

朝飲むのがオススメ
↓甘くなく喉越し、さっぱり。
チチヤス 乳酸菌の白い炭酸水
水 500ml ¥111/伊藤園



ヨーグルトの香り



いつものアレに 乳酸菌がIN!!

毎日飲んでいるお水やお味噌汁など、定番商品に、腸内環境を整える乳酸菌をプラスしたものが続々登場! これなら簡単に習慣化!

透明なのに酸味が!

カルピス乳酸菌配合

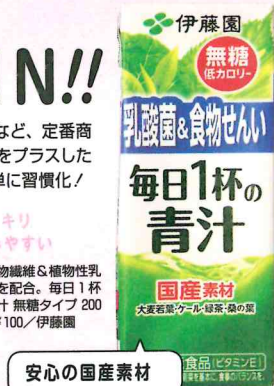
↑アサヒ おいしい水
プラス「カルピス」の
乳酸菌 600ml ¥124/
アサヒグループ食品

ごはんのお供に
即席おみそ汁

→軽と昆布のうまみが
◎。和みず。シールド
乳酸菌M-1みそ汁
¥130/永谷園



発酵食品×乳酸菌



安心の国産素材

スッキリ
飲みやすい
→食物繊維と植物性乳
酸菌を配合。毎日1杯
の青汁 無糖タイプ 200
ml ¥100/伊藤園

コールドプレス ジュースを 甘酒で割る

コスメキッチン ジュースサラーでは、抗酸化作用が高いピーツを使ったコールドプレスジュースを甘酒で割ったドリンクを販売中!

甘酒の乳酸菌で整腸作用

→りんごやオレンジが入っていて飲みやすくおやつや朝ごはんにぴったり。RED CIRCURATION 甘酒割り Tall ¥680 /コスメキッチン ジュースサラー

安心素材を使用



ViViが徹底調査!!

チョコ〜活最前線

腸活アイテムの進化が止まらない! おなじみのあの商品が腸活アイテムに格上げされていることも。優秀腸活アイテムをうまく活用して、ラクして美腸!

サプリも続々登場!!

腸に有効な成分を複数掛け合わせたもの、腸での吸収率が高いものなどワンランク上のサプリが主流になりつつある今、賢くセレクト。

吸収率抜群のナノ型乳酸菌

←消化をサポート。フローラバランス グランプロ 30包入り ¥8000/エステプロ・ラボ

お米の食物繊維×乳酸菌

→乳酸菌とお米の食物繊維でお腹を健やかに。米のしずく 45粒入り 2袋 ¥5713/菊正宗

お水に溶かして
召し上がれ!

←E3Live ブルーマジック パウダー 50g ¥17000(10月1日発売)/ホリスティックライフ デザイン



飲み物に
1滴混ぜて
体内を断捨離★フルボ酸 No.0 Inner Dream 20ml ¥4445/サリービューティズム

老舗の酒蔵発!



オリーブ オイル

は生が効く! Spontaneo
オリーブオイルは腸のぜんどう運動を活発にして便通を促す。飲んだりパンにつけたりと生で摂るのが効果的なので上質なものを選択。

手作業で
抽出
自然に沈殿させた賢製品。スポンタネオ・E X V・オリーブオイル 250ml ¥1700/島商



ハイブリッド型腸活

女性医師推奨!

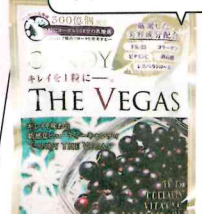
ついに、腸活食品にハイブリッド製品が誕生! 罪悪感なく美味しいおやつが食べられて、美腸に導いてくれるなんて嬉しすぎる!

生きた乳酸菌が届く

乳酸菌inガミ!

→生きた乳酸菌が届く。カムカムガミキャンディ 42g ¥280/アマゾンカムカム

キャンディサプリ



1粒に500億個の乳酸菌

←FK-23乳酸菌が500億個in。キャンディザベガス 10袋 ¥650/A&C VEGAS

↑美腸も美肌も叶え
アミノコラーゲン
グルトドリンクタイ
92g ¥240/明治

美腸ナース開発 美腸専門エステが人気!!

医師と看護師開発の美腸エステ。腸の状況を診断し、機械とハンドによる腸もみ→ストレッチで腸を正しい位置へ導き腸内環境改善。



GENIE恵比寿店 ◎東京都渋谷区恵比寿1-3-11 belle恵比寿2F ☎03-6455-1775 ◎12:30~21:30 不定休 美腸エイジング40分+腸リッチ20分 ¥24000

美容もサポート エクオール

大豆イソフラボンが腸内細菌によって作られるエクオールは女性の味方。大豆を食べなくても作られない事もあるのでサプリを。



ヘルシー美人へ

→女性ホルモンゆらぎ対策に。1日4粒。エクエル 112粒 ¥4000 /大塚製薬