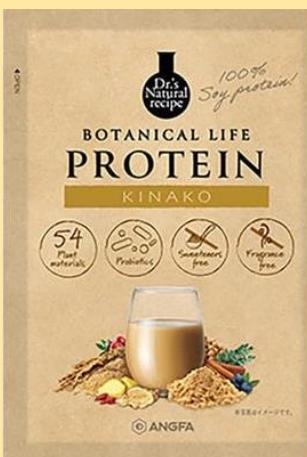


豊富なイソフラボンで  
女性のバランスケアに

Kinako

期間中  
受診された方に

10月20日は「頭髪の日」  
プロテイン1回分プレゼント！



10月中にお薬処方のあった方に  
プレゼントいたします

※なくなり次第終了となります

きなこ味

# ボタニカルプロテインの特徴

## ソイプロテイン100%

原料である大豆にはビタミン、ミネラルが豊富に含まれており、葉酸や鉄など女性が不足しやすい微量栄養素を摂取することができます。また、イソフラボンはコレステロールを下げるくれるので血中脂質が気になる方にもおすすめです。

## 54種類の植物素材を配合

19種類のスーパーフード、有機発酵エキスを配合し健康をサポート。

## 菌活をサポート

乳酸菌やビフィズス菌、オリゴ糖など豊富な種類のプロバイオティクスを含むため内側からイキイキと、すっきり快調な毎日を！

## 飲む時間別ソイプロテインの効果

間食で飲む

栄養補給

たんぱく質が補える

運動直後に飲む

筋肉の修復

30分以内がベスト！

寝る1時間～

30分前に飲む

美容に効果的

髪・肌・爪などを健康に



# 気になる「秋の抜け毛」、 注意するポイントは？



## ■抜けること自体に 問題はありません。

この時期ではなくとも、1日80～100本くらいの抜け毛は正常のうち。

秋になって抜け毛が増えても、  
周期的で自然な現象だと考え、  
焦りすぎる必要はありません。

## ■まずはお薬の継続を

お薬の服用ペースを守ってしっかり治療をしましょう。  
気になることがあれば医師に相談し、  
神経質になり過ぎないようにすることも大切です。

ご来院が難しい際は、お電話診察もご利用ください。



## ■内側から栄養 (ビタミン・ミネラル)

ミネラルは「亜鉛」と「銅」、ビタミンでは「ビタミンB群」や「ビオチン」を取りましょう。日常的な栄養素(ビタミンやミネラル)が足りていないことが多いそうです。「栄養はお食事からが原則」ですが、無理はせずサプリメントで補いましょう。

