

# PHYSIQ™

◆ FAQs ◆

## フィジーク プロテインシェイク

### フィジーク プロテインシェイクとは？

フィジーク プロテインシェイクは、ウェイトマネジメントをより優位に進めるための身体作りのサポートをします。速放性と遅放性の2種類のプロテインを組み合わせることで、素早く身体を満たし、満足感を長時間持続させるので、余計なカロリーや砂糖などを摂取せずに、スムーズに続けられます。また、分岐鎖アミノ酸 (BCAA) がトレーニング後の身体をサポートし、より理想的な自分へと導きます。

### なぜプロテインがウェイトマネジメントに必要なのでしょうか？

若い頃と同じ食事や生活スタイルを続けていても、年齢を重ねると、以前とはあきらかに違う「体組成」が気になってきます。

健康維持のためには、体組成バランスの整った身体が必要な不可欠です。そのいい体組成を目指すのに非常に適しているのがプロテインだからです。

### フィジーク プロテインシェイクには、どのくらいのたんぱく質が含まれていますか？

1 回分あたり 10.74g です。

### ホエイ・プロテインとはどのようなものですか？

素早く消化されるホエイ・プロテインは、すぐに身体を満たさせることができます。すべての必須アミノ酸を含み、たんぱく質をサポートすることで身体の健康を維持します。

### カゼインミセル・プロテインとはどのようなものですか？

消化の緩やかなカゼインミセル・プロテインは、健康維持に適した環境を長期的に整えます。ホエイ・プロテインと同様に、すべての必須アミノ酸を含み、たんぱく質をサポートします。

### フィジーク プロテインシェイクは、食事の代わりになりますか？

いいえ、食事の代わりになるものではありません。バランスよい食事の一部として、手軽に高品質なプロテインを摂ることができる製品です。

### どんなフレーバーですか？

ストロベリー味です。

### フィジーク プロテインシェイクには、植物性の原材料も含まれますか？

はい。ホエイ・プロテインとカゼインミセル・プロテイン以外は、植物性の原材料です。

### 大豆は入っていますか？

いいえ、入っていません。

### どのようにフィジークプロテインシェイクを飲めばいいですか？

目安として水または牛乳 150 ~ 200ml に付属のスプーン 1 杯 (約 15g) を溶かしてお召し上がりください。ウェイトマネジメントのために、1 日 1・2 度の飲用をおすすめします。果物などを加え、お好みの味にしたり、栄養を補給していただいても。

※お好みに応じて量を調整してください。溶かした後の製品は速やかに飲みください。

### どのように保管すればいいですか？

直射日光・高温多湿を避け、常温で保存してください。

### 本製品を処方薬とともに摂取しても安全ですか？

処方薬を摂取中の方は、お召し上がりの前に医師に相談してください。

### 妊娠または授乳中でも本製品を使用できますか？

かかりつけの医師にご相談ください。

### 1日にどれくらい飲んでも良いですか？

目安として 1・2 回の飲用をおすすめします。

### ライフバンテージの他の製品と一緒に飲んでも問題ないですか？

はい、一緒にお飲みいただけます。