

# 日本が誇る 日本の伝統的な発酵食品「麴」のチカラ

～あなたの生活に「麴」を取り入れてみませんか～

FRESH & Co.の商品には、すべて「麴」の粉末が配合されています。  
これは私たちが、「健康になるためには、まずは腸内環境から」という考えをベースにしているから。  
まずは麴で「腸内環境を整えること」を目指すことからスタートします。



腸内環境が悪いと、  
代謝がスムーズに行われなくなるので、

- 免疫力が低下する
- 太りやすくなる
- 肌が荒れる
- 生活習慣病を引き起こす
- ウツな気分になる

など、「健康」とはほど遠い状態に……

そこでまず、腸内環境を整え、腸本来の力を発揮させることを目指します。

麴には、栄養の消化吸収を促進する酵素のほかにも、  
食物繊維やオリゴ糖、ビタミンB群も豊富に含まれています。

腸が元気になると、栄養素を効率的に消化吸収できるようになり、その効果もUP！  
免疫力の向上や美肌・美髪、代謝アップで痩せやすいカラダになるなど嬉しい効果も。

医師や栄養士など専門家と一緒に必要な栄養素を考え、  
体に負担をかけない安心・安全な原材料を使ってこだわりのパウダー。  
忙しくてもサッと溶かして栄養を摂る！ そんなパウダーをお試しください。

## 麴生活で大切なこと

### 「予防する」ということ

病気になってからではなく、元気なうちから自分のカラダのケアを。普段からもっと自分をいたわってあげましょう。

### 「継続する」ということ

続けなければ効果は出ません。じっくり自分のカラダを向き合い、継続してみましょう。

### そして、「実感する」ということ

少しずつ変わってきた自分のカラダに気づいてあげましょう。カラダもココロも軽くなっているのを感じてみてください。

## FRESH & Co.

株式会社FRESH & Co.

<https://www.freshcompany.jp/>

