

わかさ生活[®]株式会社わかさ生活
「Happyわかさ生活」編集室
京都市下京区四条烏丸長刀鉾町22

ハッピー Happy わかさ生活

わかさ生活
たけたりさ ふくむろかずこ わかさ生活
ほりありさ
(左)武田理沙、(中)福室和子様、(右)堀有莉咲

今日は、東京都日野市にお住まいの福室様はもともと「かんざし職人」だつたそうです。かんざしをつくられていたときはとても細かい作業が多く一日中、目を使っていたとのこと。結婚と同時に仕事を辞められ、その後子育てを経ています。大好きな読書を楽しまれています。

武田「飲み始められたきっかけは何ですか？」

福室様「きっかけは瞳の疲れとドライアイです。でもすぐに実感できると思つて飲み始めたわけではなく、何か予防としてできることがないかなと思い飲み始めました。」

武田「サプリメントを続けてみていかがですか？」

福室様「疲れにくくなつた気がします。しょぼしょぼしていたのが気にならなくなり、手元がくつきりする感じになつたんです！」

わたしは普段メガネをかけて本を読むのですが、美容院では必ずメガネを取るよう言われるんです。

ですが、最近はメガネなしでも週刊誌を読むのが楽になつた感じがしています。

福室様「実は、わたし三日坊主で：堀「素晴らしいですね。」

わかさ生活さんのサプリメントをこんなに続けられるなんて思つてもみませんでした。でも、なんでだろうと考えたときに浮かんだ理由が3つあります。

1つ目は北欧にて自分たちの目で品質を確認している安心感。2つ目はセルスの電話がかかってこないから

Happy 体験談

手元、くつきり！ メガネなしで週刊誌を読んでいます

東京都日野市在住
『ブルーベリーアイ』
『わかさのルテインα』
『わかさのヒアルロン酸α』
ご愛飲歴15年
ご愛飲歴8年
ご愛飲歴1年



→ 読書が大好きな福室様

不自信を抱かず信頼できること。3つ目は従業員の方が明るく社風がいいのが伝わってくること。わかさ生活さんが好きだから続くんだと思いました。あと、商品と一緒に送つてもらう同封物はしつかり読んでいます！

実は堀さん（上部写真右）のことも4月の『Happyわかさ生活』で知りました。電話でお名前を聞いた時に“あっこの人だ”と思いました。お客様の取材の記事でしたが、まさかうちに本当にくるなんて、と驚きました！ わかさ生活さんの同封物は従業員の顔が見えるものが多くて安心できるんですね。

武田「ありがとうございます。今後もお客様から愛される商品・サービスをお届けしてまいります。」



『6月Happy体験談』担当
たけたりさ
武田 理紗
(2015年入社)

あなたとわかさ生活とのエピソード大募集！ 4ページの脳トレクイズと一緒に声をお寄せください♪

【ひと言コメント】

入社して丸4年が経ち、これまでにたくさんのお客様に直接お逢いし、わかさ生活や商品にまつわる様々な感動的なお話を聞きしてきました。今後もお客様の声に耳を傾け、喜んでいただけるサービスをお届けできるよう取り組んでまいります！



「Happyわかさ生活」は環境に配慮して古紙を含んだ用紙を使用しています。

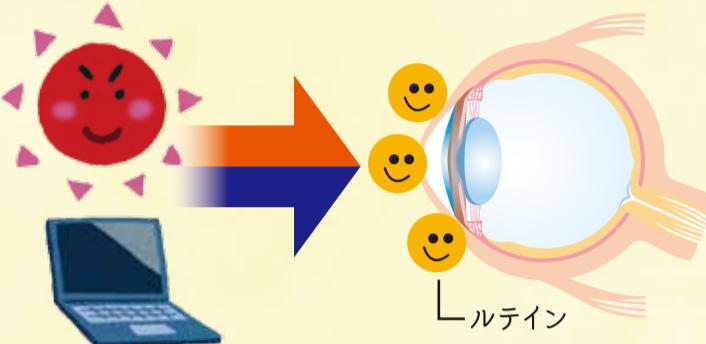
今月のコラム

紫外線対策法

美容と健康の大敵「紫外線」は、一年のうち6～8月頃にピークを迎えます。お肌の日焼け対策をされている方は多いと思いますが、実はそれだけでは健康維持には不十分なのです。

「瞳」と「光」の関係

物にあたつて反射された「光」が目に届くことで、私たちは「物を見て」います。しかし、光とともに紫外線も入ってきてしまうため、長時間日差しを浴びていると目の充血や痛み、さらには視力低下や病気を招くこともあります。



- 日陰に入る
- 内側からも
しつかり
- 紫外線対策を！

日陰の紫外線量は日なたの約半分とされています。

ることで吸收量が150%にアップ。「ビルベリーエキス」とご愛飲で吸収量がさらに高まります。外側からも内側からも紫外線対策してイキイキと夏を楽しみましょう。

防ぎきれない紫外線ダメージには、内側からのケアも大切です。

特に、「天然のサングラス」と呼ばれる「ルテイン」は、紫外線などにより発生する活性酸素を除去する働きがあり、意識して摂ることがお勧め。

もともと体内に存在している「ルテイン」は加齢により減少するうえ身体では作ることができないため、含有量の多い緑黄色野菜を積極的に摂り、さらにサプリメントも併用するといいでしょう。

『わかさのルテインα』は高純度ルテインをナノ(超微細)化す

- 帽子をかぶる
- サングラスをかける
- 頬に密着し、UVカット率が高い、レンズの色が薄いもの。

UVカット加工がされていて、白より黒いものの。
UVカット加工がされたもの。



「お酢」は疲労回復や血圧低下、血糖値上昇の抑制、便秘解消などの働きが知られていますが、中でも「黒酢」のアミノ酸は一般のお酢の約10倍もあります！アミノ酸は新陳代謝を活性化させ血行をスムーズにしたりデトックス効果を高める働きや、肌の老化原因のひとつ紫外線によるダメージをケアする働きもあります。さらに、プロリン・アラニン・グリシンなどのお酢に含まれるアミノ酸はコラーゲンの主成分で、まさに美肌ケアにピッタリです！

他にも、クエン酸など

「お酢」は疲労回復や血圧低下、血糖値上昇の抑制、便秘解消などの働きが知られていますが、中でも「黒酢」のアミノ酸は一般のお酢の約10倍もあります！アミノ酸は新陳代謝を活性化させ血行をスムーズにしたりデトックス効果を高める働きや、肌の老化原因のひとつ紫外線によるダメージをケアする働きもあります。さらに、プロリン・アラニン・グリシンなどのお酢に含まれるアミノ酸はコラーゲンの主成分で、まさに美肌ケアにピッタリです！

また、7月は夏季限定で『京の厳撰黒酢』の販売を予定しています。さわやかな味わいが大変好評となっていますので、ぜひ楽しみにお待ちくださいね。紫外線の強い夏を「黒酢」で元気に乗り越えましょう！

オススメ成分

紫外線が強い 夏にぴったりの 「黒酢」！



香りの コラム

心や体を健やかにしてくれる ブルガリア産ダマスクローズ



6月はバラのシーズン。イキイキと心豊かな日々に寄り添うローズの魅力をご紹介します。

ブルガリアは世界でも有数のバラの産地。香水などに使う香料としても多くの国へ輸出されています。そんなブルガリアには四季があり自然が豊かなだけでなく、アジアの文化に影響を受けたエキゾチックな魅力もあふれる国です。

首都ソフィアから東へ約140km(車

で2時間弱)、ブルガリアの中央部にダマスクローズの故郷「バラの谷」が広がっています。ここはバラの生育に大変適した土地で、その自然の恵みが優雅で魅力的なダマスクローズを育てています。

「バラの谷」では5月下旬から6

月上旬の収穫時期に「バラ祭り」が行なわれます。祭りの間は音楽と香

りが町中に溢れ収穫に感謝します。ブルガリアの人々はバラに親しみを感じ大切に育てています。

貴重なローズオイル

現代は便利で快適な生活を送れる反面、人間関係や仕事などが原因でストレスを抱えている人も多く「ストレス社会」といわれています。ストレスで疲れた脳は上手く情報伝達ができなくなり、体への指令が乱れバランスを崩してしまいます。ローズオイルやローズの香りには心や体を健やかに導いてくれるチカラがあります。心をリラックスさせて緊張を和らげてくれるのです。ローズの香りを取り入れてイキイキと充実した健香生活を送りましょう。

香りの持つ力

香りは脳の考える部分を通して、心と体へ働きかけてくれます。



**ソフィアローズ
Sofia Rose**
ソフトカプセル 1袋31粒入り(約1ヵ月分)
通常価格 1,980円
全国どこでも送料無料
今回ののみご注文 定期お届けコース
1,980円 1,782円

0120-603-111

受付時間 7:00~21:00 年中無休
ご注文の際は〈0613〉とお伝えください。

ご注文
ご相談は
こちら



里美なか子様（57歳）
東京都品川区在住
『ソフィアローズ』ご愛飲歴9年

※商品を飲まれた時の感じ方は人それぞれです。

わかさ生活は、創業当時から
目の総合健康企業として、
目に関する研究を行っています。
研究と開発を繰り返す中で、
目と脳の密接な関係に着目しました。

今回は脳の働きにも影
響する「野菜やキノコ類」
のご紹介です。

緑黄色野菜には動脈硬化の原因となる活性酸素を抑える作用(抗酸化作用)を持つたβカロテンやビタミンC・ビタミンEなどが多く、情報伝達を促進するDHAの酸化を抑えるのにも役立ちます。

また多くの野菜やキノコに含まれる食物纖維が脳にとつて重要な働きをします。

食物纖維が腸内細菌のエサとなり、善玉菌が増えて腸内環境が整うと神経細胞を活発にする効果

も期待できるのです。
食物纖維には不溶性と水溶性がありますので、バランスよく摂りましょう。



脳の コラム

続編として摂りたい ブレインフード



引用元:あたまナビ

「あたまナビ」でも脳の健康レシピを
ご紹介しています♪
詳しくはあたまナビ
検索



**クイズ正解者の
中から抽選で50名様に
プレゼント!**
マイクロファイバー
バスタオル「柔糸」
※色はお選びいただけません。



脳トレクイズの答え、郵便番号・ご住所・お名前・お電話番号・メールアドレス・本号で興味を持たれた記事をご記入の上、ハガキでご応募ください。正解者の中から抽選で**50名様**に柔らかい肌触りで水分をサラッと吸収してくれる**マイクロファイバーバスタオル「柔糸」**をプレゼント!

応募締切

2019年
7月15日(月・祝)
当日消印有効

この中から四文字の単語を抜き、
残った文字を上から順に
読んでください。

PRESENT

れ	は	ん	か	ち
あ	ん	し	ん	い
わ	に	ん	じ	ん
ぎ	ん	な	ん	

脳トレクイズ

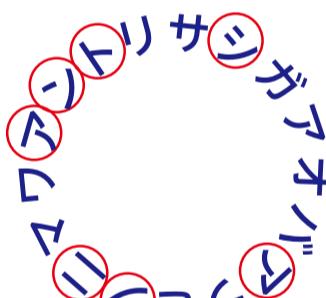
クイズに答えて
プレゼントをあてよう

ヒント：ルテインがたっぷり含まれる食材もあるよ。

5月1日に新しく
変わったもの。

答え

--	--	--



Happyわかさ生活
3月号の答え
→アントシアニン



ご意見
ご感想も
お待ちして
います

わかさ生活スタッフ
にしら さやか
西原 彩

62 600-8008

京都市下京区
四条烏丸長刀鉾町22
Happyわかさ生活
2019年6月号アンケート係

郵便番号・ご住所
お名前・お電話番号
メールアドレス

①「脳トレクイズ」の
答え

②興味を持たれた記事、
ご意見・ご感想など
あなたとわかさ生活との
エピソードなども
お待ちしています!!

応募方法

当選結果は商品の発送をもって、かえさせていただきます。
ご提供いただいた個人情報はより良いサービスを提供するために社内においてのみ活用し、ご本人の同意を得た範囲以外では利用いたしません。
また、そのための措置を講じます。当社からご本人に有益と思われるサービス、催事、イベントや商品の情報を電子メールや郵便物にて送らせていただく場合がございますが、お申し出があればこのような情報の送付を中止いたします。

たくさんのおたより、ありがとうございます!

Happyわかさ生活 4月号のお声くあなたと『ブルーベリーアイ』のエピソード

青森県在住の60歳代（女性）

ブルーベリーが大好き！

60歳になっても老眼鏡いらず♪

生のブルーベリーが大好きで夏に直売所や道の駅に並ぶのが本当に楽しみです。こんなブルーベリー好きの私が『ブルーベリーアイ』を飲み続けられて、幸せに思っています。もう62歳になりましたが、目の勉強も老眼鏡なしで頑張っています。

宮城県在住の70歳代（男性）

良い意味でメガネをかけ忘れるように♪

2、3カ月前あたりから出かける際にメガネをかけ忘れるようになりました。バスに乗つてからずり落ちるメガネを戻す仕草をして、かけていない事に気づくこともあります。これも『ブルーベリーアイ』のおかげでメガネが必要でなくなったということでしょうか。本当にありがとうございます。

宮城県在住の50歳代（男性）

『ブルーベリーアイ』との出会いに感謝

部署異動がきっかけでよくパソコンを使うようになり、夕方になると目がしばしばする毎日でした。そんな時『ブルーベリーアイ』のチラシを見て早速注文しました。飲み始めた日から感激したことを覚えています。今後も飲み続けていくつもりです。