











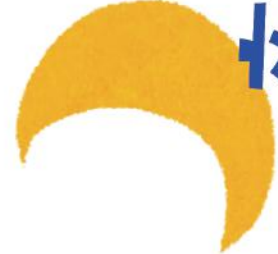







# 楽しく美味しく簡単ダイエット!

ミネラル豊富な【グリックスノルト】は意識してこまめに摂りましょう!

ファスティングとは、通常のお食事を休みし、内臓などの消化器を休める断食方法の一つです。断食で消化酵素を分泌を減らし、代謝酵素の働きを優先させて体の自然治癒力を高めます。



 <p><b>朝</b></p>	<p>センズ3~5粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから 腹5分目の食事</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから 2415スープを 飲む</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから 2415スープ 豆腐</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから 2415スー 豆腐</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから 2415スー 豆腐 納豆</p> 
 <p><b>昼</b></p>	<p>センズ3~5粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから 腹3分目の食事</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2~3</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから 2415スー 納豆 わかめ キノコ類</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから 2415スー 豆腐のこ類中心 副菜を 腹5分目の食事</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから 2415スー 副菜腹5分目</p> 
 <p><b>夜</b></p>	<p>センズ3~5粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから スープを飲む</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2~3</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから 2415スー 納豆 わかめ キノコ類</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2 を飲んでから 2415スー 豆腐のこ類中心 副菜を 腹5分目の食事</p> 	<p>センズ2粒 2470 小さじ2~3 を飲んでから 2415スー 副菜腹5分目</p> 

ファスティング明けは、  
一気にご飯を食べても  
リセットしなす！  
台無しになりません！  
ファスティング中は  
最低1日2リットルの水を  
こまめに摂ること！

ファスティング明けは  
すぐにご飯を食べても  
絶対に摂らないこと！



# 100%ナチュラル。赤ちゃんの離乳食にもオススメ！！ たったスプーン1杯でサラダボールの栄養価♡



**きな粉**  
**Protein**  
Soybean flour

**女性に嬉しい大豆イソフラボン**  
**大豆イソフラボン**  
**プロテイン**

体を構成するタンパク質など栄養価の高い大豆を炒って粉末状にしたのがきな粉です。

**岩塩**  
**Mineral**  
Mineral rock salt

**塩素をキャンセル**  
**最強のエイジングケア**

数億年前、ヒマラヤ山脈が海底だったころの塩がマグマで焼かれたことで生成された、希少な岩塩です。

**黒ゴマ**  
**Sesamin**  
Black sesame

**話題のゴマリグナン**  
**エイジングケアに**

セサミンをはじめ、黒い皮にアントシアニンやカルシウム等の栄養分を含み、白ゴマに比べて油分が少なく芳香が特長です。

**緑茶**  
**Vitamin**  
Green tea

**カテキンで**  
**アンチウイルス**

苦味、渋み、うまみなど独特な味わいを持ち、カテキン、テアニンやビタミンCやB2、葉酸などビタミン類も含まれます。

**大麦若葉**  
**Vitamin**  
Barley young leaves

**ビタミン勢揃い**  
**美肌、ダイエット**

青汁の原料として広く使用されるイネ科の植物で、葉野菜独特の苦味や臭みが少なく、ビタミン・ミネラルを含みます。

**チアシード**  
**Mineral**  
Chia seed

**美肌、便通スツキリ**  
**血液サラサラ**

主に南米で栽培されるシソ科の一種の種子で、オメガ3脂肪酸のひとつであるαリノレン酸等を含むスーパーフードです。

**食用竹炭**  
**Mineral**  
Bamboo charcoal

**添加物や、毒素が**  
**気になる方**

特殊な製法でつくられた食用の竹炭は、食物繊維やカリウム、カルシウム、マグネシウムなどのミネラルを含みます。

**紅景天**  
**Amino acid**  
Rhodiola rosea

**滋養効果が高い**

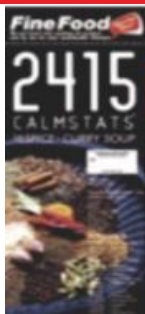
チベット原産の厳しい環境で育った高山植物で、必須アミノ酸9種類中8種類、非必須アミノ酸を8種類も含んでいます。

**穀物麹**  
**Enzyme**  
Grain koji

**糖分の少ない酵素で**  
**中からキレイに**

大麦・あわ・ひえ・きび・たかきび・紫黒米・米粉の穀物原料を日本食に欠かせない麹菌で醗酵して作った穀物麹です。

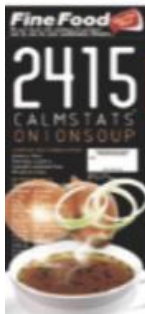
## 免疫力の7割は腸で決まる！！ 腸は見た目の鏡なんです！腸美人で超美人に♡



### たった1杯のスープで15種類もの栄養素♡

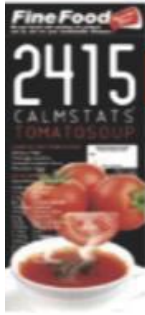
16SPICE · CURRY SOUP 180g ¥1,706 (税込)

- # 16種類のスパイスがいざなう香りのご褒美です
- # 東南アジアスパイス&インド産サイリウム (食物繊維) 配合
- # 程よい辛さ、程よい甘み、程よい旨味のバランスです
- # 料理に使えらると...女性に人気です
- # 揚げ物、炒めもの料理の隠し味に
- # カレーチャーハンが一番人気！



ONION SOUP 200g ¥1,706 (税込)

- # 美容室でしか買えないオニオンスープ
- # あの淡路島産(おつまねぎ)使用
- # 女性に超！嬉しい食物繊維が豊富に配合
- # なぜか？男性に一番人気
- # 料理の隠し味に使えらると人気
- # 朝の一杯は「オニオン」がベストです！



TOMATO SOUP 180g ¥1,706 (税込)

- # 高知県産フルーツトマトを惜しみなく使用
- # インド産サイリウム(食物繊維)がたっぷり
- # 野菜嫌いなお子様、忙しい朝の食事として好評です
- # トマトは嫌いだけどこのスープは大好き大多数
- # カリーとミックス、トマトカリーも大人気！



美容効果の高いスープ♡

満腹感あり♡