



美容鍼灸をした日の夜の食事を抑えることで
お肌の調子もさらに良くなります
～お肌のためにもちょっと軽く断食してみませんか～

HarrisBeauty
Facial Shinkyu for Antiaging

◇なんで断食すんの？ ～断食のススメ～

胃腸とお肌は大変密接な関係にあるため、胃腸の動きを回復させ、お肌のターンオーバーを促し、皮膚の状態をより良くするためです。

せっかくの美容鍼灸の効果を存分に上げることを考えると腸内環境というのは無視できないところであり、腸内環境を改善させることで、より一層の美肌に近づけます。



◇オススメ断食法

美容鍼灸をしたその日の夕食だけ断食し、そこをコールドプレスジュースのみにしてみてください。

コールドプレスジュースを取り入れるという方法じゃなくても、たまに1食だけ抜くということは腸内環境の改善にも非常に効果的です。

◇腸内環境と美肌には、

コールドプレスジュースが最適です

軽い断食において、胃腸の回復を計り、かつ栄養摂取をより効率良くするには、コールドプレスジュースが非常にオススメです。

高い栄養価を持ち、かつ不純物が全く入っていないコールドプレスジュースを同時に摂取することで、胃腸を休ませつつ効率の良い栄養摂取が可能になります。

◇そもそもコールドプレスジュースって???

野菜や果物をスロージューサーという専用の機械で粉碎した後8トン力で圧搾し、摩擦や熱を加えないという方法で、野菜や果物の水分だけを抽出したものであり、**その他の材料は一切何も加えていないジュース**です。

その製造方法により、通常のジューサーのような『○高速回転による摩擦熱での化学反応が無い』ため栄養のロスが無く、生産過程で『○酸素にも触れにくく酸化しにくい』ので、**高い栄養価がそのまま残ります**。

少量のジュースに大量の野菜と果物を使うため、ビタミンや酵素が非常に充実しており添加物類も一切入っておらず体内への吸収も格段に早いので、**美容にも健康にも良くカラダの中から綺麗になれるジュース**です。



◆ Brand information ◆



●Harris Beauty (ハリスビューティー)

長崎県諫早市小船越町 1090-9 整骨院えん内
運営・販売 株式会社メディカルワークスえん



●LA SANTE (ラサンテ)

兵庫県宝塚市南口 2-5-33
製造・卸販売 株式会社健康マルシェ

コールドプレスジュースの商品紹介



Cold pressed juice is recommended.

～Harris Beauty での取扱い品目～

¥680/1本 200ml (税込)



ダークレッド (リンゴ・オレンジ・ビーツ・人参)



ストレス解消・リフレッシュに
 ◇“奇跡の野菜”と呼ばれるビーツで疲労回復!
 ◇毎日飲める優しい甘さ!



ラブパープル (リンゴ・トマト・ブルーベリー・クランベリー・ラズベリー)



ドライアイや眼精疲労に効果的
 ◇美肌やアンチエイジングにも効果大!
 ◇飲みやすさも栄養も100点満点!



リコピンク (リンゴ・トマト・人参)



インスタント食品・外食がちな方に
 ◇お子様にも大人気な程の飲みやすさ!
 ◇リコピンパワーで生活習慣病を予防!



ピーターオレンジ (人参・オレンジ・キウイ・レモン)



美肌・美容を目指す方に
 ◇β-カロテン一番!
 ◇粘膜や皮膚の維持と免疫力UP!



エナジーイエロー (オレンジ・リンゴ・生姜)



冷え性が気になる方に
 ◇生姜のカで血行促進して内から改善!
 ◇食欲増進や疲労回復にも効果的!



スイスチャード (スイスチャード・グレープフルーツ・レモン・オレンジ)



塩分の摂り過ぎが気になる方に
 ◇話題の野菜スイスチャード!
 ◇ビタミンEが豊富で美肌をサポート!



アサイーブラウン (リンゴ・ほうれん草・アサイー・ブルーベリー)



ドライアイや眼精疲労に効果的
 ◇美肌やアンチエイジングにも効果大!
 ◇飲みやすさも栄養も100点満点!



ダークグリーン (オレンジ・パイナップル・小松菜・ケール・チンゲン菜)



野菜不足が気になる方に
 ◇なんという身体に良さそうな味!
 ◇総合的な栄養価の高さは1番!



ライトグリーン (オレンジ・パイナップル・小松菜・ケール)



日々の健康づくりをしたい方に
 ◇日々の生活に取り入れるならこれが最適!
 ◇消化を助ける分解酵素もたっぷり!



イエローグリーン (リンゴ・オレンジ・パセリ・レモン)



胃腸の疲れを感じる方に
 ◇高栄養価だけど大量の摂るのが難しいパセリを!
 ◇ビタミンK・E・Cとカリウムが豊富



バンブーブラック (リンゴ・セロリ・パイナップル・レモン・竹炭)



便秘改善・便秘気味の方に
 ◇衝撃の黒!しかし普通に美味しい!
 ◇竹炭でデトックス効果もあります!