

わかさのわとは
様々な「話」題を
お届けし、皆さまと
「和」やかに心を通わせ
わかさ生活ファンの
コミュニティの「輪」を
広げてまいります。

5月の紫外線対策が 今後の健康を左右する!? 救世主はあの成分!

気象庁のデータによると、紫外線量は3月から急激に増加し、5月頃にはすでに真夏並みになることも。屋外で過ごすことが増える行楽シーズン、帽子やサングラスはもちろん、「天然のサングラス」と呼ばれるルテインで、内側からもしっかり紫外線対策をしてくださいね。

物が歪んで見えた経験から ひとみの健康の大切さを 改めて肝に銘じました



サンシャイン
メガネも
気に入ってます!

「飲んでてよかった!」

そんなお喜びの声やエピソードをお届け!

わたしとブルーベリーアイ

京都府 田原 正子さま(81歳)

『ブルーベリーアイ』ご愛飲歴 20年4ヵ月

『ルテインα』ご愛飲歴 18年



「わかさ生活Happy友の会」にもよく参加してくださっています。



お友だちと
パシャ!!

松村さま(左) 吉井さま(右)



友だちも
たくさんできて
楽しませて
もらっています!



滝下さま

取材メモ

趣味のカラオケは500曲ほど習ってこられたそう。「声を出すのは健康にもいいのよ」のお言葉通り、とてもハツラツとされていました。



以前の取材時に
ウォーキングも
ご一緒させて
いただきました。

ある朝、ウォーキングをしていると家の屋根が歪んで見えたんです。その数日後、新聞に載っていたアムスラーチャートをやると、碁盤の目も歪んで見えて…。慌てて先生に相談したら、放っておいたら大変なことになっていたといわれました。そんなこともあったから、ひとみの健康の大切さは身に染みており、「継続は力なり」を信じて、『ブルーベリーアイ』は欠かさず飲んでいきます。わかさ生活の友の会でブルーベリーとルテインの相性の良さを学び、『ルテインα』も飲み始めました。おかげさまで毎年の検査も不安なし! やっぱり継続は大事ですね。

お声が
たくさん!
同封の
お声特集号も
みてね!



※商品をお飲まれた時の感じ方は人それぞれです。
※ご年齢・ご愛飲歴は、取材時のものです。



アルファ
ルテインα
通常価格 2,200円(税込)
(送料300円) **10% OFF**
定期お届け
コース **1,980円**(税込)
(送料無料)



ブルーベリーアイ
通常価格 2,200円(税込)
(送料300円) **10% OFF**
定期お届け
コース **1,980円**(税込)
(送料無料)

皆さまの体験談大募集

「わたし」と『ブルーベリーアイ』のお話をぜひお聞かせください! 詳しくは裏面をご覧ください。



薬店スタッフが解説!
メノコいきいきトピックス

5月の紫外線はほぼ真夏並み!?

メノコ薬店
薬剤師 藤本 智子

ぼくらルテインは
有害な光を吸収して
目を守るんだ!

ルテインの働きを
知ろう!



ルテインは「天然のサングラス」



実験してみました!

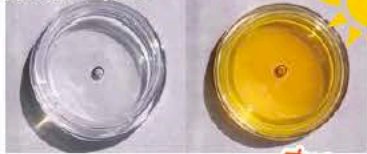
太陽の光を当てて
色の变化を見てみよう!

紫外線が当たると紫色に変化する紙の上に水とルテイン水を置いて日光を当てました。

実験前



太陽の光を当てる



容器をとる



※わかさ生活調べ

実験結果

ルテイン水の下は色の变化なし!
紫外線をほとんど通さないってことがわかるわね。ルテインってすごい!

ルテインは体内で作ることができないので食事等で補う必要があるんですよ。

サプリメントもおすすめです!



「夏はまだ先」と油断していませんか? 5月にはすでに真夏に迫る紫外線が降り注いでいます。紫外線は目から入ると目の疲れや痛みを引き起こしたり、眼病のリスクを高めます。そこでオススメしたいのが、「ルテイン」。マリーゴールドや緑黄色野菜などに豊富な天然色素で、紫外線やブルーライトなどに有害な光を吸収して目を守ってくれることから、「天然のサングラス」と呼ばれています。「ルテイン」は医療機関でも推奨されているんですよ。サングラスだけでは紫外線の進入は防ぎきれません。ルテインを補給して内側からもしっかりガードしましょう。

ルテインが豊富な食べ物

ルテインは緑黄色野菜に多く含まれています



- スマホやパソコンを長時間使用する
- 夜間運転などで眩しさを感じる
- 目が疲れやすい
- 目の乾きが気になる
- 屋外で過ごすことが多い

こんな方に特におすすめです



わかさ メノコ薬店+
WAKASA&CO.

わかさ アンドコミュニティ キョウト
WAKASA&CO. KYOTO 4階「メノコ薬店」では健康に関するアレコレを気軽にご相談いただけます!

「メノコ薬店」は目の不調、季節や年齢的なお悩み、健康不安などを気軽にご相談いただける場所。二人三脚でお客さまの「見える」「健康」をサポートします。

気軽に相談しに来てな!





角谷社長の“生の声”が聴ける!



わかさ生活ラジオ

time

4月から、京都と名古屋の店舗から発信する「わかさ生活ラジオひろば」がスタート。WAKASA&CO. KYOTOの4階の新スポット「角谷建輝知文庫」のスタッフがゲスト出演し、番組への意気込みを熱弁。そんな姿に角谷社長も安心したのか「私はコーヒーを飲みながら座っているだけで」と。「え、しゃべってほしい!」「うわ、責任重大!」とスタッフからは焦りの声が続出しました。

ますます広がるラジオのわ!



放送時間等はHPをご覧ください



わかさ生活ラジオ

検索

わかさ生活ラジオでは3つの番組を毎週絶賛放送中!

わかさ生活ラジオtime

健康情報やためになるお話満載!

わかさ生活ラジオひろば in関西

WAKASA&CO. KYOTOの魅力発信!

わかさ生活ラジオひろば in東海

名古屋の3つの書店をフィーチャー!

エリア外の方はVoicyでお聴きいただけます!

過去の放送分も聴けますよ!



角谷建輝知文庫

WAKASA&CO.

京都市下京区四条烏丸
長刀鉾町22
WAKASA&CO. KYOTO 4階



詳しくはこちら



※専用駐車場はございません。公共交通機関をご利用の上お越しください。

地下鉄四条駅-阪急烏丸駅
20番出口より徒歩3分

今月のおすすめスポット

挑戦を応援する「角谷建輝知文庫」

漫画から小説まで、人生のヒントと出逢える様々な「角谷社長のオススメ本」が揃っています。



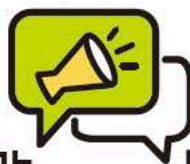
ゆったりくつろいで
心にエネルギーをチャージできる
あなたの“居場所”にしてくださいね

(答えは次のページに)

まちがいがいい探して
ビジョントレーニング



まちがいがいい探しては、じっくり観察して違いを見つけ出すトレーニング! 見比べる時は、頭を動かさずに目だけを動かそう!



メガネ
プロフェッショナル
VOICE

ルテイン配合レンズをはじめ
目にやさしいメガネを追求したい

株式会社フレームワーク

代表取締役 神守 良治さん(76歳)
取締役 神守 学さん(50歳)



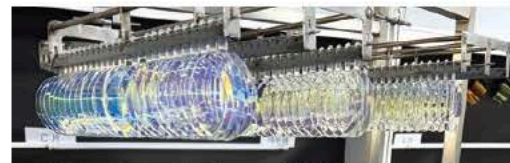
父が
メガネを作っていて、
小さい頃から
メガネに囲まれて
育ちました。

福井県鯖江市は、言わずと知れたメガネの一大産地です。そこから良質な日本製のメガネを広めるべく、これまでに培ったメガネの知識を生かしてアイデアを出しながら、鯖江を中心としたネットワークで商品開発に取り組んでいます。わかさ生活さんの「サンシャインメガネルテインプラス」も開発しました。マリーゴールド由来の天然ルテインを配合することで、紫外線はもちろん、エネルギーの強い有害光線から目を守る新次元のレンズです。その他、矯正用のメガネや色の識別をサポート



細かい作業が多く、目の健康は欠かせません

する補助レンズなども開発し、ご好評いただいています。仕事柄、目の健康は普段から意識しています。メガネ作りは、図面制作や検品、調整など目を酷使する作業が多いんです。だから、『ブルーベリーアイ』や『ブルーベリー黒酢』は助かります。これからも目を大切に、良質なメガネを作り続けたいです。



目の健康のための様々なレンズを開発

2009年、アイウェアとスマートテクノロジーで眼の健康と睡眠をサポートする「株式会社フレームワーク」を創業。世界に誇るメガネ産地・福井県鯖江で、量産品からカスタムメイドまで様々なメガネ開発に励む。

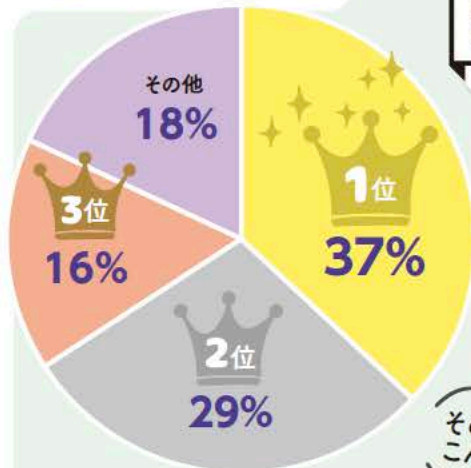
“目”の話題でつながるコミュニティ

気になる
メノコト **みんなのぴとみアンケート**

わかさ生活の
お客さまに
聞きました!

対象:わかさ生活 会員さま
回答方法:インターネット
回答数:305件

今月の
テーマ **最近「まぶしい!」と思ったのは?**



その他
こんな声も

- 推しの笑顔
- 鏡に映る自分
- 白いシャツや白い壁の反射光

実際の光や内面からの輝きなど、いろんな「まぶしさ」がありますね。太陽やライトが以前よりまぶしく感じる時は目からのSOSサインかもしれません。見え方を再確認してみてくださいね。

みんなのぴとみアンケート
募集中のテーマは

夏に「目が疲れた~」と
思うのはどんなとき?

目も
夏バテの
季節

7月の「わかさのわ」で結果をお伝えします。
ハガキ、またはWebからご応募ください。

みんなの
おたより

ルテインのお陰で、良い
コンタクトレンズを探しています。
サンシャイン眼鏡も使いはじめ
ました。
今年もよろしくお祈りします。

神奈川県 中村さま

ブルーベリーともルテインは相性がいいのよ!



#cha.aakiさま

目薬ケース、
気に入って
もらえて
嬉しいな!

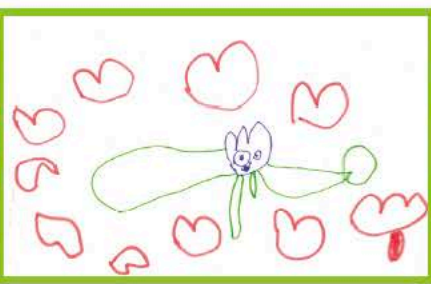


LINEスタンプ、
新作準備中!
楽しみに待っててね!

ブルーベリーアイ DELUXE
長年 愛用しています。
ラインのスタンプも楽しみにして
利用しています。動くスクリーンにな
うわいぞ。

大阪府 山崎Hさま

ブルブルくんを
描いてくれたぞ~
次はオイラも
お願いしたいぞ!



京都府 おひなちゃん(4歳)



〈ビジュントレーニングの答え〉

- 右上のライトの数
- 丸テーブルの上の本の有無
- ブルブルくんの右手の位置

「わかさのわ」と商品への **お声** をお聞かせください!

「わかさのわ」と商品のご感想やアンケートの回答を書いてハガキ、または右のコードかLINEからご応募ください。
わかさ生活公式LINEに「アンケート」と入力すると簡単に応募できます。

抽選で10名さまに

「ブルーベリーアイ
DELUXE 7粒」プレゼント!

さらに Webからのご応募で全員に

わかさ生活ショッピングで使える
10ポイントプレゼント!

スマホから
応募はこちら



切手 600-8008

京都市下京区
四条烏丸長刀鉾町22
わかさ生活
「わかさのわ」5月号 係

- お名前
- 郵便番号
- ご住所
- 電話番号
- 何かひと言
書いてくださいネ

*応募には、お手持ちのハガキをご利用ください。*規定料金の切手をお貼りください。
*個人情報等の取り扱いについては<https://www.wakasa.jp/info/privacy>



品質管理・品質保証
に関する国際規格
ISO9001取得



公益社団法人日本通信販売協会
公益社団法人日本健康・栄養食品協会
公益社団法人日本フィンランド協会
日本ブルガリア協会
協会法人会員

飲み込みやすい!