

# フレッシュフルーツと野菜のジュース

Fresh Fruit & Vegetable Juice



## 葡萄・リンゴ・ビーツ

Grape, Apple, Red Beet

～まだまだ強い紫外線、お肌のために美肌効果を期待～

葡萄に含まれるブドウ糖、ビーツに含まれるNO(エヌオー)という一酸化窒素は血流を改善し全身の血行を良くします。ポリフェノールは、老化のスピードを緩めることができ、酒石酸とリンゴ酸という2種類の有機酸は、腸内のバランスを良好に保ちます。血流が良くなり、腸の動きが活発になることでお肌のキメとハリが整い美肌効果に良いとされています。

## ドラゴンフルーツ・リンゴ・セロリ

Dragon Fruit, Apple, Celery

～秋の行楽シーズン、元気をキープ!疲労回復にも～

ドラゴンフルーツとリンゴに含まれるカリウムを摂取することで倦怠感や脱力感が解消されます。セロリに含まれるピラジンやビタミンEの働きで血行がよくなることに加え、糖質のエネルギー変換に関わるビタミンB1、補酵素として代謝を助けてくれるマグネシウムも含まれています。このためセロリには疲労回復効果が期待できます。

## ほうれん草・みょうが・リンゴ

Spinach, Myoga (Japanese Ginger), Apple

～秋の夜長を愉しむために風邪予防～

ほうれん草に含まれるビタミンAとビタミンCによりどの炎症を防ぐ効果、ココナツのカリウムにより電解質の調整役となる効果、みょうがにはビタミンB群により皮膚や粘膜を健康に保つ効果と発汗による体温低下の効果がそれぞれ含まれており、風邪予防に最適です。

## 人参・リンゴ・オレンジ・アーモンド

Carrot, Apple, Orange, Almond

～肌寒くなる秋に、エアコンなどによる冷え性対策～

人参は、血液の状態を正常に保ち、ビタミンEの働きで血行をよくしてくれます。またビタミンAの働きで造血を促進します。アーモンドに含まれるビタミンB2は体脂肪の燃焼を助ける効果があります。またビタミンEが豊富に含まれていることから、肌のシワやくすみなどを改善し、アンチエイジング効果があるといわれています。

各¥750

御食事処  
**水蓮**  
SUIKEN

◇ [3階] 御食事処 水蓮  
営業時間 10:00 - 24:00

RELAXATION LOUNGE  
**SORA TO UMI**  
空と海

◇ [3階] リラクゼーションラウンジ 空と海  
営業時間 10:00 - 24:00



神戸みなと温泉  
株式会社神戸みなと温泉

※表示料金に別途消費税を申し受けます。サービス料はいただいておりません。

3階