

正誤表

本書におきまして、下記のとおり記載内容に誤りがありました。
訂正してお詫びいたします。

● p.20 頁 7 行目

誤 「筋肉を十分鍛えることで EGF-1 をあげて、成長ホルモンを高くし、～」

正 「筋肉を十分鍛えることで IGF-1 をあげて、成長ホルモンを高くし、～」

※【誤】 EGF - 1 → 【正】 IGF - 1