

毒だし 新聞 2021 年秋

今回は長年糖質オフをされていたお客様のご感想です。

糖質＝ご飯というイメージがありますが、糖質にはいくつかの種類があります。ご飯の糖質は多糖類でゆっくりと吸収されるのでそれほど太る心配はいりません。※（お菓子・お酒・果物の糖質は吸収が早いので太りやすい食べ物なので取りすぎに注意しましょう）

更に玄米でしたら、胚芽や糠部分（お米の皮・食物繊維）を取っていませんので白米部分の炭水化物をエネルギーとして使ってくれるのです。ですから、玄米を召し上がっている方は余分な脂肪が少なくそして元気なのです。超うまい米は小粒の玄米なので、それだけ胚芽や糠を召し上がる量が多くなり既についてしまった内臓脂肪や皮下脂肪の代謝も促進してくれます。

春には、スピードデトックス。それ以外の季節の夏～冬は1日1合の超うまい米を召し上がってください。身体が変わりますよ！



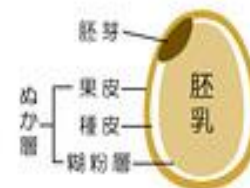
春



夏

秋

冬



10日間の玄米生活・スピードデトックスで体質改善

一日一合（お茶碗二膳）を食べましょう

長く糖質オフをしていた身体は代謝の悪い身体になっていました 体質を改善し、友達からも褒められるほど足が細く綺麗になりました

東京都 S・K 様 24歳

「糖質オフはダイエットのために必須！」

近年この言葉が一人歩きしているように思います。私もこの言葉を過信し、無理なダイエットを続けていた1人です。

過去に過度な糖質ダイエットを行い、10キロほど体重が落ちたことをきっかけに、少しでも体重が増えたら糖質を食べない、ということをして8年ほど繰り返していました。

結果的に、普通に食事をするだけで、すぐに太ってしまう身体になってしまったのです。そんな時に母から「超うまい米」を紹介してもらいました。正直、最初は半信半疑でした。長いこと「糖質が太る原因」と信じていた私にとって、玄米であっても糖質を取ることは本当に怖かったのです。

初めて超うまい米を食べ始めた時は、少し体重が増えました。やはり糖質は体重が増えるのではないかと心配しましたが、すぐに加藤さんのトリートメントを受けてみると、私の体は冷え冷えだったこと、浮腫んでいたこと、そして腸の動きが悪かったことを教えてもらいました。

長く糖質を取らなかった私の身体は、非常に代謝の悪い身体になってしまっていたのです。

そこからスピードデトックスを経験し、毒だし道場にも行かせていただきました。適正に痩せるということは、健康の先にあるのだということ。その健康を保つには食事がどれだけ大切なのかを学ぶことができました。その後トリートメントを通して、身体をほぐしてもらっただけでなく、偏ったダイエット法に執着していた自分の心もほぐしてもらえたと思っています。

今では、適度にウォーキングを行い、超うまい米を食べ、トリートメントに通っていますが、友達から足が細くなつて綺麗になったととても驚かれています。

そして何より、ご飯を食べることが何となく怖くなりました。食べすぎた次の日は、たくさん動いてたくさん超うまい米を食べよう！

という思考になることができました。超うまい米との出会いは、身体だけでなく心を健康にもらえたと思っており、大変感謝しています。



大人気の超うまい米
<850円(税抜)/840g>

発行元: 株式会社インディヴィマックス 直営サロン unazur (アナジュール) 代表: 加藤敏子

～トリートメントと香りと食でトータルな美しさを提案～

〒136-0074 東京都江東区東砂 4-24-3-1034 TEL 03-5683-7538 <http://www.unazur.info> [✉ toshi2@rmail.plala.or.jp](mailto:toshi2@rmail.plala.or.jp)