

# 「温ぶく茶」

免疫力を高め、体を温めるハーブティ

運動前

入浴前

就寝前

食事前の飲用で、温め効果が高まります

人間の体温が1℃下がると免疫力が約30%低下すると言われています。  
近年、食生活の変化やストレスの増加などの理由で現代人の日常体温が低下しています。  
体温を上げることにより免疫力が上がり、ガンや感染症の予防になり、脂肪を燃焼しやすくします。



ショウガ(乾姜)

ショウガオールが発汗作用と保温効果によって、  
体の中心から手足の先まで温めてくれます。



ルイボス

免疫力が上がります。生姜と一緒に摂ることで、  
保温効果がさらに高まります。

ビタミン、ミネラル、アミノ酸を豊富に含んでいます。



ハイビスカス

運動の後の疲労回復に効果的。  
ダイエットや美肌効果もあります。

ショウガ、ルイボス、ハイビスカスなどをブレンドしたハーブティー茶