



今日も一日
ご機嫌で

高尾美穂流
生き方ガイド

体も心も いい感じ

多くの女性の体や心の悩みに答えてきた

産婦人科医・高尾美穂先生による、

更年期前後のオトナ女子に向けた

「生き方ガイド」です！