



TVBS頂尖事務所

營養師媽媽-宋明樺

# 媽媽營養師 宋明樺



## 學歷：

台北醫學大學保健營養系碩士

## 專業證照：

國家考試合格營養師  
糖尿病合格衛教師  
糖尿病共同照護網醫事人  
社團法人北市營養師公會居家照護營養師

## 經歷：

知名藝人專屬減重營養師  
新光醫院 臨床社區營養師  
大立生物科技公司營養產品講師  
台北市營養師公會長期居家照顧全職營養師  
Dior精品年度產品講師、佳麗寶產品講師、  
Chanel員工訓練講師、Clarins諮詢講師  
JASONS Market Place、棉花田  
Green & Safe等營養活動顧問  
雜誌專欄營養師  
康健、長春、健康2.0、早安健康、今周刊  
節目 營養顧問  
TVBS健康兩點靈、東森醫師好辣、年代別讓身體不開心、三立婆媳當家、新聞哇哇挖等



個人FB連結:

[https://www.facebook.com/TILASUNG1016/?tn-str=k\\*F](https://www.facebook.com/TILASUNG1016/?tn-str=k*F)

各大電視節目營養顧問



# 各大活動出席

活動



邀約

新聞專訪

商品新聞置入

養生保健新聞



# 減重暢銷書

早安健康



美女營養師傳授！

**40歲後不敵代謝？她48歲照甩9kg**

**破除2迷思能瘦一輩子**

BEFORE AFTER



## 剷肉10公斤！ 減脂瘦身湯

權威營養師宋明樺的60道減醃低卡包瘦湯，  
一天喝一次，8週甩肉不復胖！



宋明樺 著  
米兒 食譜審定

讀者實證  
體重 -9.1kg



## 減重專用！ 驚人的減脂 包瘦湯

權威營養師的免複雜、不復胖【超效低卡湯】！

1天喝1次就能減500大卡  
8周速瘦 10kg!



60道「瘦身配方」  
精彩好湯，一喝就瘦！  
自己動手超簡單，邊辦公室也能做！  
隨時喝出好身材、好氣色、好健康！

宋明樺 著  
米兒 食譜審定

強力推薦  
香港浸信會大學營養學教授、飲食顧問 蕭敦仁  
臺北醫學大學 附設醫院營養師 簡怡雯  
醫師、作家 林可彤 主編 藝人 林書焯 特別感謝 解婕翎

# 各大健康講座







# 各大電子平面媒體專訪



<https://www.businesstoday.com.tw/article/category/183029/post/202009100009>



<https://health.businessweekly.com.tw/Article.aspx?id=ARTL000053350>



<https://www.ctwant.com/article/72321>



<https://bodyonyahoo.tumblr.com/post/160758618042>



<https://woman.tvbs.com.tw/fitness/19593>



<https://star.setn.com/news/635003>



以上報告