



ハーブ通信

012号

冬後半に暖かい日が続き、例年より1週間から10日ほど桜の開花も早く、入学式の頃に咲き誇る桜がすでに散ってしまった地域も多い今年の春。暖かい分、舞い散る大量のスギ花粉に苦しんでいる人も多いのではないのでしょうか？ 花粉症の原因は免疫の過剰反応。体内にある異物を排除しようとする免疫反応。その異物が大量にあると免疫反応が過剰に働いて異常を起こすのがアレルギー反応。食品添加物や化学的な物質は脂溶性で、脂肪の中に溶け込む性質があり、体脂肪率が高い方は、それだけアレルギー＝花粉症を誘発しやすくなるため、痩せたことで花粉症が解消したという人も少なくありません。脂肪太りは様々な形で健康の邪魔をします。だからこそ今年の夏に向けて、ハーバライフで減量を頑張りましょう



製品一口メモ

毎日うるおい。健康的なアロエの習慣！

ハーバル・アロエ・コンセントレート

アロエとカモミールのパワーを日常に！



¥4,401(税込)

コロナを受け入れ気を付けながら生活を始めて1年余り。こんな状況だからこそ注目されているのが「免疫力」。免疫を高めることは、すべてにおいての健康力向上のカギです。その免疫に関わる細胞の7割が腸内に存在していると言われていています。そのために大事にしたいのが「腸活」。それに大きく役に立ってくれるのがハーバルアロエコンセントレート。

アロエは、古来からやけどの治療として使われるなど、傷や粘膜の修復・保護に役立つと言われていますが、口から肛門までつながっている消化管は100%粘膜で覆われ、もちろん腸管内も軟膜から構成されていますので、腸管が傷ついた場合、その修復や保護はとても重要。その時にアロエの成分が役に立ちますし、アロエコンセントレートに含まれるカミツレ花エキス。カミツレ花とはカモミールの和名で、カモミールにはリラックス効果だけでなく、アロエと同じく皮膚炎・口内炎予防に役立つ効果があるとして、こちらも古来から日常に活用されています。このアロエとカモミールのダブルの保護効果で腸内の環境を改善。濃縮タイプでお水で希釈するだけ。糖類ゼロでカロリーも一杯わずか5kcal。しかも美味しいアロエドリンク。ぜひ一度お試しください。

今月の体験

トータル14kgダイエット 滋賀県 近藤みや子さん 52才

現在52歳にもかかわらず、20代の娘さんと並んでも姉妹と間違われるほど若々しいみや子さんですが、32歳の時にご主人を突然亡くされたショックで不眠症に。そのため薬を処方されてから、食欲がおかしくなり、ストレスも相まって、毎日ビールとケーキ三昧で体重が急上昇。そこから食べないダイエットや単品ダイエットなどをやっても過食症のようになってしまったのか、3日と続かない。当時流行ったマイクOダイエットなどの置き換え系にもチャレンジしても3kgくらいしかやせず、すぐにリバウンド。そんな時に出会ったのがハーバライフのダイエット。14kgやせて、20代の頃の身体に早変わりし、栄養バランスが整ったおかげで、薬を飲まなくてよい生活に戻ることができ、以後14年間体重をキープ。まるで少女のような若さを手に入れたのは最高の栄養を摂り続けたおかげです。



オンライン・ウェルネスサポートが、さらに充実！

昨年のコロナ禍で各地のダイエットサークルが開催できなくなったのをキッカケにスタートした『オンライン・ウェルネスサポート』ですが、今では北は北海道から南は沖縄まで、全国各地をZOOMをつないで、一つの大きなコミュニティに発展しました。クラスの内容も充実し、通常の代謝アップエクササイズから、HIITトレ・バランスボール・ダンス・顔ヨガ・ストレッチ・バレエフィットなど専門家が直接教えてくれるクラスが目白押し。キッチン系のイベントや無料ダイエット講座など右のカレンダーのように毎日何かのクラスが行われ楽しさ倍増です。これらすべてに参加できて**月額500円の定額**です。プラス、**製品を使っているけど、まだ入会されていない方限定で初月無料**キャンペーンを4月からスタート。この楽しさをぜひ一度体験して下さい。

すべて参加できて **月額500円**

オンライン ウェルネスサポート 月間スケジュール 2021/4月スケジュール

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
1 フィット茶 セミナー系	2 キッチン茶 スキンケア系	3 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	4 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	5 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	6 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	7 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ
8 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	9 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	10 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	11 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	12 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	13 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	14 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ
15 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	16 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	17 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	18 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	19 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	20 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	21 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ
22 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	23 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	24 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	25 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	26 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	27 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	28 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ
29 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ	30 18:00～20:00 ダンスFIT 20:00～21:00 ヨガ					



おすすめアレンジシェイク・レシピ



- 水125ml
- 低脂肪 or 無脂肪牛乳 125ml
- F1バニラ or トロピカル 2杯
- PPP 1杯
- カットパイナップル 3～4片
- ヨーグルト お好みで
- 氷 多め

サマースムージーシェイク

ご褒美シェイクとしておすすめのアレンジ。乳製品が加わるとコクが増し、生のフルーツが入ることで甘みに深みが出ます。氷多めでシャリシャリにしても楽しめますよ！



- 冷水 250cc
- F1プレーン or バニラ 2杯
- 抹茶 適量

抹茶プレーン(バニラ)

甘い飲み物が苦手という方には大人気のフレーバーシェイク。プレーンをバニラに変えても有名カフェのメニューかのような味が簡単に出来上がります

ハーバルアロエ・コンセントレート

4月16日(金) 新発売!

マンダリンフレーバー

- すっきりとしたマンダリンオレンジ味の健康飲料
- 糖質、脂質ゼロ、カロリーは1杯わずか3kcal以下
- 太陽の恵みをたっぷり受けて育ったアロエベラ、カモミールとして知られるカミツレ花エキスを配合

発売記念プロモーション



数量限定

ディスペンサー
(詰め替えボトル)
容量 500ml
サイズ 約35cm×6cm



左記セットいずれがご購入の方
アロエ・ディスペンサー進呈!

¥4,401(税込)