

2017年発売後、初めてとなるデザイン進化をしたN-BOX 広さ、安心、上質をさらに磨きをかけて登場です!!

女性の健康 PMS ~月経前症候群~

「PMS」とは月経の3~10日位前から始まる精神的・身体的不調のことを言います。月経が始まる14日前に排卵が起こることによってホルモンの影響を受け、様々な不調が起こります。個人差はありますが、主に次のような症状が現れます。

精神的症状
イライラ、怒り、不安、憂鬱、情緒不安定、集中力低下

身体的症状
頭痛、腰痛、肩こり、便秘、肌荒れ、眠気、むくみ、めまい、体重増加、乳房の痛み

ハードワークによる緊張が続いたりすると症状は重くなり、時にはストレスで月経が止まることもあります。真面目で几帳面、完璧主義な人は特に注意が必要です。

✿ PMSと上手につき合うために ✿

- ① バランスの良い食事
ブロッコリー、海藻、アモド、豆腐、鶏肉、魚卵、牛乳、卵などがオススメ。みそ汁や野菜ジュース、おやつで手軽に栄養を摂りましょう。
- ② カフェインと甘いものはお預け
コーヒー、紅茶、緑茶、栄養ドリンクは控えましょう。チョコレートも食べすぎ注意!
- ③ 運動
運動は必ずしも激しい方は深呼吸から始めましょう。ストレッチ、のんびり散歩、本気のラジオ体操も効果的です。

それでも辛いときは婦人科で薬を処方してもらいましょう。できるだけ周りに協力を求めて自分の身体を労わりましょう

チョコレートの豆知識

チョコレートを作る際の最初の工程として、カカオの実に入っている種と果肉(パルプ)と一緒にバナナの葉にくるむか、木箱に入れて1週間程度発酵させます。なのでチョコレートは、実は発酵食品なのです。



ダークチョコレート

カカオマスの割合が40%以上のチョコレート。ビターチョコレートとも呼ばれる。

ミルクチョコレート

全脂粉乳、脱脂粉乳、クリーム粉乳などの乳製品が入ったチョコレート。

ホワイトチョコレート

ココアバター、砂糖、ミルクで作られている。カカオ豆の主成分であるココアバターを原料としているので、白くても立派なチョコレートです。

ルビーチョコレート

ルビーカカオ豆を原料に作られた、新しいチョコレート。鮮やかなピンク色をしており、ベリーのような酸味が特徴。

Q&A

- Q1. チョコレートに含まれる脂肪は良質なため、太る要素にはなりにくい。
- Q2. チョコレートを食べるとポジティブになる。
- Q3. 飲酒前にチョコレートを食べた方がよい。
- Q4. チョコレートは美容に良い。



食べすぎ注意ですが、正解は... 全部 O です!

スタイリング ★★★★★

N-BOX



シンプルながら見る人に強い印象をも。機能的なデザインに磨きをかけて。

N-BOXカスタム



大胆な造形で力強さと精悍さをも。高級感と存在感を増し、カスタム志向のお客様の満足度を高めます。

インテリア ★★★★★

N-BOX



4人が快適に誰もが我慢することなく乗れる車をも。*タイプによって内装色は異なります。重心を下げることで落ち着いた表情としています。

質感が高く、室内を明るくするホワイト色パネル

落ち着いた雰囲気、ダークブラウン

N-BOXカスタム



アップ部を力強く立体化し、押し出した感じをも高めました。

大人の雰囲気をもさらに強調したブラックの新加飾パネル。漆黑に映えるクロムメッキの輝き、キラキラに光った感じの鏡面仕上げです。

室内が黒と統一! かの、こらてステキ♡

* 汚れが目立ちにくいので気軽に乗り頂きます。

新色 ★★★★★

N-BOX



ルーフ色をディープロパールとしたエレガントスタイル

N-BOXカスタム



シルバールーフのプレミアムスポーツスタイル

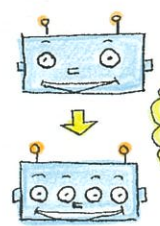
安全性能 ★★★★★

Honda SENSINGにパーキングセンサーシステムが追加されました



障害物を検知した場所をインジケータで知らせる
※画像はN-ONEのものです。

バックの際、クルマの後方と斜め後ろにある障害物の接近を音とマルチインフォメーションディスプレイの表示でお知らせします。



20目から40目に進化!!

その他、まだまだたくさん魅力がごさいます!! 現在N-BOXに乗られているお客様も、ご検討中のお客様も、あまり興味のないお客様もぜひご試乗下さいませ!!

みんなの魅力が満載で書ききれないから、乗ってほしいよ

