

妊活女子の 底上げ FOOD

14.02

毎日の生活から体の調子をととのえる！
そのためには生活リズムはもちろん、
体をつくる食べ物だってとても大事。
おいしくて心も体もうれしくなるおすすめを
あかほし卒業生に聞きました！



ももさん
ロコミ!

レピス・エピスの 沖縄紅塩

「大好きな『ホルモンピンク』色のお塩は、お肉やお魚につけるだけで気分がアガります♡」(ももさん)。沖縄の海からとれる天然海水塩に、沖縄特産の紅いもから抽出したアントシアニンで色づけた美しいピンク色の塩。900円+税(32g) / スパイス・プティック
レピス・エピス <http://www.lepiepi.com/>



mikaさん
ロコミ!

パナチョコレートの オーガニックローチョコレート

「罪悪感なく食べられて◎。なめらかな口当たりハマっています」(mikaさん)。砂糖不使用、乳化剤・保存料無添加。メルボルン発のオーガニックローチョコレート。(上から)ローズ1250円+税、ナッツ、フィグ & ワイルドオレンジ各940円+税(各45g)。/マイベルジャパン <http://pana-organic.jp/>



777さん
ロコミ!

AKEBONO TEAの ハーバルティー

「基本茶ベースの和の香りにほっこり。デカフェや低カフェインなので妊活中も安心」(777さん)。日本の伝統的なお茶にさまざまなハーブをブレンド。(左から)マーベル マーマレード(65g)2000円+税、パーチュア オブ ブディスト モンクス(40g)、ティール オブ ジェンジ(30g)各1800円+税 / AKEBONO TEA <https://jp.akebono-tea.com/>



snaq.meの 専用おやつBOX

「妊活をがんばっている自分へのごほうびに注文♡ お気に入りにはプレミアムバイン。口いっぱい広がる芳醇な香りにおなかも満足」(藍さん)。100種以上のおやつの中から一人一人の好みに合わせて8種をカスタマイズ。人工添加物・白砂糖・ショートニング不使用。1BOX 1834円+税(送料無料) / snaq.me <https://snaq.me/> ※4週間か2週間ごとにお届けします。

藍さん
ロコミ!



旬八青果店の [産地直送] 高知県 桐島畑さん 旬の野菜詰め合わせ

「野菜そのものの味が濃いから、シンプルな味つけでもごちそうに♪ 産後の今も家族のためにお取り寄せ継続中です」(ココさん)。高知県四万十町の桐島畑でとれた旬の野菜を産地直送でお届け。農薬・化学肥料不使用のこだわり野菜詰め合わせ。2963円+税(約7~8種) / 旬八青果店 <https://shop.shunpachi.jp/>

にしきやの ポタージュセット

「仕事と通院の両立で忙しいときの私の救世主! レトルトとは思えない濃厚な味わいで、朝食にいただいてもエネルギーチャージしています」(Tommyさん)。野菜そのままのおいしさをポタージュに。(左から)ごぼうポタージュ、コーンポタージュ、ふかうら雪人参ポタージュ(各160g)。802円+税 / にしきや <https://nishikiya-shop.com/>



Tommyさん
ロコミ!