

冷え・くすみ・ひび割れに！

毛細血管を守る“シナモンの力”

こんな冬の不調ありませんか？

冷え

❄️ 温めてもすぐ冷えちゃう...冬は指先がずっと氷みたい

ガサガサ

⚡️ クリーム塗ってるのに、かかとがガサガサ...

くすみ

👁️ スキンケアしてるのに、肌がくすんで見える日が増えた...



その原因は **毛細血管の衰え** にあるかも？！

🩸 毛細血管が弱くなる
→ 酸素や栄養が届かず、肌の再生力や代謝が低下
💧 肌トラブルが起こりやすくなる
→ 冷え、くすみ、ひび割れなど



元気な毛細血管

血管が張り巡らされている
→ 末端まで酸素・栄養が届く
→ 肌ツヤ◎・代謝活発

衰えた毛細血管

血管が減る、細くなる
→ 酸素や栄養が届かない
→ くすみ・冷え・乾燥など

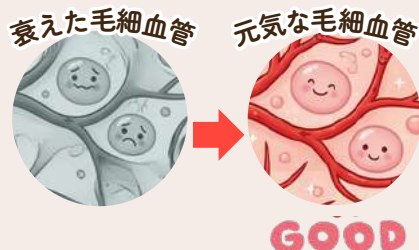
注目の食材「シナモン」が毛細血管をサポート



この毛細血管を元気に保つ食材として、テレビでも紹介されたのがシナモン（桂皮）です。

シナモンに含まれる「**シンナムアルデヒド**」には血管の細胞同士を結びつけ、血流を改善する働きがあるとされています。

血液の巡りが良くなることで、「**ゴースト血管**」と呼ばれる血流が途絶えた毛細血管を防ぎ、冷えやくすみの改善、美肌効果なども期待できます。



香りでも癒し♪おいしく続けるポイント

・摂取の目安は**1日小さじ1/2ほど！**

紅茶やヨーグルト、トーストなどにふりかけるだけ◎

・やさしい香りが気分を穏やかにし、血のめぐりを整えてくれる”冬の味方”✨

1日小さじ1/2

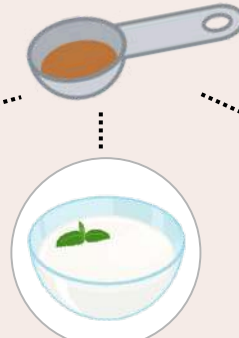
+砂糖で
シナモンシュガー
トースト♪



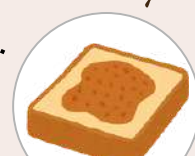
!! シナモンに含まれる「**クマリン**」は摂りすぎると肝臓に負担がかかることも
👉 毎日少量を継続するのがポイントにゃ♪



紅茶



ヨーグルト



トースト

ハシドラおすすめ商品 「町田シナモン ストレートタイプ」



合同会社しなもんや
**町田シナモン
標準タイプ** 350ml
本体 **460円**
497円（税込）

無添加

無糖

カロリー
ゼロ

天然シナモン100%配合

紅茶・牛乳・豆乳に混ぜるだけ

液体に混ぜるなら町田シナモン。
粉末のようにダマにならず
スッと混ざる◎



おいしい飲み方



豆乳チャイ

町田シナモン1：豆乳3
の割合で合わせる



シナモンオレ

町田シナモン1：
カフェオレ3の割合



シナモンジンジャー

町田シナモンに生姜湯
をまぜて体の中から
じんわり温める

おすすめ生姜湯



うどんや風一夜薬本舗

特製しょうが湯
〈中辛〉5袋入

本体 **629円**
680円（税込）

本葛入りのとろみと黒糖の
コク。すりおろし生姜たっ
ぷりの本格派生姜湯！



他の生姜湯とは
一味違うにゃ…！

ハシドラスタッフも飲んでみました！

飲むだけでぽかぽか。クセになるやさしい味

シナモンの程よい刺激と無糖なのに不思議と甘いクセになる味
です。温めて飲んでいます。体がぽかぽか温まります。ストレートでも割ってでも良いですが、**毎日飲み続けるなら1日約60 mLを目安がおすすめです！**



鳥谷野店安斎

続けてわかる、じんわりあたたかい体の変化

冬になると、手足の冷えや顔のくすみが気になっていました。“ゴースト血管”という言葉を知っていましたが、自分もそうなのかも…と不安に。

そんな時に会ったのが「町田シナモン」。毎朝のコーヒーに少し入れるだけで香りが良く、体がじんわり温まります。**飲み続けているうちに、手の冷たさが軽くなってきてびっくり！** 血の巡りが良くなっている気がします。

これからも“ゴースト血管”にならないよう、毎日の習慣にしていきたいです。
※個人の感想です



保原店谷口



寒い冬を、健康で美しく乗り越えましょうにゃん♡♡