

健康法は玄米菜食



東海テレビ

「ナイス2時

」の金曜日

の司会者竹村

亜希子は徹底した菜食主義。

「体が弱かったので、四、

五歳の時から玄米菜食を通

し、毎年一回断食もしていま

す」

あらゆる健康法を試み、一

時期松葉も食べたことがある

そうだ。

「玄米菜食で体がアルカリ

性になるのか、四人の子供は

みんな男の子。無痛の自然出

産で回復も早かったの」と玄

米菜食をすすめている。