



ヘルシーサロン オーガニッククス喜★通信

No. 1

ブログもみんな見てね♪

<http://ameblo.jp/041621tn/>



<サロンの頑張り屋さん>

今月は優しさ溢れるTさまのお話です。

なんとウエストのサイズが1ヶ月で、

11cmもDOWN!!

この結果にご本人も驚いていました♪

Tさまは毎日の食事をとっても工夫

しているんですよ!!

私もオリジナルレシピを教えて

もらっちゃいました☆☆☆

<今月の7千情報>

理想の大便タイプ

- ・頻度 毎日でる
- ・状態 いきまずにストーンストーンと出る
- ・色 黄色～黄色がかった褐色
- ・重さ 200g～300g
- ・分量 バナナ2～3本分
- ・ニオイ 臭うけれどもきつくない
- ・硬さ バナナ状～練り歯磨き粉
- ・水分量 80%(便器に落ちると水中でパツとほぐれて水に浮く)

皆さん、どうですか？

ウンチは身体のパロメーターです!!

腸内環境を整えることでお肌の調子

も良くなっていきますよ☆

ダイエット中はもちろん、便秘は健康面

にも悪影響ですからしっかりと改善して

いしましょう～♪

<アロエベラの効能>

「アロエベラ」は、アメリカのテキサス州や中南米で盛んに栽培され、大きな葉が特徴です。

1枚の葉は長さ80cm、幅10cm、厚さ3cmもあります。そして、アロエベラは根本から何枚も葉が出ているのが特徴であり、茎が見えません。

アロエはアラビア語の「味が意味し、アロエベラはラテン語の「本当」を意味する言葉で、学名はアロエ・バーバデンシス・ミラーです。

数あるアロエの中で、とりわけアロエベラは、葉肉中の粘液量が多く、そして治癒力に優れかつ効力が広範囲に期待されていて、薬用や化粧品に重要視されている点が最も素晴らしいことです。

アロエベラの効能は世界的に知られていて、アロエといえばアロエベラと言われるほど人気があります。特にアメリカでは、代替医療のエースとして大変なブームになっています。アメリカ・テキサス大学のユー教授やアメリカ国立ガン研究所などで研究が進み副作用がなく、**ガンをはじめとする生活習慣病に効能がある**ことが明らかになっています。

参考:「アロエベラ」の効能のメカニズム生活習慣病に克つアロエベラー健全社

5月にない暖かい日がふえてきましたね。まさに**薄着**のシーズンですね。今年の夏は自信を持って半袖が着られるよう頑張っていきましょうね～♪

お気軽にお電話下さい♪

0480-53-9808

