

二か月で3人合計 **-26kg** 痩せました

# ハシドラッグの体重に悩む3人が 噂のケトジェニックダイエット やってみた！



専務、社長、国際中医師 ハ巻

## ケトジェニックダイエットとは？



管理栄養士 佐久間

ご飯やパン、麺、お菓子などの糖質を減らし、肉や魚、ナッツ、チーズ、良質な油などの脂質を多めにとるダイエット方法です。

(より詳しい内容は [ケトジェニック](#) で検索してみてくださいね)  
今回はそんな注目のダイエット法を、ハシドラの3人が実際に試してみました！

結果、こんな変化がきました♪



特におすすめなのが **MCTオイル**！

日清MCTオイルは、1日2gを継続摂取することで、体脂肪や内臓脂肪、ウエストサイズを減らすことが確認されました。

そんなMCTオイルのおすすめの商品をご紹介します！



### MCTオイルタイプ



体脂肪や内臓脂肪、ウエスト  
サイズを減らす

日清MCTオイルHC

200g

本体 **1,980** 円

2,139円 (税込)

サラダやスープなどに  
入れるのがおすすめ  
にゃん♪



### MCTパウダータイプ



勝山ネクステージ

MCTコーヒー  
クリーマー  
スティックタイプ

5g×12袋

本体 **1,390** 円

1,502円 (税込)



分包なので持ち運びにも便利！



### MCTゼリータイプ



MCTサプリメント  
ゼリー

15g×14本

本体 **1,980** 円

2,139円 (税込)

ゼリータイプは好きな時に  
食べられる♪





国際中医師 八巻

国際中医師の八巻です。国際中医師とは、中国政府の関係機関が発行した中医学（漢方）の資格の最高峰です。

（日本の医療資格である「医師」ではありません）

ここからは中医学を基にしたおすすめ商品をご紹介します🌿

## おすすめの漢方

### 紅参茶プレミアム



3g×30包  
本体**2,980**円  
3,219円（税込）

韓国産6年根の紅参を使用したお茶。  
紅参は胃腸のはたらきをよくし、気を  
補います。基礎代謝は漢方でいう  
「気」の働きです。  
食べないことでかえって代謝が落ちる  
リスクを考え、取り入れました。



2g×21包  
本体**2,180**円  
2,398円（税込）

### 特肝錠



150粒  
本体**5,200**円  
5,616円（税込）

肝臓をケアする田七人参のサプリメント。  
基礎代謝の30%近くは、肝臓で行われて  
います。肝の動きをよくすることは、  
ダイエットにもいい効果をもたらします。

### 扁鵲

扁鵲は建林松鶴堂のオリジナル処方です。  
代謝を上げることで、脂肪过多症に効果があり  
ます。  
肝のはたらきを整える柴胡も入っているので、  
イライラしてつい食べすぎてしまう方にも  
おすすめです。

## 実は大事！なミネラル

### 水素&ミネラル スティック



マスカットレモン味  
30包  
本体**3,685**円  
3,980円（税込）

実はダイエットには大事なミネラル。  
体内のミネラルバランスが乱れると、  
むくみやすくなります。  
バランスよくミネラルを摂取していき  
ましょう。

海水のミネラル  
バランスが最高だ  
にゃん♪

