



果物のある生活

健康

健康的な生活の助けに

いつの時代も、健康の悩みは尽きないものです。

食事、運動、睡眠などに気を遣っても、日々の生活に追われてなかなかリズムを守れないという方も多いのではないのでしょうか。

そんなあなたにおススメしたいのが、食事に果物を一品足す習慣です。

認知機能を向上させる**プラム**、がんを抑える**柑橘類**、胃腸の不快感を和らげる**キウイ**など挙げればきりがありません。

美容

内側からキレイに

果物には美容効果もあります。

酸化はシミ・シワ・たるみの原因になりますが、ぶどうに含まれるアントシアンは体の酸化を防ぎます。

ビタミンCたっぷりの**柿**は、肌ツヤをよくするコラーゲンを作りやすくします。

知る人ぞ知る**カムカム**には、美白効果があるエラグ酸が含まれています。

色々な果物を調べてみるのも楽しめるかもしれません。

贈品

友達から大切な人まで

最近果物を食べましたか？

お祝い事や自分へのご褒美以外に、果物を食べる機会はありませんか？

日常的に買う人でない限り、果物には少し特別感があるでしょう。

そんな果物を、あなたの友人や大切な人に贈ってみてはいかがでしょうか。

何気ない日常でも、特別なお祝いでも、きっと喜ばれるでしょう。

果物紹介

オレンジ

効能

豊富なビタミンCには美容効果がある

ビタミンの1種であるヘスペリジンは血液の流れを良くし、むくみを抑え代謝を良くする

抗酸化作用のあるβカロテンを多く含み、がん予防効果がある

良いオレンジの選び方

濃いオレンジ色でツヤがある

持つと重量感がある

皮が薄めでなめらか



お問い合わせ

お名前	<div><div></div><div>例)山田 太郎</div></div>
ご年齢	<div>20歳未満</div> <div></div>
性別	<div><div><input type="radio"/> 男性</div><div><input type="radio"/> 女性</div></div>
お問い合わせ内容	<div></div>

上記の内容でお間違いなければ、送信ボタンを押してください。

送信