

# サビない身体のお話

## 老化とは…? ☞ 身体がサビること!

活性酸素が原因 ☞ 悪玉と善玉があるよ!

- 悪玉 ☞ 酸化力の強い活性酸素のこと!(サビさせる力が強~いのが悪玉)  
(無差別に何でも酸化させる ☞ 細胞やDNA 遺伝子を傷つける) 恐~い!
  - 善玉 ☞ 殺菌や免疫を保つのがお仕事
- ※同じ活性酸素でもこんなに違う!

## 若いのにサビている人…要注意! ☞ 負のスパイラルの人

### ●悪玉活性酸素の原因

- 早食い・無酸素運動・飲みすぎ・タバコ・睡眠不足・不規則な生活・化学物質
  - ストレス(心配、不安、緊張、あせる、あわてる、など)
- ※ストレスは悪玉活性酸素の大量発生の原因です ☞ 気をつけろ!  
ほおっておくと…若年寄りになっちゃうよ!…病気になるよ!  
(あせらず、あわてず、あきらめず。…取越苦勞、持越し苦勞、は悪い苦勞です)

## 抗酸化物質 ☞ 活性酸素を除去する物質(代表的なものビタミンC)

野菜をたくさん摂取しよう ☞ 色の濃い野菜、辛みのある野菜  
※但し、ビタミンCは脳や卵子には入っていけないよ!

## 優等生の抗酸化物質が水素です! ☞ 水素水

- 水素は悪玉活性酸素だけを除去する物質です ☞ 都合が良い物なんです!
- 宇宙で一番小さい物質 ☞ だから、脳や卵子や骨にも入っていけるよ!
- 悪玉活性酸素とくっついて水になるだけ!副作用なし! ☞ だから安心!安全!
- 飲んでよし! 肌に付けてよし! いろいろ使ってよし!
- 水素水で顔を洗ったり、化粧水代わりに使えば ☞ 美肌効果バツグン!
- 若さを保って健康に生きることに役立つ水素水 ☞ アンチエイジング~!

## ☆だから!☆めっちゃ売れ~!☆ぽよよ~ん☆

※但し保存方法に注意が必要です ☞ 水素はすぐに抜けていくからね!  
その悩みを解決したのが???

## 充電式、携帯用、水素水生成器 ☞ SUNG スイング

☞ 早い! 安い! 濃い! ☞ こんなに凄い!

お財布に、体に優しい“スイング”です。

