

长寿食单 一生的长寿计划



作者：屠亦文编著

出版社：北京：团结出版社

出版日期：2011.04

总页数：256

介绍：本书从老年人的健康问题入手，告诉人们合理的饮食调节可以改善体质，可以去除疾病，甚至可以还给老年人以快乐的心态，进而延缓衰老，使老年生活充满夕阳般的美好，而不是近黄昏的无奈。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/13009886.html>）查找全本阅读方式

长寿食单 一生的长寿计划 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/13009886.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13009886.html>

书名：长寿食单 一生的长寿计划