

ファスティングアイテムの使い方

蛭原式ファスティングダイエットをご購入頂きありがとうございます。

このセットでは、ファスティングの効果を最大に高め、楽に行うことができるサポートアイテムがセットになっています。

それぞれのサポートアイテムに理由がありますので、1つずつご説明致します。

デトックスプランお申し込みの方

1. 酵素ドリンク「MANA酵素」

ファスティング期間中は、この酵素ドリンクを飲んで過ごして頂きます。

60種のハーブ・野菜・果物を1年半もの時間をかけて自然発酵熟成させ、

内臓が消化にエネルギーを使わなくてよい状態まで低分子化。必要なエネルギー、

ビタミン、ミネラルと50種類もの乳酸菌を含んだファスティング専用の酵素ドリンクです。



さらに脂肪燃焼をサポートする「L-カルニチン」や「パパイヤ酵素」、お肌のハリや柔軟性のも

とになる「MSM」を配合。ファスティングの効果を最大限に高める高品質ドリンクです。

飲み方については、他の動画や説明資料でご説明致します。

2. アミノ酸サプリ「アミノマキア」

ファスティング中の臓器負担をフォローする画期的な栄養サプリメントです。アミノ酸を摂取することで筋肉を落とすことなくファスティングを行え、基礎代謝を維持することでリバウンドを抑制します。



3日間ファスティングでは7包、

5日間ファスティングでは9包、

7日間ファスティングでは12包がセットになっております。

準備食1日目より1日1包を夕食の際に水で飲まれて下さい。

ファスティング期においてカラダがだるい、疲れやすい時には追加で1包飲まれて下さい。

3. 最高品質オーガニックルイボスティー「ルイボスティーPono」

活性酸素の働きを抑制してくれるSOD（スーパーオキシドディスムターゼ）の合成を促すミネラルを豊富に含んでおり、抗酸化作用が強く、老化しにくいカラダに！ノンカロリー・ノンカフェイン、ミネラル豊富なので特に女性にうれしい最高品質のハーブティーです。



ファスティングの全期間中にお飲み頂けます。

口さみしい時、お腹は空かないけど食欲のある時、リラックスしたい時などに飲まれて下さい。

4. オーガニックフラックスシードオイル（亜麻仁油）「フラックスシードオイル | KE」

世界でトップレベルの、厳しい基準をクリアしたオーガニック機関で、

オーストラリア政府検疫検査局（AQIS）より公認、認定されている

フラックスシードオイル（亜麻仁油）。不足しがちなオメガ3脂肪酸を豊富に含んでおり、摂取することで様々な美容・健康効果を得ることができます。



準備食2日間は1日大さじ1杯を夕食の際に摂られて下さい。

回復食の際には、ダイエットを目的とする方は4日目以降、ダイエットしたくない方は1日目よ

り1日大さじ1杯を夕食の際に摂られて下さい。

5. リキッドタイプミネラル「グレートマグネシウム」

不足しがちなマグネシウムを手軽に摂取できる、

水溶性で利用度の高いマグネシウムです。

「マグネシウム:ナトリウム = 73:1」の超高濃度を実現！

エネルギー産生効率を上げ、脂肪を燃焼しやすくし、

疲れにくいカラダに！



ファスティング全期間中に1日10滴ずつ摂取して頂きます。

ただし一度に10滴入れてしまうと味が変わりすぎて飲みにくいいため、飲み方を工夫して頂きます。

す。

・ファスティングドリンクやコップ1杯のお水（ルイボスティー）に1滴

・ ご飯を炊く際に、1合に対して3滴

・ お料理を作られる際に味が変わらない程度

などが一般的です。

6. ミネラルソルト「ヒマラヤマグマソルト」

塩素を除去し、水素を発生させる奇跡のお塩。活性酸素の還元力も

高くミネラルたっぷりの天然塩です。硫黄が多く含まれていることで、

抗酸化作用、解毒作用があり、さらに肌・爪・髪を元気にします。

特に脂質・糖質の多い食事を摂る方におススメです。



準備食期、回復食期にお料理に使用する他、ファスティング中に頭痛のある場合に摂取します。

ファスティング中の頭痛は塩分不足によるものですので、頭痛が出た場合はこの天然塩をひと舐

めして下さい。

ビューティプランお申し込みの方

ビューティプランをお申し込みの方は、酵素ドリンクがより高品質な「KALA 酵素」に代わり、「MANA 酵素プレミアム燕美妃」が追加されます。

1. 酵素ドリンク「KALA 酵素」

KALA 酵素は、MANA 酵素に加えて様々な美容成分を追加配合し、ダイエット効果と美容効果を強化した特別なドリンクです。



追加成分

1. シリカ

キレイの代名詞「コラーゲン」の生成に関わることで注目されるシリカ。

水晶由来でありながら水溶性の高濃度シリカエキスが1本に520mg含まれています。

また、シリカは、MSM やシステインペプチドとの相性がとてもよいのです。

2. 酵母エキス（システインペプチド含有）

グルタミン酸、システイン、グリシンの3つのアミノ酸からなる、美しさを総合的にサポートして、生命の維持にも欠かせない守護ペプチド。

1本に500mg含まれています。

3. Mg マグネシウム

体内で300種類以上に及ぶ酵素の働きを助けます。

あらゆる重要な場面で活躍する「カリスマミネラル」。

4. L-カルニチン

アミノ酸誘導体で脂肪燃焼に関わるダイエットサポート成分で、ファスティングに欠かせません。

5. MSM

皮膚や髪に多い、イオウを含む成分で、美のサポートや、活動的な生活を維持したい方に欠かせません。

6. パパイヤ酵素

古代より“メディカルフルーツ”と呼ばれ、酵素が豊富な奄美大島産の青パパイヤを使用。

7. フルーツ酵素

ベリー、柑橘系等5つの果物を、発酵原液とは別に独自ノウハウを用いて発酵させ、うまみをはじめとして全体的に新たな魅力を加えています。

8. 金時ショウガ酵素

栽培方法が特別な日本独自品種「金時ショウガ」は、有用なファイトケミカル（植物栄養素）がとりわけ多いことで知られています。これを発酵でまるやかに仕上げ、魅力的なアクセントを加えました。

KALA 酵素の飲み方については、他の動画や説明資料でご説明致します。

2. マナ酵素プレミアム『燕美妃』

ファスティング中にも食べられるゼリータイプになって
おります。

天然燕の巣配合でお肌プルプルを実感されるでしょう。

モニターの方のお声も大変好評をいただいております。



細胞が、健康であるには、(※)糖鎖が大事です。

燕の巣には、糖鎖の素となるシアル酸がローヤルゼリーの 200 倍！！あると言われています。

マナ酵素プレミアム『燕美妃』は、マナ酵素をベースに、シアル酸をはじめとした多くの美容と健康に役立つ成分が、野草・野菜中心の優れた発酵食品に溶け込んでおり、あなたのキレイをサポートします。

(※)糖鎖とは・・・すべての細胞が元気に働くネットワークの 基本物質で、細胞と細胞の絆をつないでいます。

3 日間ファスティングでは 7 包、

5 日間ファスティングでは 9 包、

7 日間ファスティングでは 12 包がセットになっております。

準備食 1 日目より 1 日 1 包を夕食の際に食べられて下さい。