

カラダの不調はココロの不調。

ココロの不調はカラダの不調。

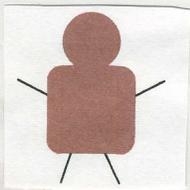
「気・血・水」のバランスを整え、流れるカラダに。

binoo
Body&Spirit Care Series

日本人の体質に合わせた「漢方」の理論に学んだ 「ボディ&スピリッツケアシリーズ」誕生。

あなたはどのタイプ？

気太りタイプ

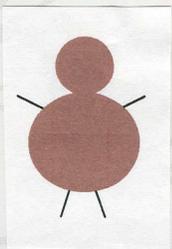


ストレス等により、気の流れが悪くなり、新陳代謝が低下し太ってしまうタイプ

■ 筋肉太りでがっちり型 ■ いかり肩 ■ 寸胴 ■ かほちゃ型

- | | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 疲れやすく体力もない | <input type="checkbox"/> 気分の浮き沈みが激しい | <input type="checkbox"/> お腹が張りやすい |
| <input type="checkbox"/> イライラしやすい | <input type="checkbox"/> 寒がり | <input type="checkbox"/> 気にするタイプ |
| <input type="checkbox"/> 背中や肩がこりやすい | <input type="checkbox"/> 過食気味 | <input type="checkbox"/> 便秘気味 |

血太りタイプ



血の流れが悪くなり、栄養が行き渡らず、不要物（脂肪）が排出されずに太ってしまうタイプ

■ 下腹ぼっこり型 ■ 真ん丸体型 ■ りんご型

- | | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 顔色が悪い | <input type="checkbox"/> 冷えやのほせがある | <input type="checkbox"/> しみ、アザが出来やすい |
| <input type="checkbox"/> 肌あれしやすい | <input type="checkbox"/> 生理前にお腹が張る | <input type="checkbox"/> 爪が割れやすい |
| <input type="checkbox"/> 食べる量が少ない | <input type="checkbox"/> 生理不順 | <input type="checkbox"/> 頭痛や肩こりが多い |

水太りタイプ



水の流れが悪くなり、余分な水分が排出されず太ってしまうタイプ

■ 下半身太り型 ■ むくみやすい ■ 洋ナシ型

- | | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 足や顔がよくむくむ | <input type="checkbox"/> 水分をよくとる | <input type="checkbox"/> 面倒くさがり |
| <input type="checkbox"/> 汗っかき | <input type="checkbox"/> 体重が重く体脂肪が多い | <input type="checkbox"/> トイレが近い |
| <input type="checkbox"/> 吹き出物ができやすい | <input type="checkbox"/> 早食いで大食い | <input type="checkbox"/> 下痢・便秘気味 |

※2つ以上のタイプにある程度あてはまる場合やどれにも当てはまらない場合は、混合太りです。