルコサミン…
トクホも過信は禁物

ヒット商品の信頼性を
徹底検証
サラシア牛丼、
ヨーグリーナ、
アイコス…
企業の言い分は本当か

健康寿命を延ばす生活習慣
「座りすぎ」防ぐ簡単体操
睡眠負債の正しい解消法