

後天 魚キャラクター 追加分 (A-37~A-43 男女)

(7) 男性

(8) 女性


A-37

あなたの現在の虹彩の状態

気管支やのどが弱っているかも。息がせいぜいいたり、咳が止まらなくなる可能性があるので、タバコを吸うのは厳禁。なるべく空気の良いところで、リラックスすることが必要です。また有酸素運動を心がけ、心肺機能を高めましょう。

⑤肺

マトウダイ




あなたの現在の虹彩の状態

喉が痛くなったり、咳が止まらなくなることがありませんか。たばこを吸ってると人の側にはなるべく近づかないようにしては、空気の良いところでのリラックスが必要なので、山の中の温泉にでも行き、森林浴をしてみる必要があります。

⑤肺

マトウダイ




A-38

あなたの現在の虹彩の状態

最近、腰痛に悩まされていませんか。背筋と背骨が弱っているかもしれないので、重いものは膝を曲げてから持ち上げましょう。おなかが出てくのは危険なサイン。普段から腹筋や背筋を鍛えておきましょう。

⑦背骨

ミズダコ




あなたの現在の虹彩の状態

最近、腰痛に悩まされていませんか。背骨が弱っているかもしれないので、乳製品を中心にカルシウムを多めに取りましょう。また寝るときは出来るだけ硬いベッドや布団がおすすです。

⑦背骨

ミズダコ




A-39

あなたの現在の虹彩の状態

最近、アルコールやカフェインなどを取り過ぎていませんか？本来の状態を取り戻すため、アルコールや刺激物を控えましょう。また、食べ過ぎや早食いに注意し、良く噛んで食べましょう。骨の周囲の筋肉が弱くなっている傾向が見られます。

②肝臓

ヒトデ




あなたの現在の虹彩の状態

生まれつき、あまりお酒は飲めないタイプかも。現在特にアルコールを分解する能力が弱っているかも。カフェインや脂肪分の多いものも避けましょう。骨の周囲の筋肉が弱くなっている傾向があるので、いつも軽い運動を心がけましょう。

②肝臓

ヒトデ




A-40

あなたの現在の虹彩の状態

最近、脂肪分の多いものの取りすぎで胸やけが多くありませんか。血糖値が上がりがやすく、ホルモンのバランスも崩れているようです。有酸素運動と軽い筋力トレーニングで基礎代謝を高め、太りにくい体を作りましょう。

⑥臓腑

ホウライエソ




あなたの現在の虹彩の状態

最近、ついつい甘いものを食べすぎてませんか。血糖値が上がりがやすくホルモンのバランスも崩れているようです。規則正しい生活をし、ダイエットはほどほどにして、有酸素運動と筋力トレーニングで基礎代謝を高め、太りにくい体を作りましょう。

⑥臓腑

ホウライエソ



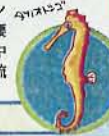
A-41

あなたの現在の虹彩の状態

最近、便秘や下痢が多くないですか。バランスを考えた消化の良い食事を心がけては、腰を冷やさないように注意し、腹筋の運動を中心とした適度な運動を心がけて、良い汗を流しましょう。

④大腸

タツノオトシゴ




あなたの現在の虹彩の状態

最近、便秘や下痢が多く、お肌が荒れてませんか。バランスを考えた繊維質の多い食事を心がけ、寝る前に食べ過ぎないように、腰を冷やさないように注意し、腹筋の運動を中心とした適度な運動を心がけては、

④大腸

タツノオトシゴ




A-42

あなたの現在の虹彩の状態

最近、トイレに行く回数が増えたり、逆に少なくなったりしてませんか。また、体がだるく気がなくなることがありませんか？肉食過多にならないように日本型の食生活を心がけましょう。タバコを吸う方はまず本数を減らしてみても。

③腎臓

オニキンメ




あなたの現在の虹彩の状態

最近、トイレに行く回数が増えたり、むくみやよくなっていますか？おいしいものを食べてリラックスするのは良いことですが食べ過ぎにはくれぐれも注意して、また、いつも体を清潔にするように心がけましょう。

③腎臓

オニキンメ




A-43

あなたの現在の虹彩の状態

睡眠を充分にとってなかったり、暴飲暴食をするなど不規則な生活をしていませんか？疲れから体の抵抗力が下がっているも、バランスの良い食事と適度な運動を心がけましょう。あまりよくよ悩むストレスをためこむのは禁物です。

①ミックス

シーラカンス




あなたの現在の虹彩の状態

不規則な生活や、暴飲暴食をしていませんか？彩り豊かな食卓を心がけましょう。早歩き等の屋外の適度な運動でリラックスするの良いのですが日焼けには注意しましょう。小さなことに、あまりよくよ悩む傾向があるので気を付けましょう。

①ミックス

シーラカンス



ストレスレベル (S) (S-1 ~ S-11) 男性 女性

(9)

男性

(10)

女性

S-1 **現在のストレス度**
 ストレスの傾向はまったく見られません。
 現在は最高の精神状態です。
 楽しい一日をお過ごし下さい。

現在のストレス度
 ストレスの傾向はまったく見られません。
 現在は最高の精神状態です。
 楽しい一日をお過ごし下さい。

S-2 **現在のストレス度**
 ストレスはほとんど溜っていません。
 この状態をキープしましょう。
 でも明日はどうかはわかりません。

現在のストレス度
 ストレスはほとんど溜っていません。
 この状態をキープしましょう。
 でも明日はどうかはわかりません。

S-3 **現在のストレス度**
 ストレスはほんの少しあるようです。
 でも油断は禁物です。リラックスした
 生活を心がけましょう。

現在のストレス度
 ストレスはほんの少しあるようです。
 でも油断は禁物です。リラックスした
 生活を心がけましょう。

S-4 **現在のストレス度**
 ストレスが少しあるようですが、
 まだ心配いりません。無理をしな
 いで何事も気楽に考えましょう。

現在のストレス度
 ストレスが少しあるようですが、
 まだ心配いりません。無理をしな
 いで何事も気楽に考えましょう。

S-5 **現在のストレス度**
 ストレスはありますが、平均的な状
 態です。リラックスした時間をもち、
 ストレスレベルを少し下げましょう。

現在のストレス度
 ストレスはありますが、平均的な状
 態です。リラックスした時間をもち、
 ストレスレベルを少し下げましょう。

S-6 **現在のストレス度**
 ストレスは平均以上たまってます。
 これ以上レベルを上げないよう気分
 転換の時間をとってリラックスを。

現在のストレス度
 ストレスは平均以上たまってます。
 これ以上レベルを上げないよう気分
 転換の時間をとってリラックスを。

S-7 **現在のストレス度**
 ストレスが溜っています。少しの時間
 でもいいですから自分の好きなことを
 して、もう一度チェックしてみてもいい？

現在のストレス度
 ストレスが溜っています。少しの時間
 でもいいですから自分の好きなことを
 して、もう一度チェックしてみてもいい？

S-8 **現在のストレス度**
 ストレスがかなり溜まって危険です。
 無理をせずに、今すぐにもりラッ
 クスする時間が必要です。

現在のストレス度
 ストレスがかなり溜まって危険です。
 無理をせずに、今すぐにもりラッ
 クスする時間が必要です。

S-9 **現在のストレス度**
 ストレスが溜まり大変危険です。知
 らずに周りの人に迷惑をかけてませ
 ん？いつも笑顔をやささないように！

現在のストレス度
 ストレスが溜まり大変危険です。ヒ
 ステリックになったりはしてませ
 んか？いつも笑顔をやささないように！

S-10 **現在のストレス度**
 ストレスが極度に溜まり、もう爆発寸
 前です。今すぐ一刻も早く休養を取り
 ましょう。無理は“絶対”に禁物です。

現在のストレス度
 ストレスが極度に溜まり、もう爆発寸
 前です。今すぐ一刻も早く休養を取り
 しましょう。無理は“絶対”に禁物です。

S-11 **現在のストレス度**
 あなたはストレスを感じている
 かどうかはまったく分かりません。
 ただ常に注意が必要です。

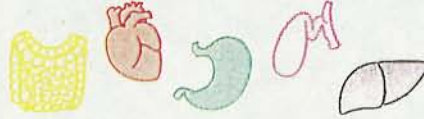
現在のストレス度
 あなたはストレスを感じている
 かどうかはまったく分かりません。
 ただ常に注意が必要です。

臓器 (0) テキスト画像 (0-1 ~ 0-26)

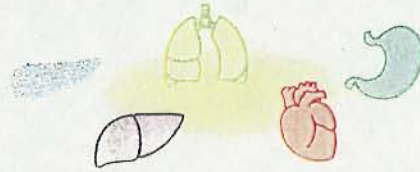
- 0-1 肝臓：肝機能が非常に良い状態です。食事をおいしく食べられる時なので、グルメなディナーを楽しんで。
- 0-2 肝臓：肝臓が弱っているかも。暴飲暴食をしませんか？規則正しい生活と適度な食事と運動を心掛けて。
- 0-3 心臓：心機能が非常に良い状態です。体が軽く頭の回転も良くなっているので、何かにチャレンジしてみてください。
- 0-4 心臓：心臓の調子が弱っているかも。脂肪分の多い食事をしていませんか？ウォーキングなどの有酸素運動を。
- 0-5 肺：肺の調子は良いようです。油断しないで積極的に有酸素運動をしてみてください。
- 0-6 肺：呼吸器の調子が悪くなっているかも。たばこの吸いすぎや、空気の悪いところには特に注意して。
- 0-7 腎臓：腎臓の調子は良いようです。でものどが渇く前の水分補給を忘れないで。
- 0-8 腎臓：腎臓の働きが弱っているかも。適度な運動と十分な睡眠をとり、水分を良く取るように心掛けて。
- 0-9 脾臓：脾臓の調子は良いようです。とはいえ調子に乗って甘いもの取りすぎないで。
- 0-10 脾臓：脾臓の働きが弱っているかも。不規則な食生活を改め、規則正しい食事と十分な睡眠を取りましょう。
- 0-11 大腸：大腸の働きが非常に良い状態です。良く眠ることで疲れがとれ、肌にもハリが出てくるでしょう。
- 0-12 大腸：大腸の動きが悪いかも。便秘や下痢が続いていませんか。適度な運動と体内バランスを整える食品を。
- 0-13 小腸：小腸の調子は良いようです。でも調子に乗っての暴飲暴食はほどほどに。
- 0-14 小腸：小腸の働きが弱っているかも。下痢を起こす可能性が高いので注意して。腰をあたため、適度な運動を。
- 0-15 胃：胃の働きが非常に良い状態です。ストレスも上手く解消でき、食事をおいしく食べられる時です。
- 0-16 胃：胃の調子が悪いかも。ストレスを感じたら、気分転換をしましょう。夜食の取りすぎは厳禁です。
- 0-17 胆嚢：胆嚢は正常に働いているようですが、脂肪分の多い食べ物の取り過ぎにはいつも注意を。
- 0-18 胆嚢：胆嚢の働きが弱っているかも。体がだるく、疲れがたまりやすいかも。高脂肪の食事は避けてください。
- 0-19 前立腺：前立腺の調子は良いようですが、あまりにも衝動的な行動には自制心を働かせては。
- 0-20 前立腺：前立腺の調子が悪くなっているかも。体を良く休めるせらずにリラックスする時間を持ちましょう。
- 0-21 卵巣：卵巣の調子は良いようですが、はりきりすぎて疲れないように注意を。
- 0-22 卵巣：卵巣の調子が悪くなっているかも。ホルモンバランスを整えるため、規則正しい生活を心がけて。
- 0-23 脊椎：背中や腰の調子は良いみたい。脳から命令も全身に順調に伝わっています。スポーツにトライしてみてください。
- 0-24 脊椎：姿勢が悪く、背中や腰に負担がかかっているかも。ストレッチで背中や腰の筋肉をほぐしてあげましょう。
- 0-25 皮膚：肌の状態はとても良いようです。でも油断は禁物。紫外線対策と規則正しい睡眠を心がけましょう。
- 0-26 皮膚：肌が弱くなっているかも。吹き出物が出やすい状態なので、お肌のケアに気を付けて。

臓器 (0) 画像 (0-27~0-32)

- 0-27 現在のあなたの体調はあまり良くないようです。調子の悪い器官が多いかも。もしストレスレベルが高いようなら、まず自分の好きなことをしたり、ぬるめのお風呂にゆっくり入るなどリラックスしてストレスレベルを下げてみれば改善されるかも。健康診断を避けるのだけはやめましょう。



- 0-28 現在のあなたの体調は可もなく不可もなくといった微妙なところで、特別に調子の良い臓器も悪い臓器もないようです。健康診断を避けるのだけはやめましょう。



- 0-29 調子が悪い器官は少なく、ほぼ健康な状態のようです。もしストレスレベルが高いようなら、十分に休息をとり、リラックスしてストレスレベルを下げる努力をしましょう。



- 0-30 調子の悪い器官はなく、非常に健康な状態のようです。食事もおいしく食べられ、元気に毎日を過ごせるでしょう。但し油断は禁物です。いつも健康に気をつけ現在の状態を維持しましょう。



- 0-31 現在のあなたの体調は絶好調のようです。もしストレスレベルが高いようなら、十分に休息をとり、リラックスしてストレスレベルを下げる努力をしましょう。



- 0-32 とにかく良くわからないタイプです。医者、病院嫌いといわず半年に1回は健康診断にいて、自分を大切にしましょう。



フード画像 (F-1 ~ F-12)

(13)

F(女性)

F-1	Lucky Food いわし、鶏肉 インゲン豆 玄米、小豆 メロン、ぶどう	Bad Food バター、胡椒 あん肝 ラム、ウオッカ 甘ロウイン
F-2	Lucky Food 枝豆、かつお、 鮭、牛肉 豆腐、里芋 がほちゃ、ごま	Bad Food 獣の子、いくら すだち レモン、グアバ
F-3	Lucky Food いわし、さば プロセスチーズ たまねぎ はちみつ、栗	Bad Food タラコ レモン オレンジ ビール
F-4	Lucky Food うなぎ、さんま 牛ロース、手羽 うずら卵、白米 長いも	Bad Food 生乳、青リンゴ ウエルタンスデーキ キャベツ にんにく
F-5	Lucky Food 鯛、ごぼう、菜種油 キャベツ、りんご レモン、辛口白ワイン にんにく	Bad Food 卵、パスタ 豚バラ肉 チーズ
F-6	Lucky Food 鮭、豚赤身 鶏胸肉、ハム にんじん、栗 はちみつ、銀杏	Bad Food マトン、生卵 オレンジ ゴートチーズ
F-7	Lucky Food さば、さんま みそ、あん肝 チーズ、ごま油 うずら卵	Bad Food ジンジャエール コーラ、白砂糖 マトン
F-8	Lucky Food うなぎ、あなご 豚ロース、手羽 しいたけ、チーズ 玄米、大豆	Bad Food 白砂糖 ベーコン、梅干 ラム、ジン テキーラ
F-9	Lucky Food 鶏肉の刺し身 豚ロース、すいか がほちゃ にんじん、栗	Bad Food ザワークラフト テキーラ、ジン カスタードクリーム
F-10	Lucky Food えだまめ、鰯 さんま、しいたけ、 のり、ほうれん草	Bad Food 鶏卵、いくら うに、がらすみ たらこ、レバー
F-11	Lucky Food 牡蠣、しじみ、大豆 オリーブ、豆腐 ブロッコリー カブ、タコ	Bad Food ラム、ウオッカ 焼酎、バター トロ
F-12	Lucky Food どじょう、しめじ カリフラワー、牡蠣 フカヒレ、モロヘイヤ キャベツ、鰯	Bad Food 砂糖、カラシ もち、エビ、カニ ウニ、たけのこ パセリ

(14)

M(男性)

type1	Lucky Food いわし、あなご 鶏肉、玄米 インゲン豆 パパイヤ	Bad Food バター、がらし フォアグラ、 日本酒、焼酎 コーヒー
type2	Lucky Food 枝豆、かつお 鮭、牛肉 豆腐、きなこ がほちゃ、ごま	Bad Food 獣の子、あわび レモン、梅干 筋子
type3	Lucky Food いわし、さば プロセスチーズ たまねぎ はちみつ、栗	Bad Food 塩辛 レモン オレンジ 生ビール
type4	Lucky Food うなぎ、さんま 牛ロース、手羽 うずら卵、白米 長いも	Bad Food 生乳、梅干 ウエルタンスデーキ キャベツ にんにく
type5	Lucky Food 鯛、ごぼう、菜種油 キャベツ、りんご レモン、辛口白ワイン にんにく	Bad Food 卵、パスタ 豚バラ肉 チーズ
type6	Lucky Food 鮭、豚赤身 鶏胸肉、ハム にんじん、栗 はちみつ、銀杏	Bad Food マトン、生卵 オレンジ ゴートチーズ
type7	Lucky Food さば、さんま ざんだら、みそ チーズ、ごま油 うずら卵	Bad Food ジンジャエール 炭酸水、白砂糖 マトン、塩辛
type8	Lucky Food うなぎ、あなご 豚ロース、手羽 いくら、チーズ 玄米、大豆	Bad Food 白砂糖 ベーコン、焼酎 ブランデー 筋子、梅干
type9	Lucky Food 鶏肉のササミ 豚ロース、すいか がほちゃ にんじん、栗	Bad Food ザワークラフト 日本酒、焼酎 カスタードクリーム
type10 心臓	Lucky Food えだまめ、鰯 さんま、しいたけ のり、ほうれん草	Bad Food 鶏卵、いくら うに、がらすみ たらこ、レバー
type11 肝臓	Lucky Food 牡蠣、しじみ、大豆 オリーブ、豆腐 ブロッコリー カブ、タコ	Bad Food ラム、ウオッカ 焼酎、バター トロ
type12 皮膚	Lucky Food どじょう、しめじ カリフラワー、牡蠣 フカヒレ、モロヘイヤ キャベツ、鰯	Bad Food 砂糖、カラシ もち、エビ、カニ ウニ、たけのこ パセリ

フード画像 (F-13 ~ F-22)

(15)

(16)

F(女性)

M(男性)

F-13	ハーブティー モロヘイヤ、ココア まいどけ、くるみ しそ、セリ、レタス	ぐさや、ベーコン あん肝、獣の子 タクワン	type13 ストレス	ハーブティー モロヘイヤ、ココア まいどけ、くるみ しそ、セリ、レタス	ぐさや、ベーコン あん肝、獣の子 タクワン
F-14	あずき、さといも すいが、ぞら豆、 とうもろこし ハトムギ	たらこ はまぐり 獣の子	type14 腎臓	あずき、さといも すいが、ぞら豆 とうもろこし ハトムギ	たらこ はまぐり 獣の子
F-15	サフラン、セリ きくらげ、レモン 大豆、キウイ こんぱやく、にら	タクワン、福干 獣の子、いくら	type15 ♀: 甲斐 男: 前立腺	豆腐、ノコギリヤシ オオバコ、すっぽん とうがん、なす	せんべい、鰯杏 もち、ぶどう
F-16	プロポリス、うなぎ いちご、パセリ ユーカリ、緑茶	ブランデー テキーラ、日本酒 とうがらし	type16 肺	プロポリス、うなぎ いちご、パセリ ユーカリ、緑茶	ブランデー テキーラ、日本酒 とうがらし
F-17	オクラ、にら ゴボウ、サツマイモ パナナ、ひじき ブルーベリー	カキ氷 アイスクリーム すいが	type17 大腸	オクラ、にら ゴボウ、サツマイモ パナナ、ひじき ブルーベリー	カキ氷 アイスクリーム すいが
F-18	ヨーグルト、ワカメ モズク、コンブ 玄米、しそ、梅	コーヒー、紅茶 コショウ、バジル	type18 小腸	ヨーグルト、ワカメ モズク、コンブ 玄米、しそ、梅	コーヒー、紅茶 コショウ、バジル
F-19	ヨモギ、ジャガイモ カブ、きゅうり、生薑 山芋、こんが	とうがらし、ワサビ シャンパン、ビール タバコ アイスキャンディ	type19 胃	ヨモギ、ジャガイモ カブ、きゅうり、生薑 山芋、こんが	とうがらし、ワサビ シャンパン、ビール タバコ アイスキャンディ
F-20	おいしいと 思う全ての食物	バラムツ ツキヨタケ テングタケ	type20	害を含まない 食物	賞味期限切れ食品 黒焦げの魚
F-21	緑黄色野菜	ステーキの油身	type21	緑黄色野菜	ステーキの油身
F-22	うなぎ、あなご 豚ロース、手羽 牛乳、チーズ 玄米、ゆであずき	白砂糖 脂肪分の多いもの 強いアルコール 塩辛	type22	うなぎ、あなご 豚ロース、手羽 牛乳、チーズ 玄米、ゆであずき	白砂糖 脂肪分の多いもの 強いアルコール 塩辛