

デイリーサンのグルメマップ

# コールドプレスジュース特集

まもなく秋。まだまだ夏が恋しい人も、秋に向かって準備万端な人も、夏の疲れが出るころでは？ 体調を崩しやすい季節の変わり目も、おいしく美しく乗り越えられるヘルシーなジュースを紹介します！



少し風邪気味かも？

## 免疫力を高めるキャロット

にんじんには、カロテン(ビタミンA)がたっぷり。のどや鼻の粘膜を丈夫にして、免疫力をアップさせる効果が。風邪の引き始めに葉を飲むより、にんじんたっぷりのジュースを。

Carrot & Co.  
[Juice Press]



70 East 1st St.(East Village)ほか

juicepress.com

暑くて眠れてない…

## 睡眠不足を解消するケール

全体に栄養価の高いことで知られるケールにはメラトニンの成分も。メラトニンは睡眠を司るホルモン物質。安眠と目覚めススキリの効果あり。健康は質のよい睡眠から。

Hale to Kale  
[Juice Generation]



644 9th Ave. (Midtown West) ほか

juicegeneration.com

日焼けし過ぎた!!

## 美肌効果のターメリック

ターメリックの別名はウコン。ウコンに含まれるクルクミン成分が肝機能を促進、身体の排毒を促すなど新陳代謝が良くなるだけでなく、抗酸化作用が皮膚にも効くとか。

Turmeric Tonic  
[Liquiteria]



102 8th Ave.(Chelsea) ほか

liquiteria.com

疲れてバテ気味!

## 疲労を回復するビーツ

ビーツに含まれる注目成分『エヌオー』には血管の筋肉をしなやかにして血栓などを防ぐ働きがあり、血流量を増やして酵素がうまく回れば、疲労回復効果が。血行も促進される。

Game Changer  
[Juicery]



15 Essex St.(Lower East Side)

juicerynewyork.com