

30代がホルモンバランスの曲がり角 若返りのカギは、3つのホルモン

ホルモンの分泌量が減少し、ホルモンの働きが弱くなることで、若返りのカギは、3つのホルモンのバランスを整えることにある。

あなたのホルモン不足度をチェック!

1ヶ月間の生活リズムを振り返ってチェック。習慣が崩れていませんか。生活リズムが崩れていませんか。生活リズムが崩れていませんか。

7歳以上

- 目が覚めると目が覚めず、寝る時間が遅くなる
- 朝目が覚めず、寝る時間が遅くなる
- 寝る時間が遅くなる
- 寝る時間が遅くなる
- 寝る時間が遅くなる

3-6歳

- 寝る時間が遅くなる
- 寝る時間が遅くなる
- 寝る時間が遅くなる
- 寝る時間が遅くなる
- 寝る時間が遅くなる

0-2歳

- 寝る時間が遅くなる
- 寝る時間が遅くなる
- 寝る時間が遅くなる
- 寝る時間が遅くなる
- 寝る時間が遅くなる

悪い例もある項目はチェックしたか?

若返りは…?

若返りとは、年齢を重ねても若々しい容姿を保つこと。若返りには、ホルモンの働きが重要。若返りには、ホルモンの働きが重要。

若返り

若返りには、ホルモンの働きが重要。若返りには、ホルモンの働きが重要。

ホルモンって何?

ホルモンは、体の機能を調節する化学物質。ホルモンは、体の機能を調節する化学物質。

ホルモンは、体の機能を調節する化学物質。ホルモンは、体の機能を調節する化学物質。



ホルモンは、体の機能を調節する化学物質。ホルモンは、体の機能を調節する化学物質。



成長ホルモン

成長ホルモンは、体の成長を促進するホルモン。成長ホルモンは、体の成長を促進するホルモン。

成長ホルモンは、体の成長を促進するホルモン。成長ホルモンは、体の成長を促進するホルモン。

成長ホルモン

成長ホルモンは、体の成長を促進するホルモン。成長ホルモンは、体の成長を促進するホルモン。

成長ホルモンは、体の成長を促進するホルモン。成長ホルモンは、体の成長を促進するホルモン。

ベージュ世代に必要な3大若返りホルモン

成長ホルモン

成長ホルモンは、体の成長を促進するホルモン。成長ホルモンは、体の成長を促進するホルモン。

- 体脂肪の減少
- 骨密度のアップ
- 骨のハリがアップ

DHEA

DHEAは、体の機能を調節するホルモン。DHEAは、体の機能を調節するホルモン。

- 骨密度のアップ
- 骨のハリがアップ
- 骨のハリがアップ

女性ホルモン

女性ホルモンは、女性の体をイキイキさせるホルモン。女性ホルモンは、女性の体をイキイキさせるホルモン。

- 更年期症状の改善
- シワ、たるみの改善

この3つの若返りホルモンをアップすれば、やせやすい体になる! 婦人科トラブル撃退! 美肌に!

次ページからっておきの方法を教えます!