

# 『さらさら』の用法

## ■飲用法

- ・基本的にコップ1杯（約200cc弱）に10～30滴を入れて飲みます。就寝前（効果的）、朝起きてすぐ、日中3～6回飲んでください。  
1日10cc～20ccを目安にしてください。
- ・初めて飲む方は、胸がむかついたりもどしそうになったりすることがあります。最初は、5～10滴飲んで徐々に量を増やしてください。
- ・癌、糖尿病、脳梗塞、高血圧等の方は、徐々に量を増やしていき、1回に20～30滴を飲むようにしてください。  
**1回に飲む水の量を減らして飲む回数を増やした方がより理想的です。**
- ・作り置きするよりも飲む直前に水に入れるのが理想的です。  
※お茶に入れて飲むのもお勧めです。  
※量を増やしても飲みすぎによる弊害は全くありません。

## ■皮膚への塗布方法

- ・原液を直接皮膚に塗ってください。
- ・**火傷の場合は**、直ぐに（水等で冷やさずに）原液を塗ってください。軽い場合は火傷の症状にならないことが多いようです。
- ・**日焼けの場合は**、直ぐに原液を肌に塗ってください。日焼けで酸化した肌を酸化還元作用により日焼けから守ります。
- ・**虫刺され**等の場合は、刺された箇所に直接原液を塗ってください。
- ・**打撲・筋肉痛や足がつったりこむら返し、ふくらはぎや太ももの筋肉の痙攣**などの場合に患部に直接塗ってください。
- ・**打撲（青あざ）の箇所など**に直接塗ってください。
- ・**お米を洗うとき**に10～20滴入れてください。汚れと一緒に残留農薬や残留化学肥料も除去し黄色くなります。  
十分にすすいでから炊いてください。おいしいご飯に炊き上がります。
- ・**野菜や果物を洗うとき**に10～20滴入れてください。汚れと一緒に残留農薬や残留化学肥料も除去します。味もまろやかになります。
- ・首などにできた加齢による**いぼ**などに直接原液を塗ってください。
- ・**焼酎等のお酒**に数滴入れて飲むとまろやかになり悪酔いを防ぎます。

保存している間に沈殿物が発生することがありますが、これはミネラルが結晶化したもので全く害はありません。