

ブルミエ通信 10月号



食欲の秋、スポーツの秋。

秋は楽しいことがたくさんあってウキウキしますね。

美味しいものを食べると、セロトニンという幸せホルモンがたくさんでできます。

『今日からの食事で未来を変えることができる』のがオーソモレキュラーの分子整合栄養学の考え方です。

タンパク質・脂質・糖質は身体のガソリンと捉えて、鉄はエンジンに値します。

ガソリンの燃費を良くするには、ビタミンB群が補酵素となります。また美肌にはなんと言っても、抗酸化作用のビタミンCが必要になります。

タンパク質+鉄+ビタミンCでコラーゲンの生成を促してくれるので、髪にも肌にも爪にも必要な美容栄養素です。

今回は吸収率の高いヘム鉄が発売になりました。

ヘム鉄とは動物性の鉄で非ヘム鉄よりも吸収率が4~5倍高いものです。女性は生理等で特に鉄が不足するのでしっかり補いましょう！鉄不足はイライラの元です。

気持ちもお肌も美しくいるための必要栄養素です。



・・・*疲れのない体づくりを皆様とご一緒に*・・・

''ヨガ&ストレッチ''で吸気・吐気を活性化させましょう

日時 : 10月 20日(土)10:00~11:00



Premiere Etoile
health & beauty

《Tel:03-6451-1626》

ブルミエのLINE
登録をお願いします♪

・・・ヘム鉄・・・

女性に欠かせない鉄をヘム鉄としてしっかり配合。

さらに、ビタミンB6・B12・葉酸・亜鉛・銅もバランスよく配合。

こんな方にお勧めします

《鉄の補給を必要とする女性》 《成長期のお子様》 《運動をする方》

point★

- 吸収効率の良いヘム鉄を豊富に含みます。
- 鉄の代謝に欠かせない亜鉛・銅も配合しています。
- ヘム鉄の必須要素であるグリシンも配合しています。
- イースト（酵母）由来のミネラルは不使用です。

「マルチミネラルFe」と「ヘム鉄」の使い分け！

*様々なミネラルを同時に
摂取したい方

*おなかに負担をかけずに
ミネラルを摂取したい方



『マルチミネラルFe』
がおすすめ！

90粒 ¥3,500(税抜)
1日3粒お飲みください

鉄、亜鉛、銅、マグネシウム、カルシウム、カリウム、セレン、マンガン、モリブデン、クロムを配合

*鉄をしっかり補給したい方

*鉄とビタミンB群を
同時に摂取したい方

*小さめカプセルが良い方



『ヘム鉄』
がおすすめ！

90粒 ¥4,000(税抜)
1日3粒お飲みください

鉄、亜鉛、銅、ビタミンB₆、ビタミンB₁₂、葉酸、グリシンを配合

トリートメントの当日キャンセルはキャンセル料が発生致します