

何となく始めた

ダイエット。体重がたかさんあった
時は「ぽっちゃりしてるほうがかわいい」と
勝手な思いこみをしてました。

しかし 体重が減り、体形が
変化したら……。やっぱりダイエット成功
した今の方が だんぜん若くなって自分で
言うのも何ですが、ものすごく スキな

スタイルになりました。先生に 本当に

感謝しています。ありがとう
ございました。好きです。

62.0kg
↓
47.8kg

♀
-14.2kg
♀



37歳

女性