

EAAのご提供を始めました！



EAAは体内で生成されない9種類の必須アミノ酸になります。
運動前後や運動中に飲むことで筋肉の合成を促し、筋力の維持向上や運動後の疲労回復の効果があります。
希望される方に無料でご提供しております！



粉を水に溶かします



膝痛にアボカドが効く!?



アボカドに含まれる「アボカド大豆不けん化物」という成分内に「TGF- β 」があります。「TGF- β 」は、膝の再生医療で使われているPRP注射の主成分の一つです。
アボカドを食べることで、すり減った軟骨を修復する効果があると言われています。
特に変形性膝関節症の方は普段の食事にアボカドを取り入れてみてはいかがでしょうか。



ご利用中の様子



山形から一足
早い春を運ぶ
啓翁桜
(けいおうざくら)

ご利用者様宅
の玄関先に飾
られているのを
撮らせていた
きました！

