日本テレビ系
（2022/6/25 放送）

世界一受けたい授業で紹介されました!!

夏前に知りたい!
シン・ダイエット法

Q ひとつだけやるならどっち？

A 最寄り駅よりひとつ遠い駅から歩く

B 駅では必ず階段を使う

答えは本書……74 ページへ▶