

**がん 心臓病 脳卒中** のリスクを避けるなら  
**“こっちのほうはまだ安心”**を集めました！

『どっちが  
安全なの？！』



**40代**  
から

**食べる  
なら、  
どっち!?**

不安食品  
見極めガイド



『え!? これって  
体にいいと  
思ってたのに』

渡辺 雄二  
Yuji Watanabe

**40代以上の方が好んで口にする上位200品目以上を徹底網羅！**