

2020年、皆さまにお届けするのは 選べる **カレンダー** です!

ブルブルくん
カレンダー
かわいい!

やっぱり
北欧の写真が
いいな~

目の勉強や
運動が
できるのね!

毎年大人気のわかさ生活カレンダーの2020年版は、3種類の
カレンダーを制作中です! 定期お届けコースの皆さまへ感謝を
込めて作っています。どれか1つ選んでください! ね!

選べるカレンダー申込みハガキを同封しておりますので、そちらをチェックしてお送りください!

※締切日までにハガキが届かない場合は、いずれか1種類を選んでお届けいたします。
※カレンダーは制作中のため、デザインはイメージになります。

一人でも多くの方が視力を取り戻せるように **アイバンク活動に 取り組んでいます**

角膜移植の希望者は日本中に約2~3万人。
しかし、移植を受けることができる方は
1年に約2千人程度ということをご存じでしょうか?
わかさ生活は2008年より11年間にわたり、
目の大切さや角膜移植について知ってもらうために
アイバンク活動を行ってきまして、毎年感動の
嵐をよぶミュージカルは、今年から新しい物語に
生まれ変わり上演されます。10月目は目の愛護月間、
皆さまもこの機会に『見える』ことの幸せや
目の大切さについて考えてみませんか★

アイバンクミュージカルについてのお問い合わせはコチラまで ☎ 0120-132-034 受付時間 9:00~18:00

現在25,000人の方が利用されています♪

LINE **わかさLINE**

わかさ生活の最新情報がわかると
大人気の『わかさLINE』♪
「楽しい情報が届いて嬉しい!」と
お喜びの声もいっぱいですヨ!
まだお友達になっていない方は、
ぜひなってみてくださいね!

こちらのQRコードから友達になります

同封のチラシで詳しく
説明していますので、
そちらもご覧ください!

脳の休息と睡眠

睡眠不足になると、元気がなくなったり
イライラしたりしませんか? 原因は、体だけでなく、
脳が休息を求めているからなんです。睡眠不足が
長く続くと脳の機能が低下し、認知機能に影響を
与えてしまいます。また、記憶力や判断力が
低下するだけでなく、時にはうつ病などの
病になりやすくなってしまうことも。
睡眠を「魔法の薬」という人もいるほど。
睡眠の質を高めるために自分に合った枕を
選ぶことは大切です。脳や体を若く健康に
保つために良い睡眠をとっていきませんか?

第35回 クイズ甲子園

問題 空欄にひらがなを1文字ずつ入れると、2つの単語ができます。
A~Cの空欄に入る文字を並べると、ある言葉になるよ!

い に ち
っ
か よ
じ
つ べ

(例題) す い み ん
↓
睡眠 と スワン ができる

答え A B C

脳トレクイズや脳活をサポートする「あたまナビ」もホームページから見られますよ!

日ごと月ごと進歩しています

長い梅雨明け、厳しい暑さが
続く日々ですが、皆さまはお変わり
ございませんか。

私は5月10日に発病して、
100日が過ぎましたが、「日進月歩」で
目の状態は改善して来ました。
突然、人や物が二重に見えてしまい、
右側を見ようとすると左目が動かし
斜めに曲って見えるため、杖を使い
人に助けを借りないと歩けませんでした。
今は50%ほど回復したかと思えます。

100日間、毎日続けたことは、
病院のビタミン剤と磁気枕です。
磁気枕を売りたい為、この文章を
書いている訳ではありません。
ただ、私には「合った」と思います。

人は人生の半は睡眠を
しているそうです。
そのお供をする枕や布団は
とても大切です。
今回のことで改めて
そう思いました。

今は、娘の運転する車で
祖母の墓参りできることに
感謝です。

2019年8月16日
わかさ生活 社長 角谷素雄

※社長の闘病生活の詳細は、わかさ生活ホームページの「社長ブログ」で読めますよ!

あたまには ツボがいっぱい

あたまにもたくさんのツボがあり、足元のツボと同じように全身に
繋がっています。ツボを刺激し、血の流れや気の流れを良くすることで
自然治癒力を高めたり内臓の働きを良くするといわれています。

ツボ刺激はなぜ良いのか?

東洋医学では、病気をしたり体調不良になるのは、全身の気や血が滞るためだと
考えられています。この気・血の流れの経路にあって、身体に調整が起きる
と触れたときに痛みなどの反応が現れる場所が(経絡・経穴)です。
ですので、ツボに刺激を与えると、それが経絡に通じて、気・血の流れが円滑に
なり、内臓などの臓器の働きを促進するといわれています。
人間の身体にはツボが365か所あり、あたまにも多くのツボが存在し
ています。それらをうまく刺激することで、ある程度の体調不良を改善し
ていくことができます。特にあたまのツボは全身をほぐす効果があり
ます。しかし、人それぞれ頭の形や硬さが異なるツボの位置を探す
のが難しいので、マッサージや磁石の力で身体の血流を良くする
ことが大切です。

社長愛用の 「光の扉」枕

わかさ生活 社長は、突然目が二重に見え、頭がぐらぐらする症状となり、医師からは一人歩行
禁止や乗り物禁止の指示を受けました。そんな社長を救ったのが、マンガ「光の扉」でも
登場した磁気枕でした。その磁気枕とはどんなものなのか、ご紹介させていただきます。

寝ているときに
血行を促進!!

その秘密は内蔵された24個の永久磁石

独自の配置で
95mT(950ガウス)の磁石を
埋め込むことにより、
血行を促進しコリを
改善します。

カベの中

あたまや
首・肩にしっかり
磁石が配置

医師監修認定番号
221AKBZX00169000
サイズ横 35×奥 50×厚さ 4~6cm

血行を良くすることで
睡眠の質が上がる

あたまには、血管や筋肉が
張り巡らされています。
あたまに疲れが溜まっ
てくると血行不良になり、
足などと同じようにあたま
もむくみやコリが生じます。
すると、マッサージして
も解消できなかったり、
眠りが浅くなったりする
ことも。
血行を良くすることで
睡眠の質が高まり、からだ
全体の健康に繋がります。

定期お届けコースをご利用中の方だけの感謝価格

通常価格 12,800円 (税込) 40% OFF 7,680円 (税込) 送料 550円

ご希望者だけへの「受注生産」となります

ご注文いただいた日から、1つひとつ丁寧に作っていき
ますので、お届けには30~50日ほどかかります。

同封のチラシについているハガキでご予約ください!

わかさ生活 社員 絵日記

vol.26

「みんなの寝る習慣」をササヤマナツ

わかさ生活 クイズ No. 250

今回のクイズの正解者の中から
重慶録湯浴で、疲れも和らぐぐすり
眠れる♪『わかさの湯浴(9録)』を
300名様 にプレゼント!!

ご応募は「ハガキ」かホームページで
お願いします♪右のQRコードから、
わかさLINEでもお答えいただけます♪

☆当選者の発表はプレゼントの発送をもつて
かえさせていただきます。

問題 中面のクイズ甲子園の答えを
ハガキに書いてご応募
ください! ね!
書き方は下記をご参考ください。

応募ハガキの書き方

応募〆切は、2019年
10/15(火)消印有効です

切手 600-8008

京都市下京区
四條烏丸長刀鉈町22
わかさ生活
わかさニュース(250)

応募の答え
▶お名前
▶郵便番号
▶ご住所
▶電話番号
▶何か一言書いてください

(おもて) (うら)

第33回 クイズ甲子園の答え

答えは
せいかつ
(生活)
でした!

わかさ生活の社会貢献活動 フルーベリ-リボン

一縁のeye基金 累計額 203,004,037円

わかさ生活では、お客様からご注文
いただいた商品1袋につき1円を寄付金を
「一縁のeye基金」に積み立て、社会
貢献活動に活用させていただいております。

ご協力
ありがとうございます