



● 늦더위가 기승을 부리는 9월이 되었습니다. 쉽게 피로해지고 단 음식이 당기거나, 편식하기 쉬운 식습관이 생기지는 않으셨나요? 이럴 때야말로 마그나스의 「로얄 그린 실크」를 추천합니다. 로얄 그린 실크는 지난해 업그레이드되어 이눌린, 케로코, 모링가가 배합되었습니다. 「로얄 그린 실크」는 특히 혈당에 신경 쓰시는 분들은 물론, 장 건강(장활동)을 관리하고 싶은 분들에게도 좋다는 호평을 받고 있습니다.

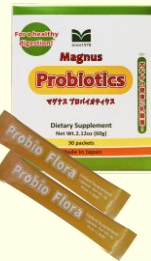
● 이번 달에 「로얄 그린 실크」를 구매하시는 모든 분들께 로얄 그린 실크와 궁합이 아주 좋은 「프로바이오틱스(유산균)」 5일분을 선물로 드립니다.! 이번 기회를 놓치지 마시고 꼭 이용해 보세요.

마그나스의 프로바이오틱스

SRP\$45 / 30 packets

마그나스 프로바이오틱스에는 유산균, 비피더스균, 포자형성균, 나노형 유산균의 4가지 균과 균의 먹이가 되는 식이섬유가 배합되어 있습니다. 연령에 관계없이 꾸준히 섭취할 수 있도록 맛있는 요구르트 맛으로 만들어졌습니다.

과립 형태이기 때문에 어린아이부터 고령자까지 누구나 쉽게 섭취할 수 있으며, 장 건강 관리에 도움이 됩니다.



「프로바이오틱스」에

배합되어 있는

4 종류의 선익균



- 위산이나 열에 강한 포자 형성균,
- 면역 밸런스를 서포트하는 유산균
- 대장에 사는 선인균인 비피더스균
- 흡수성과 안정성이 높은 나노형 유산균

이 4가지 **유익균(유산균, 비피더스균 등)**이 배변 활동 개선을 비롯하여 유해균을 억제하고 장내 환경을 건강하게 유지하는 데 도움을 줍니다.

이번달 스페셜

SRP\$52 / 140g

①로얄그린실크를
주문하시면 프로
바이오틱스(유산균)를
5회분 선물!



present



②로얄그린실크
5개를 주문하시면
로얄그린 실크
하나더+프로바이오틱
스(유산균) 5회분
선물!



present



8월 캠페인 Joint Plus를 많은 분들이 좋아해 주셔서 한번 더 Joint Plus 캠페인을 하기로 했습니다. Joint Plus를 사시면 Pain no more를 하나 드립니다. 이번 기회에 꼭 체험해보시기 바랍니다.(한분에 하나!)

- ★관절 건강과 통증에! ★타박상, 뺨긋에
- ★벌레 물리고 가려운데! ★근육통



BONE JOINT

■「JOINT+」120 캡슐/\$90
구입하시는 분께
「페인노모어(SRP\$30)」선물!



■「JOINT+」를 5개 구입
하시면 JOINT+를 하나 더
받음과 동시에 「페인노모어
(SRP\$30)」 하나를 선물!



Magnus Enterprises, Inc.

22301 S. Western Ave. Suite 104 Torrance, CA 90501

Tel: 310.782.9657 • 800.262.4687

info@magnususa.com www.magnusamerica.com



식생활이 걱정되시면, 로얄그린실크



매일 한잔에 “그린 푸드의 힘” !



● 뽕잎 :



뽕잎 특유의 성분 DNJ가 당분의 흡수를 억제하는외, 식이 섬유가 풍부하기때문에 장건강에 도움이 된다

● 보리 새싹잎 :



녹즙의 원료로서 널리 알려져 있는 식품. 비타민, 미네랄, 엽록소, 효소가 풍부.

● 신선초 :



생명력이 강하고 풍부한 영양소가 포함되어 있다. 신선초 잎 특유의 성분인 칼콘에는 혈당치의 조정, 비만 억제의 역할이 있다.

● 이눌린 :



돼지감자, 우엉등에 많이 포함되어 있는 성분으로 당의 흡수를 완만히 하는 효과가 있어, 식후 혈당치의 급격한 상승을 억제. 장내에서 수분을 흡수함으로 변을 부드럽게 해서 변비 개선 효과.

● 케로코 :



케일과 브로콜리를 교배하여 만든 무농약 야채, β 카로틴, 비타민 C, 엽산, 수용성 식이섬유등의 영양이 풍부하게 포함되어 있다.

● 모링가 :



비타민, 아미노산, 식이섬유등, 90종류 이상의 영양소를 좋은 밸런스로 포함한 슈퍼 푸드.

● 녹차 엑기스 :



카데킨이나 비타민류가 풍부하게 포함되어 있고, 항산화 작용, 미백, 항균 작용이 우수합니다.

● 유산균 :



장내의 유해한 균을 억제하고 장의 역할을 정상적으로 지킨다.

이런 분들께 추천 !

- 혈당치가 걱정되시는 분 ●다이어트를 원하시는 분 ●야채가 부족하신 분 ●장내 환경을 정비하고 싶으신 분 ●변비로 고생하시는 분 ●단음식을 좋아하시는 분 ●편식하시는 분 등

당분의 조절에 도움

당분을 컨트롤하려면 생활 습관의 측면에서 접근해야할 필요가 있습니다. ●식이 섬유를 많이 포함한 식재료를 먼저 먹을것 ●적당한 운동을 명심할 것 ●양질의 숙면을 취할 것 ●보조제 적극 활용등

= 뽕잎 =

뽕잎에는 수용성 식이섬유가 풍부하게 함유되어 있습니다. 또한 뽕잎에만 함유된 특수 성분인 데옥시노지리마이신(DNJ)은 혈당치의 상승을 억제하는 작용이 있습니다. 또한 뽕잎에는 혈관에 쌓인 콜레스테롤과 중성지방을 제거하고, 혈관을 강화하여 혈압을 내리는데 도움을 주는 루틴과 케르세틴 등의 성분도 풍부하게 함유되어 있습니다.

= 이눌린 =

이눌린은 돼지감자에 함유된 성분으로, 장에서 쉽게 소화·흡수되지 않기 때문에 식후 혈당이 급격하게 상승하는 것을 억제하는 작용이 있습니다. 단맛이 있음에도 불구하고 혈당 조절에 도움을 주는 작용이 있어, 혈당이 걱정되는 분들에게 유용한 성분입니다. 또한 장내 유익균의 먹이가 되어 장내 환경(장내 유산균)을 건강하게 유지하는 데 도움을 줍니다. 칼슘과 마그네슘의 흡수를 돕는 작용도 있어 뼈 건강 유지에도 도움이 될 것으로 기대 됩니다.

= 모링가 =

모링가는 「기적의 나무」라고도 불릴만큼 슈퍼 푸드로 90종류나 되는 영양소와 혈당 조정 작용이 있는등, 여러가지 건강 효과가 기대됩니다.

【드시는 법】

티스푼 한 스푼(약 5g)을 물 또는 좋아하는 음료에 섞어서 드십시오. 따뜻하게 드실 경우에는 뜨거운 물(끓는 물)이 아닌 60~70℃ 정도의 물에 녹여 드시면 좋습니다. 또한 샐러드 드레싱이나 요구르트에 넣어 드셔도 잘 어울립니다.



뛰어난 영양가와 식이 섬유를 함유한 뽕잎을 비롯하여, 보리 새싹잎, 이눌린, 신선초, 모링가, 케로코, 유산균을 균형 있게 배합한 녹차 풍미의 맛있는 녹즙 드링크 입니다.





Mr. Torii's Message

Torii Kinichi

■「더위도 추위도 피안(彼岸)까지」라는 말이 있습니다. 피안(彼岸)은 불교에서 유래한 말로, 번뇌와 고통이 가득한 이 세상(차안)을 건너 깨달음과 평화에 이른 이상적인 경지를 뜻합니다. 문자 그대로 풀면 '저쪽 언덕'이라는 의미입니다.

일본에서는 봄과 가을, 1년에 두 번 조상을 추모하고 공양하는 중요한 시기입니다. 신기하게도 이 무렵이 되면 가을에는 더위가 누그러지고, 봄에는 추위가 한풀 꺾입니다. 기후가 온화한 로스앤젤레스도 올해 8월 하순에는 무더위가 찾아왔습니다. 하루빨리 가을이 오기를...

더운 여름에는 수면 부족이 되기 쉽고 몸의 컨디션도 떨어지기 쉽습니다. 여름의 피로가 남아 있지않도록 식사, 수면, 운동을 명심하여 겨울을 준비하시기 바랍니다. 예로부터 「감기는 만병의 근원」이라고 합니다. 면역력이 떨어진 사람은 감기에 걸리기 쉽습니다. 「후켄(福健)」을 매일의 건강 관리에 꼭 활용해 보시기 바랍니다. 저 자신도 올해 90세가 되었지만 여전히 건강하게 지낼 수 있는 것은 표고버섯 균사체 제품인 「후켄(福健)」의 도움 덕분이라고 확신하고 있습니다.

일본의 데이터이기는 하지만, 90세까지 살 수 있는 사람은 여성의 경우 전체의 약 절반이지만, 남성은 그 절반 정도라고 합니다. 또한 90대에도 건강하게 지내면서 100세까지 살 수 있는 사람은 1% 미만입니다. 얼마 전 일본의 한 여성 작가가 「80대가 되면 대부분 치매에 걸리거나 죽는다. 70대는 신이 내려준 특별한 시간이다」라는 내용의 책을 출간했는데, 큰 인기를 끌며 많이 판매 되고 있다고 합니다. 젊었을 때부터 건강 관리를 제대로 하는 것이 가장 좋지만, 65세부터는 특히 중요하며 자신의 건강을 항상 의식하는 것이 핵심입니다. 75세가 지나면 스스로 생활 하기 어려워지는 사람이 늘어나는 것이 안타까운 현실입니다. 그러니 건강에 좋은 일을 한 가지라도 더 추가해 보십시오. 그렇게 한다면 75세 이후에도 보다 편안하고 건강한 생활을 할 가능성이 높아질 것입니다.

■건강수명을 연장하는 열쇠가 되는 것이 바로 「MIND」입니다. 즉, 「다른 사람의 도움을 받지 않고 스스로 생활하겠다」는 마음을 강하고 진지하게 갖는 것입니다. 일찍 자고 일찍 일어나는 것이 좋습니다. 원래 우리 몸의 생체 리듬도 그렇게 되어 있기 때문입니다. 저는 매일 아침 눈을 뜨면 먼저 물을 마시고, 꿀을 작은술로 한 스푼 먹습니다. 뇌에 영양을 공급하기 위해서입니다. 뇌는 우리 몸의 기관 중에서도 가장 많은 영양을 필요로 하는 기관이기 때문에, 치매 예방에도 좋습니다. 또한 날씨가 좋은 날에는 아침 햇볕을 받으며 산책할 수 있다면 더없이 좋습니다. 그리고 아침 식사는 여유로운 마음으로 시간을 들여 즐깁니다. 양질의 단백질을 함유한 달걀은 반드시 먹고 있습니다. 고령자는 단백질이 부족해지기 쉽기 때문에 우유나 두유도 【로열 그린 실크】와 【콜라겐...】을 첨가하여 먹고 있습니다.

강한 「MIND」를 가지고 건강하게 아침을 시작하고 점심 때 쯤 피곤하면 잠을 자지않더라도 약간 쉬는 것을 추천합니다. 낮잠을 자든 쉬든 30분을 넘기지않도록 하실것을 추천합니다. 30분을 넘기면 안쉬는만 못한 경우가 많습니다.

■「YOU ARE WHAT YOU EAT」—사람은 자신이 먹은 것으로 만들어진다는—우리가 먹는 음식이 몸과 건강을 만듭니다.

「식(食)」은 매우 중요합니다. 아침 식사는 물론이고 점심과 저녁 식사도 소홀히 하지 말고, 잘 생각해서 현명하게 섭취하시기 바랍니다. 저는 여러 가지 식재료를 한 번에 먹을 수 있는 전골 요리를 좋아합니다. 레시피는 제 나름대로 만들어 먹습니다. 고기, 생선과 해산물, 두부, 해조류, 버섯, 배추, 브로콜리, 양파, 당근, 감자 등 좋아하는 것은 무엇이든 넣습니다. 건강과 활력의 원천은 무엇보다 먼저 「식사」입니다.

그리고 평소에 몸을 자주 움직이는 습관을 들이도록 합시다. 그렇지 않으면 몸은 점점 더 굳어버립니다. 80대가 되면서 다리와 허리가 눈에 띄게 약해지고, 걷는 것이 힘들어 외출하기 싫어하는 친구들이 상당히 늘고 있습니다. 저 자신도 몸을 좀 더 유연하게 만들어야겠다고 생각하고 있습니다. 간단하게 할 수 있는 스쿼트가 좋겠네요.

토리이식 「작심삼일 건강법」으로 열심히 해보겠습니다. 작심삼일이라도 반복하면 그것이 바로 지속적인 습관이 됩니다!

■수면에 관해서는 네불라이저(공기 흡입기)를 착용하고 잠을 자기 시작한 후, 한밤중에 깨는 횟수가 많아도 한 번 정도로 줄었습니다. 수면의 질도 확실히 좋아졌습니다. 처음에는 착용하는 것이 번거롭다고 생각했지만, 이제는 착용하지 않으면 잠들기 어려울 정도가 되었습니다.

이 글을 읽고 계신 시니어 여러분, 무엇보다도 건강이 가장 중요합니다. 지금보다 조금만 더 자신의 건강에 관심을 가져보시기 바랍니다. 영원한 여행을 떠나는 순간까지 여러분의 인생은 계속됩니다. 건강하고 활기차게, 인생을 마음껏 즐기시다. 그 열쇠를 쥐고 있는 것이 바로 **「MIND」**입니다.





MAGNUS ENTERPRISES, INC.

22301 S. Western Ave., Suite 104 Torrance, California 90501

This material is not intended to be interpreted as a diagnosis or prescription in any way. Information provided herein, for example, references to herbs as to their historical uses, may not be used as a substitute for professional advice or as an alternative to professional medical treatment. MAGNUS ENTERPRISES, INC. does NOT directly or indirectly dispense medical advice or prescribe the use of herbs as a form of treatment or assume responsibility if you choose to prescribe for yourself without your physician's approval.

FIRST CLASS MAIL

프로바이오틱 복용 후기



♣최근 「장관 면역」이라는 말을 자주 들어서, 장에 면역 기능이 있다는 것을 알게 되었습니다. 어떤 보충제를 섭취해야 할지 몰랐는데, 마그나스 제품 중에서 발견하게 되어 바로 섭취하기 시작했습니다. 처음엔 파우더를 별로 좋아하지않아 걱정했는데 의외로 맛있어서 꾸준히 섭취하고 있습니다. 변비도 좋아졌고, 피부도 깨끗해진 것 같은 느낌이 듭니다. 매일 아침 요구르트를 먹고 있었는데, 프로바이오틱 제품이 더 간편하고 편리해서 좋습니다. M. Y 31세



♣평소 속이 더부룩하고 화장실 가는 시간도 일정하지 않아 장 건강에 관심이 많았습니다. 좋다는 유산균을 여러 가지 먹어보기도 했지만 꾸준히 챙겨 먹는 것이 쉽지 않았습니다. 그러던 중 마그나스의 프로바이오틱스를 알게 되어 매일 꾸준히 섭취하기 시작했습니다. 저처럼 아침에 출근으로 바쁜 사람들에게는 정말 좋았습니다. 저는 아침에 눈뜨서 입을 한 번 물로 헹군 뒤 바로 먹습니다. 그렇지않으면 잊어 버리게 되어 자꾸 걸르게 되어서입니다. 무엇보다 아침에 일어났을 때 배가 불편하거나 답답한 느낌이 줄어들고 하루가 한결 가벼워진 것 같아 만족스러웠습니다. 꾸준히 섭취하는 것이 중요한것 같습니다.



S K 56세

로얄 그린 실크 복용 후기



■부모님이 당뇨병이어서 유전적인 위험이 있다는 것을 알고 주의하고 있었는데, 저도 40세가 지나면서부터 당뇨병 전단계가 되었습니다. 인슐린 주사를 맞으셨던 부모님을 지켜보았기 때문에, 로얄 그린 실크를 구입했습니다. 정말로 혈당이 자연스럽게 내려갔고, 지금은 안정적으로 유지되고 있습니다. 식사전 꾸준히 섭취하고 있습니다. K. S 51세



■저는 아침에 먹는 것이 너무 많아 항상 자기전에 로얄 그린 실크를 먹고 있습니다. 그러면 아침에 화장실가는 것이 아주 편합니다. 그날 하루의 식사에 야채가 부족했다는 생각이 들면 양을 배로 늘여서 먹고 있습니다. 그리고 부모님들이 당뇨로 고생을 했기때문에 그 예방책으로도 더욱 열심히 먹고 있습니다. 그래서 그런지는 잘 모르겠지만 로얄 그린 실크를 먹고나서는 아주 몸도 가벼워지고 건강해졌음을 느낍니다. B B 30세



■채소 섭취가 부족해서인지 늘 변비가 있는 편이었고, 그것이 당연한 상태처럼 되어 있었습니다. 그런데 친구에게 받은 로얄 그린 실크를 섭취하기 시작한 후부터는 매일 배변이 원활해지고 속도 한결 편안해졌습니다. 신경 쓰였던 피부 트러블도 좋아져서 정말 감사하게 생각합니다.



M. Y 32세