

<ルイボスティの効用>

1・ノンカフェイン 低タンニン

コーヒーと違いノンカフェインのため、就寝前に飲んで寝気の妨げになりません。小さなお子様でも安心して飲んでいただけます。南アフリカでは、赤ちゃんの時からルイボスティを飲んでいますが、ルイボスティのタンニン含有量は煎茶の1/5、紅茶の1/8といわれております。

2・抗酸化作用

生活習慣病の原因と言われる活性酸素を取り除く作用を抗酸化作用といいます。これにより、血圧、血糖値を下げコレステロールを取るダイエット効果、内臓脂肪を取りますので、高脂血症にも効果があります。又、血をサラサラにしますので動脈硬化の予防になります。

3・豊富なフラボノイド

フラボノイドとは病気や老化の原因となる活性酸素によるダメージから身体を守る働きがあるといわれています。ルイボスティは、フラボノイドを豊富に含んでいます。

4・アレルギー対策

花粉症やアトピー性皮膚炎などのアレルギーに効果があります。花粉症の場合、冬の時期から飲んでおけば抗体ができ、春でも症状が重くなるのを防ぎます。

5・美肌効果

お肌をスベスベにする美肌効果もルイボスティの特徴です。冬場の乾燥肌も治すと言われております。ルイボスのパック(約5g)をお風呂に入れてルイボス風呂として入浴するのも1つ方法です。併せて、リラックス効果もあるので、ルイボス風呂は面白い提案です。

6・疲労回復 高ミネラル

ルイボスティは疲労回復としての効果もあります。夏バテ防止やスポーツなどの飲料としてもお勧めです。鉄・銅・亜鉛・マンガン・カルシウムなどのわたしたちに不足しがちな必須ミネラル類がバランスよく豊富に含まれています。

<ルイボスティの煎れ方>

急須あるいはティーポット(350cc～500cc)
ティーバックを2個入れまして、沸騰した
お湯(100℃)を注ぎ、5分間置きます。
あたためたカップに注ぎます。

茶葉の場合、小さじ3杯入れまして、沸騰したお湯を注ぎ
5分間置きます。あたためたカップに注ぎます。



弊社取扱は、最高級スーパーグレードです。

香り・味 良く ご賞味ください。

ご用命は、株式会社アバンセ

〒344-0011 埼玉県春日部市藤塚1516

TEL 048-731-2875

FAX 048-731-2876

<http://avance.shop-pro.jp/>

ルイボスティーの効果

夜もぐっすり？	ルイボスティーはノン・カフェイン。茶葉自体にも精神を安定させる働きをもつ「モノアミンオキシターゼ」という物質が含まれているのでストレスや精神の興奮を鎮め、心地よい眠りにつけてくれます。
便秘に効果？	ある女子大学の寮生 40 人を対象に、ルイボスティーの便秘解消作用について調査をおこなったところ、60%以上の学生が2~3日で著しい効果が現れた、と回答しています。しかも下剤を飲んだ時に起こるような腹痛などの副作用はまったくみられませんでした。
お肌に有効？	朝起きて鏡を見ると吹き出物が・・・という経験、ありませんか？皮膚に現れる疾患は精神的にもダメージを与える場合が多いもの。ある病院で皮膚疾患のある患者さんに、薬と一緒にルイボスティーの引用や、「ルイボス風呂（ティーパックを浴槽に浮かべる）」への入浴をお勧めしたところ、薬だけの時よりも症状が改善された、というデータが得られました。
臭いをノックアウト？	ルイボスティーを飲み始めてから、排泄物のいやな臭いが消えたとか、尿の色がきれいになった、という声をよく聞きます。これは腸の働きが活発になるなど、からだ全体の代謝が良くなった為、からだの中で悪臭の元が生成されにくくなったことと、腎臓、尿路系機能が改善された為、と考えられています。室内犬などのペットにもルイボスティーを飲ませると、排泄物の臭いや体臭が弱まります。
赤ちゃんも大丈夫？	ルイボスティーの素晴らしいところは、赤ちゃんからお年寄りまで安心して飲んで頂けるという点です。ノン・カフェインティーなので、1歳未満の赤ちゃんにミルクと混ぜて飲ませてでも大丈夫。妊娠中のお母さんなら、からだに不可欠なミネラルを摂取することができます。
二日酔いを防止？	「仕事の後にちょっと一杯」がつい深酒になり、翌日はつらい二日酔い・・・；お酒を飲みながら、あるいは飲んだ後でもルイボスティーを飲めば、こんな経験ともサヨナラ。ルイボスティーのもつ血液中のアルコール濃度を抑える作用は、二日酔い防止にも有効です。最後の一杯には「ルイボス割り（ウイスキーや焼酎などをルイボスで割ったもの）」が口当たり柔らかで、おすすめです。
煮出すと効果大？	さて、茶葉を10分以上煮出すとどんな効果があらわれるのでしょうか？煮出した時間が5分以下のものと比べてみると、抗酸化作用ははるかに強くなります。またティーパックを浸したまま冷やすと、この作用はさらに強くなります。抗酸化作用が強くなると、活性酸素除去作用も強くなるのですが、これは茶葉を10分以上煮出すことで「フラボノイド」という物質が多くでるからです。
継続は力なり？	1日どのくらいの量をどのくらいの期間飲めば効果が現れるのでしょうか？1日の目安はコップに2~3杯以上。効果を自覚するまでに個人差はありますが、たとえば皮膚疾患の方で「1週間飲み続けて症状が改善に向かってきた」、高血圧症の方で「3週間後に血圧が正常値に戻った」、水虫に悩まされていた方も、「3ヶ月~6ヶ月飲み続けていたら、治ってきた」などのケースが報告されています。また、肌がすべすべになった、シミ・ソバカスに効果があった、という報告も届いています。ルイボスティーは、毎日飲み続けることが大切です。