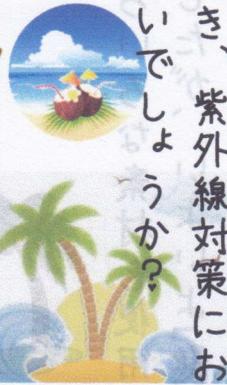


サニースポットタイ



去

年の夏以来ずいぶん間隔が空いてしまいました。久しぶりのサニースポットタイムです。初夏の陽気が続き、紫外線対策にお忙しい頃ではないでしょうか？



今

回は「ココナッツオイル」についてです。去年の夏頃からじわじわと広がっていましたが、某国営放送の「○○イチ」という番組で認知症に効果があると特集されて一気にブームに火が付きました。

それ以来どこでも品薄状態が続いています。とても体に良いものなのに単にブームで終わらせない為にも整理しておきましょう。



脳

の栄養はブドウ糖です。それが足りなくなると認知症が始まります。ただ、体には防御作

用があり、脳が非常事態になると肝臓で**ケトン体**という非常食がつくられます。それが脳に届き、事態が回避されるわけです。しかし、厄介なことにケトン体は、糖質が足りなくなつた緊急時にしか作られないという問題があります。そこで**ココナッツオイル**の登場です。このオイルは他の油と違い、食べても消化酵素が必要なく、すぐに吸収され肝臓に届きます。そして、血糖値や炭水化物の量に関係なくケトン体に変換され、すぐに脳のエネルギー源として届きます。

毎

日、ココナッツオイルをほんの**大きさじ2杯か3杯(30と40ミリリットル)**摂取するだけで、**血液中のケトン濃度は治療レベルに達します。**

実際の実験でも、自分のことがほとんど出来なかつた認知症患者が**ココナッツオイル**をきちんと摂取した結果とても回復し、約60%程度も自立することが出来るようになったというデータがあるそうです。そして、薄着になるこれからの季節、

女性にとって気になる「**ダイエット**」にも効果的です。油で**ダイエット**？と思いがちですが、**ココナッツオイル**の約70%を占める中鎖脂肪酸は**コレステロール**になりにくく、**エネルギー**代謝を活発にしてくれる効果があります。一般的な植物油に比べ**消化吸収**は約4倍、**代謝**は約10倍も速いため、**中性脂肪**になりにくく**脂肪燃焼**を促進します。この効果により、**体に付いている脂肪は燃えやすくなりダイエット効果抜群**。しかも、この代謝効果により**コレステロール**値を下げる働きまであります（因みに、私は体脂肪・内臓脂肪とも数値が下がりました）。食べ方は前述の通り、一日当たり**大きさじ2杯**程度を、**コーヒー**や**紅茶**に溶かすか、**トースト**にバター代わりに塗るだけ。アイデア次第でどのようにもアレンジでき、しかも調理にも使え酸化もしません。その他にも**沢山の効果**が認められており、**医師も注目**のオイルです。

その他の効果として・・・（裏面へ）

① 糖尿病の予防・改善に効果的（治療を受けているI型糖尿病の方は事前に医師に相談が必要）

② 心臓血管疾患のリスクを低減する

③ 便秘を解消する

④ 免疫力の強化する

⑤ 甲状腺機能低下の改善

⑥ 体内の酸化作用の強化

⑦ アトピー性皮膚炎に効果的

⑧ 動脈硬化に有効

等々、他にも沢山効果があります。

オリーブオイルと同じでエキストラ

バージンオイルが良く、オーガニックの認証を受けているものが安心出来るようです。価格も様々、自分に合ったものを見つけてみましょう。



新素材入荷！

今 迄も、いろいろな素材を使用してきましたが、いよいよ「**髪**」

の「**アンチエイジング素材**」の登場です。

エルカラクトンと言う原料原液です。

キューティクルのめくれ上がりを改善し、「うねり」「絡まり」「まとまらない」「ハリ・コシがない」などの加齢

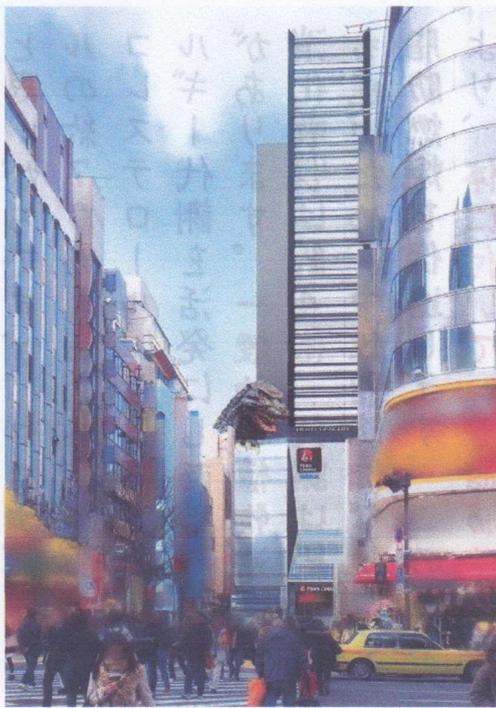
による毛髪の様々な悩みを改善します。最近、髪がはねる・何かクセが出てきた・つむじが目立つ等、それは老化の始まり……。現在は、仕上げのブローローションに配合、ほぼ全員の方に使用しています。特筆すべき点は、一度ブロードライをする時、シャンプーで洗い流した後も効果が持続すること！使用を続けることで、梅雨時期などの湿度の高い環境でも、毛髪のまとまりやおさまりを改善します。これからも、施術の中に沢山取り入れて行きますのでご期待下さい。

新宿に新名所誕生？！



ずつと工事中だった、旧新宿コマ劇場跡地に都内最大級の「東宝シネマズ新宿」が4月17日に開業します。TVでご覧になりご存じの方もいらっしゃると思いますが、屋上に実物大の「ゴジラ」がいます！一定の時間になると、目が赤く光ったり熱線をはいたりすること。しかも、限定とは思いますが東口駅前にはやはり実物大のゴジラのしっぽが展示

してあり、足音と共に迫力があります。しかし、なんといっても座席に凝らした仕掛けがすごい！映画のシーンに合わせて、客席のシートが前後・左右・上下に動くと共に、風・ミスト・香り・ストロボ・煙や振動など五感を刺激する特殊効果が⑩種類あり、これらが連動することによって、「見るから体験する」アミューズメントシアターとなっているようです。まるでDランドのアトラクションがそのまま映画館になった感じではないでしょうか。皆さんも、一度ゴジラ見物？にいかがでしょうか。



⇒実際このように見えます！