

鬼、破れたり。



パンツの真ん中をくり抜いて履いてみてください。
新聞が破れたら、カラダの内側の鬼を退治しよう。
お腹まわりを測ってみよう! 男性 > 85cm 女性 > 90cm

きょうは一年の無病息災を願う日。せつかくなら、一年中続けられる生活習慣の改善を、一つはじめてみませんか。それは、豆を食べること。「畑の肉」と言われる大豆は、タンパク質や大豆イソフラボンをはじめとする栄養がぎっしり詰まっているだけでなく、いま話題の「低GI」食品でもあります。「低GI」とは、おなじカロリーでも糖質の吸収が穏やかで太りにくい食品のこと。まずは、ちよつとお腹がすいた時に、いつでもどこでも手軽に大豆を摂れる「SOYJOY」と「ソイカラ」で、カラダの鬼退治のきっかけをつくりましょう。



大豆で人も地球も健康に。それが、**Soylution**
SoylutionとはSoy(大豆)とsolution(解決)を掛け合わせた言葉です。
今日からできます、生活習慣の改善。



鬼のパンツの 作り方、使い方。

- 1 点線に沿って丸く切り抜きます。男性なら青い線、女性なら赤い線。
- 2 履きやすいように、点線の端まで2か所の切れ込みを入れます。
- 3 ソーツと足もとから履きます。切れ込みをテープで固定し、完成!

※厚生労働省メタボリックシンドロームの診断基準より、内臓脂肪の蓄積として腹囲(へそ回り)男性85cm以上・女性90cm以上で、その他に脂質異常、高血圧、高血糖のうち2つ以上の項目があてはまるとメタボリックシンドロームと診断されます。