

サンレム・ガイアレン 菌食の摂り方



サンレム錠剤

サンレム粉末

ガイアレン錠剤

ガイアレン粉末

内容量 | 錠剤：330錠 / 粉末：85g

錠剤、粉末ともに効果は変わりありません。1本あたりの菌食含有量も同量となっております。

摂取量 | 1日の目安の量です

錠 剤 | 11粒/粉末:付属のスプーンですり切り2杯(※11粒=粉末付属スプーン2杯)

菌食は、漢方の原点・神農本草経において上品じょうげんに分類され「無毒で長期連用でき、命を養う」とされています。赤ちゃんからお年寄りまで、体質・病歴・薬の服用等、気にせずに、安心して召し上がっていただける食品です。記載した目安に関わらず、多めに摂って頂いても弊害は有りません。

飲み方

食品ですので、飲み方に特に制限はありません。一日に1回もしくは、数回にわけてお飲み頂くことが出来ます。また、他のサプリメントや、薬と併用も可能です。

錠剤 水やお湯だけでなく、好きな飲料でお飲み頂けます。また、噛んで召し上がることも出来ます。

粉末 少量の熱めの温水によくなじませてから、お湯をはじめ温かい飲料を加えて飲み物としてお召し上がり頂けます。砂糖やはちみつを加えても美味しく、料理に使用することも可能です。

体感・その他

・両方とも菌食ですが、サンレムは主に「肉体」全体、ガイアレンは主に「身心」への働きかけが特徴的です。菌食を摂ることで腸内細菌が活性化し、身心の活力が上がると体の巡りが良くなる為、顔色の透明感が上がります。

・人体は「血液は1年、内臓は3年、骨は7年」で、古い細胞から新しい細胞へ入れ替わると言われています。食生活の一環として十分な菌食を摂ることで、年数とともに活力がより高まります。

・サンレムが活力を補強し、満遍なく全身の均衡をとるのに対し、ガイアレンはより身心に働きかける菌食のため、緊張を緩和し、日常生活において気持ちの安定を維持しやすくなります。おやすみ前にお召し上がり頂くのもおすすめです。

・サンレムで全身の力を高め、ガイアレンでリラックスと汗を促すことにより、人体の真の能力開発を助けます。

