

# 『腸活』ってよく聞くけど

## サンルートの健康法自体が

# 『超・美腸活』だってご存知でしたか?!



近頃、腸を元気にする腸活って耳にする機会が多くなりましたね。  
でも、サンルートは30年前の創業以来ずっと「腸活」を勧めてきました。

それは!

サンルートの健康法自体が『温活と菌活のコラボ』で腸を元気にする  
腸活を越えた『超・美腸活』な健康法だからです!

この5ステップを実践して超・美腸活を成功させましょう!

超・美腸活  
Step 1  
入れない

●腸の働きを阻害するものを身体に入れない  
化学物質、薬、添加物を摂らないように心掛け、農薬を極力控えた土壌改良材『スーパーER』で土作りをした安心安全な有機農産物を摂りましょう

安心・安全で美味しいER農産物を摂る



超・美腸活  
Step 2  
デトックス

●腸の働きを阻害している化学物質・有害重金属を出す  
注意していても毎日の生活習慣の中で入り込んでしまう化学物質等を有機農産物を食べて排泄したり、遠赤外線  
のデトックス効果で定期的に排泄しましょう

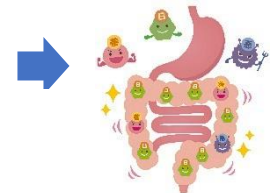
汗と共に有害物質等を排泄



超・美腸活  
Step 3  
菌の補給

●腸の働きを元気にする有用菌を摂る  
1000種類以上の腸内細菌がいる腸を元気にするには、多様で活性のある酵素(※1)と有用菌(※2)で作られた『酵素乃道』を定期的に摂って、理想的な腸内微生物の環境を作り、免疫力を維持し、高めましょう ※1:酵素の分解力 ※2:生きていることが重要  
液体やペースト状の商品には両方備わっていません

善玉菌を増やし、日和見菌を味方につけて悪玉菌を抑え込む



超・美腸活  
Step 4  
リラックス

●ストレスで腸内細菌を減らさないようにリラックス  
ストレスを受けると腸内細菌は減ります。しかし、ストレスは避けられないのでデトックスで活性酸素を排泄し、酵素入り入浴剤『やすらぎの湯』に浸かって快適な入浴タイムでストレスを軽減し、活力ある健康的な毎日を過ごしましょう

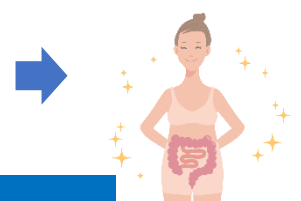
柔らかなお湯で身体も心もリラックス



超・美腸活  
Step 5  
究極の温熱法

●自宅に居ながら『究極の温熱効果』で腸を温めて活性化  
身体が冷えていたら腸もしっかり働きません。だから昼も夜も自宅に居ながら日向ぼつこの温かさで内臓を含む全身を温める『究極の温熱法』を毎日実践しましょう

毎日の温熱で超・腸美人



これらの「5ステップ」が、超・美腸活の決め手!