



水を飲むとどんな効果があるの？

- 1.基礎代謝が上がる
- 2.体温が上がる
- 3.食欲の抑制
- 4.肌の透明感が上がるので美白になる
- 5.ニキビや吹き出物などができにくくなる
- 6.乾燥肌・シミ・小ジワ・たるみの改善
- 7.むくみの解消
- 8.リンパの流れが良くなる
- 9.老廃物のデトックス
- 10.血液がサラサラになる

希釈効果
解毒効果
吐剤としての効果
利尿効果
下剤効果
鎮静効果
興奮効果
発汗効果
解熱効果
睡眠効果

