

# 漢方専門店で 食生活から体質改善を

食べるものや食べ方を見直すことは  
病気になりにくい身体づくりの第一歩



例えば、こんなお悩みのある方に

疲れ

冷え

むくみ

イライラ

高血圧

肥満

便秘

下痢

肌あれ

胃腸不良

## 「食生活改善・ダイエットサポート」

### 無料 健康カウンセリング

専門の相談員が、お一人おひとりの具体的な症状や体質、生活環境に合わせてご提案します。この機会にご自身の身体や生活習慣を見直し、健康的でバランスの良い身体をつくりませんか？



## 食生活の改善で得られること

● 健康的な心身バランス

● 適正体重の維持

● ハリつやのある肌・髪

● 快適な睡眠

● 便通の改善

● 生活習慣病の予防

## □ 食生活改善のポイント □

● 旬のもの、土地のものを食べる〈身土不二〉

人と自然は一体。その土地でその季節にとれるものが身体のバランスを整えます

● 丸ごと食べる〈一物全体〉

“いのち”(=生命力)を丸ごといただくことが身体を養います

— 積極的に食べて頂きたいもの —



穀類



豆類・芋類



旬の野菜・果物



海藻類



発酵食品

## 手軽に栄養バランスを整えたい方へのサポート食品

### 理想の栄養バランスを叶える



黒五類

国産18雑穀

穀物麹

和漢素材

#### バランスフード

大豆・ヘンプシード由来の植物性たんぱくのみ使用  
黒ゴマ風味のシェイクドリンク  
10包 7,344円(税込)

### 伝統食の智慧で健康サポート



米胚芽発酵抽出物

穀物麹

海藻

和漢素材

#### 発酵胚芽麹

日本の伝統的な食事の組み合わせを参考に原料を配合した健康食品  
30包 10,584円(税込)・60包 20,088円(税込)

### 腸内環境を良好に



ビフィズス菌

乳酸菌

酵母菌

和漢素材

#### ビフィズス〈機能性表示食品〉

善玉菌・食物繊維・和漢素材をブレンド  
ほのかなヨーグルトテイスト  
30包 4,860円(税込)・60包 9,180円(税込)

### 理想的なコンディションへ



イヌリン

グルコマンナン

サンザシ

桑の葉

#### イヌリンファイバー

水溶性食物繊維「イヌリン」を使用  
飲みやすいレモンジンジャー味  
30包 7,020円(税込)

KAGAE 店舗一覧はこちら  
KAMPO BOUTIQUE