



料理だけではなく！中鎖脂肪酸が たくさんナチュラルオは役立て方も たくさんです！

オイルプリング

2000年の歴史があるアーユルヴェーダに基づく健康法です。朝起きたらオイルを大さじ2杯ほど口に含み、洗顔や着替えをする間（20分間ほど）口の中でクチュクチュします。オイルプリングには口の中の細菌を吸着したり、口内環境のpHを整えることで善玉菌と悪玉菌のバランスを整えてくれるそうです。口の中をスッキリさせ、虫歯や歯茎の健康にもよく、体の免疫への負担も下がりますよね。

製造部
竹内祐美子



ペットの食事に

便秘がちなうちっ15歳の猫ちゃん。缶詰のキャットフードにナチュラルオを少しだけ混ぜたり、ゆでたまごにナチュラルオをからめて与えると、とても美味しくうに食べています。便秘薬を飲ませていましたが、今ではお通じもよくなりお薬も不要。毛並もツヤツヤになって若返った猫ちゃんみたいです（笑）

社長室
マネージャー
池田礼子



100%ピュア ココナッツオイル



ナチュラルオ

髪のトリートメントに

オイルをたっぷりつけて頭皮をマッサージをして、髪にもオイルをなじませます。キャップをかぶって入浴をし、その後レヴィータキユアシャンプーで洗い流します。頭皮は汚れと臭いがとれてサッパリ、髪の毛につやが出て、抜け毛も減った感じがします。

カスタマーサービス
マネージャー
久保田乃里子



バスタイムにも！

ミラング・カーも入浴剤に使っていると聞いて、やってみました！湯船にナチュラルオを大さじ5〜6杯程混ぜて（ナチュラルオに好きなアロマエッセンスを混ぜるのがお薦め）ゆっくりバスタイム。お風呂上りは、しっとり〜。手湯、足湯もいい感じ。乾燥でカサカサの時には、お風呂に入る前に、体にオイルを薄く塗っておくのも良いですよ。そのときは、手でなでるようにお湯だけで洗い流すのがポイント！です。

業務課
メンバーサポート
横田涼子



お肌の育苗

最近お肌が乾燥気味で、お肌のケアが難しいと感じていました。ナチュラルオは、お肌の保湿に効果的だと知り、ココナッツオイルを顔や体に塗るだけなんです！

業務課
メンバーサポート
岡中美緒



**STAFF
オススメ**



左から...大神・藤長
池下・徳永・野崎

エキストラバージンココナッツオイル の 役立て方

大神オススメ

teatimeで一息

コーヒーや紅茶に
VCOを入れて極上
フレーバーに!!
いつもの飲みものに
1ランクUP!



徳永オススメ

夏の日差し・肌のトラブル

お化粧する前や、お風呂上がり
にちょっとVCOを
塗って
しっとり
お肌を
キープ



藤長オススメ

絶品デザート

大きめの製氷皿に
VCOをそそぎます。
その中に、ピリナッツを入れ
て冷蔵庫で固めるだけ。
簡単でお腹すいたらすぐ食べれ
るのがいいですね。
ピリナッツVCO絶品です。
(お好みでグリーンヤニー・DARKチョコを入れるのもオススメです。)



野崎オススメ

ネイルケア

ネイルのキューティクルオイル
やハンドマッサージ
で指先までしっとり。
フットにも使えます。



目安は1ヶ月

池下オススメ

ケトンダイエット

身体が満足するまで脂質を摂ろう。
 ・朝・昼・晩の飲みものに大さじ2杯。
 ・大きめの製氷皿キューブのデザート2コ。
 ・サラダや火を通したお肉お魚にVCOをかける。

無理なく
楽しく
美味しく
ケトンダイエットが
できますヨ 😊