

「運動」×「温ぶく茶」 体温を上げて健康になろう



しょうが

発汗作用と保温効果があり、
体の中心から手足の先まで温めてくれます。
さらに自律神経に働きかけ、血行を良くし、
運動効果をアップさせてくれます。



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。

3種を混ぜたブレンド茶



西田医師考案

「温ぶく茶」を飲んで体の中心から温めよう！！