

冷えを退治②

「肌がカサカサする」「首や肩のコリ」「朝スッキリ起きられない」
みなさんはこのようなことを感じたことはありませんか?

一見、別々だと思われるこれらの症状、実は身体の「冷え」が原因だと考えられます。

今はパソコンや携帯電話の使用で猫背になり、呼吸も浅い人が非常に多いですね。実はこれも身体の「冷え」の大きな原因なのです。

部屋を暖めて厚着をすればいいじゃない:違うのです。冷え対策には「お腹や足を温める」いわゆる「頭寒腹熱、頭寒足熱」の温め方がとつても大事。

そこでこの「YULAX II・湯たんぽ」。

温めるには自然な温度の「お湯」



が一番。電気ヒーター(あんか)やカーペットのように空気を乾燥させずに、肌やのどをやさしくしつとり温めてくれます。

「YULAX II・湯たんぽ」は湯たんぽとボイラー部分が別々になつているのがポイント。2つをホースでつなぎ、その中を温かいお湯が循環します。だから、いつまでも

冷めないし、好きな時に好きな温度でボカボ力に。さらにゆったりお湯を循環させる構造なので電気代もわずか1時間25円とやさしいエコライフ。しかも、面倒で危ない、毎日の熱湯の入れ替えも不要です。

湯たんぽの不満を解消した画期

的な「YULAX II・湯たんぽ」。お布団の中だけでなく、お腹や寒い足元にもおいて、身体にやさしい温かさを実感して下さい。

また、「YULAX II・足浴器」は、服を着たまま足湯ができるすぐもの。実は足の温め方には重要なポイントがあるのです。「冷え」の方は足先と膝下の体表温度は15度以上も違う場合があるので、ただお湯に足をつけるだけでは、足

たりして、かえって冷えてしまうことがあります。

「全国冷え症研究所」が開発し

た足浴器は、世界初のグラデー

ション温熱[®]。これは足の部位ご

とにお湯の温度をなめらかに変え

ながら、効率よく温める新技術。

足先から膝下まで心地よくしつか

り温めます。

さらに、本体を広げると、腰ま

でじんわり温まるお湯のマットと

してもお使い頂けます。

明日から冷えを退治、快適生活

を送りましょう!

- 肌がいつもくすんでいるような気がする
- 脚がむくみがち
- なかなか消えない目の下のクマや、シミが気になる
- 腹が乾燥しがちで、リップクリームが欠かせない
- 胃腸が弱い
- 眠りに不満がある(不眠、夜中のトイレなど)
- だるさを感じることが多い
- 上半身より、下半身のほうが太め

あなたの冷え度をチェック!

当てはまる項目が多いほど、
冷え症の傾向があります。



全国冷え症研究所って?

1997年に設立された冷え研究・治療の専門機関。全国に約200ヶ所の分室を持つ。全国冷え症研究所では、約6万人の臨床データから独自の冷え症対策グッズ、サプリメント、機器、対策法等を開発。冷え症対策が、健康の促進と深く関わることを目的にし、体の冷え撲滅運動を全国に展開中。



山口勝利

やまぐち・かつとし
全国冷え症研究所所長

1962年生まれ。理学博士。冷え研究の第一人者、冷えのデータ化に初めて成功。テレビ・雑誌等メディア出演多数。「冷えを上手に対策するには、自分の冷え度を知って対策法を選択すると良いでしょう。あきらめずに継続する事が冷え改善には重要です。」



山口先生の「冷え」対策指南書

著書「冷え症を治してキレイにやせる」(二見書房)

「冷えた女はバスになる」(祥伝社)

監修「カラダも心も幸せに! しょうがすぐ効くレシピ」

(TOKIMEKIパブリッシング発行)



あなたの冷え度をチェック!

当てはまる項目が多いほど、
冷え症の傾向があります。

あなたの冷え度をチェック!

当てはまる項目が多いほど、
冷え症の傾向があります。

