

## 腸内環境（お通じ）を整えるための

# 内側・外側から、飲む・食べる・踏むだけの食・運動新習慣！

インナービューティーメソッド（カラダの中からキレイ・スタートセットI）ご使用方法（①、②を行うだけです）



クロックティー



フットベース  
ボード

- ①日中、なるべくクロックティーをお水代わりに飲み、なるべく食べることで、豊富なポリフェノール（ファイトケミカル）、食物繊維群などを全て摂取できます。（底に残った出し殻をなるべく食べます）ホットでもアイスでも。

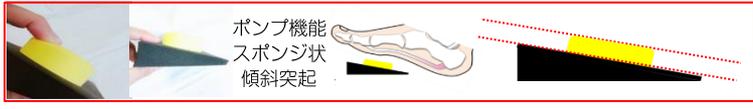
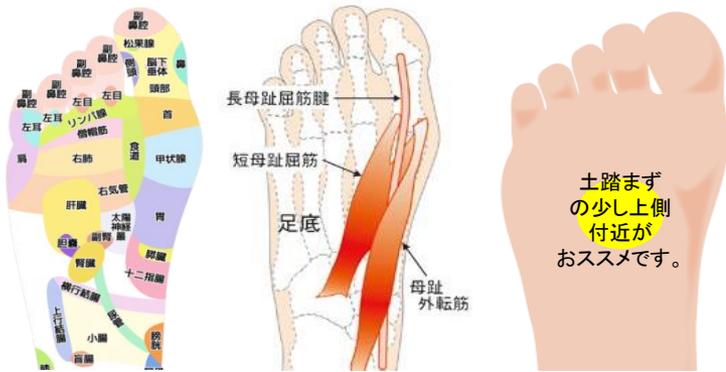
（マグカップに大さじ一杯入れ、お湯を注いで少し待って出来上がりです、注ぎ足して約1分飲みます、煮出す方法もごさいます。）

※残った出し殻は食せませす、そのままでも、サラダやヨーグルトに入れても、白米と一緒に炊いてもOKです、少しでも食べていただくことをオススメします。

- ②朝、起床後、決まった時間にお水もしくは、クロックティーをコップ1杯くらい飲んでボード踏みます。（ボードの上に足を置いて5分～10分がベストです。）

※朝だけでなく、時間の合間にいつでもどこでも気軽に踏むことで、オナカのインナーマッスル、また足先からの巡り、姿勢、足裏アーチなど、良い変化が期待できます。

フットベースボード突起（黄色）に乗せる足裏のおススメ位置



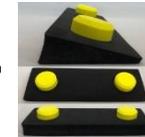
ポンプ機能  
スポンジ状  
傾斜突起

インナービューティーメソッド:カラダの中からキレイ・スタートセット I 内訳  
クロックティー、フットベースボード 個別詳細



商品名:クロックティー  
原材料:黒米・米粒麦・  
挽き割り大豆・粉発芽玄米  
内容量:400g  
（お茶分量:約47リットル分）  
賞味期限:1年間 原産国:日本  
販売価格(税別):¥2,500  
（1リットル:約53円約1.5ヶ月分）

+



商品名:フットベース・ボード  
素材:EVA樹脂  
サイズ:100×300×30  
勾配:15度 重量:75g  
カラー:ブラック+イエロー  
原産国:日本  
販売価格(税別):¥3,600

商品名:カラダの中からキレイ・スタートセット I (クロックティー+フットベース・ボードセット)  
販売価格(税別): **5,500円** (通常個別合計価格 6,100円の約**10%OFF**)

オナカだけをずっと真面目に考える  
"ONAKA 研究カンパニー"



腸内環境株式会社  
<http://www.chounai-kankyoku.com>