

■カフェリーチェ__置き換えダイエットモニター

■2023年7月4日~17日まで

モニター名：渡邊 麗さん(48歳)

Before : 50.3 kg

After : 49.2 kg (マイナス 1.1 kg)

■置き換えダイエット後のコメント

味は飲みやすく、普通のコーヒーと変わらず、少しキリマンジャロの様でした。

飲むと体の中を巡ってくれる気がしたので、起床時に置き換え、エアロバイクをこいだり有酸素運動をし、沢山発汗出来ました。

日々、ダイエットをサポートしてくれてると感じました。

夕食を早めに済ませ夜もカフェリーチェに置き換え、ローラーを使ってストレッチをしました。

ウエスト周り、二の腕、顔が前より小さくなってきたかも？という感じでとても嬉しいです。

カフェリーチェをこれからもダイエットの味方として、続けていきます。

■カフェリーチェ__置き換えダイエットモニター

■2023年7月4日～17日まで

モニター名：笹原 千華子さん (60歳)

Before : 62.7 kg

After : 58.2 kg (マイナス 4.5 kg)

■置き換えダイエット後のコメント

一食置き換えるのがこの一杯かと、ちょっと不安でしたが、いつも食後にコーヒーを飲んでいたので、食事が終わった気分になり、普段通りに過ごせました。

体重が思うように減らない時もありましたが、諦めずにカフェリーチェと運動を続けているとゆっくりですがだんだんと減り始めました。

信じて続ける、それが大事ですね。

コーヒー好きの私も満足な深い味わいで、カフェリーチェタイムは贅沢なひと時でした。

■カフェリーチェ__置き換えダイエットモニター

■2023年7月4日～17日まで

モニター名：飛田 明子さん（64歳）

Before：60.2 kg

After：57.7 kg（マイナス 2.5 kg）

■置き換えダイエット後のコメント

今回「カフェリーチェ」を飲みながらの2週間ダイエットでした。

始めは「コーヒーが1食置き換えになるの～！？」、「お腹すいちゃう～！」と不安しかなかったです。

でも、やせたあとの自分を想像しながら、「着られなかった、あの服がまた着られるかも」とか「やせたら新しい服を買っちゃおう」という期待をもちながら始めました。

年齢的にも、「人生最後のダイエット！」と思ってがんばりました。

味はほぼコーヒーなので、日常のコーヒーの替わりにしました。

体重よりも少しサイズダウンしたのが、とっても嬉しいです。