



SALT FREE DIET

2020 Spring
Start!!

食べたいだけ食べていい
最先端ソルトフリーダイエットで
ココロもカラダもリセットする
/ @EGGS UENOSAKURAGI /

食べたいだけ食べていい 最先端ソルトフリーダイエット

FORMACHIKA BY JEHA

アメリカの医療現場や化学雑誌でも注目されている
「サーチュイン遺伝子(若返り遺伝子)」
を活性化するソルトフリーダイエット

これまでのダイエット方法とは違い
「食べれるだけ食べてください」
という

「食べること」への罪悪感からの解放
とも言える最先端のダイエット方法です

24~48時間、行うだけで
腸内環境・スキンコンディション・脳の活性化
につながる世界でも注目の方法を
この機会にぜひ一緒にやってみましょう！

入門編：3000円 ダイエット方法の基礎編。
どのような食事をして、どう効果が
表れるかを学んでください。

上級編：7000円 ソルトフリー料理レシピ公開。
その場で効果を実感できる料理を
ご用意します。

定員：6名様まで/1回につき



国際アーシングハーモニー協会
代表理事
Executive Beauty Director
CHIKA

愛知県生まれ。ニューヨーク州
Manhattan Community Collegeでリベラル
アーツを専攻。幼い頃より、「世
の中は女性でできている」という父親の
言葉を聞いて育つ。

約7年半、ニューヨークに滞在。米
国一の歴史を誇るエステティックス
クール Christine Valmy International
School卒業。15年間、国内外延べ
10,000人以上の女性の身体と人生に触
れてきた実績を持つ。

無塩菜食を2年間実施し、必要なもの
はすべて自分のなかにあると開眼。

「美しい自分を思い出せ」という理念
のもと、身体を通して聴こえてくる心
の声をメッセージとして翻訳。

2019年、「子宮を知ることは、地球を
知ること」というコンセプトのもと、
国際アーシングハーモニー協会を設立。
セルフケアするところを育て、本来の
自分軸を取り戻すよう女性たちを導い
ている。

国際アーシングハーモニー協会
<https://ieh.associates/ieha/>