

若々しく健康的な生活を提供する

わかさ生活

2020 | 6月号

創刊号

特集

家族で出来る ウイルス対策

専門家に聞く！

ウイルスに負けない体とは

今日から出来る！

 目をウイルスから
守る方法

 体の免疫力を上げよう

免疫力アップ
レシピ



今、開いているこの冊子

実は 抗菌 されています

ご存じですか？

ウイルスのこと

菌と違うの？

細菌やウイルスが原因の病気は感染症と呼ばれます。細菌やウイルスが似たようなものだと思つていませんか？実は、サイズも特徴も全く違います。

細菌は、体（細胞）を持っている生き物。有害な細菌は、ヒトの体に入り込み細胞の増殖を繰り返して病気をおこします。細菌が原因の症状の場合は、病院で「細菌」をやつづける抗菌薬が処方されますが、抗生素が処方されると、世界的に猛威を振るう新型コロナウイルスには、特效薬やワクチンがまだありません。身を守るために、感染経路を断つことや免疫力を上げなどの予防対策が大切です。

一方のウイルスは、細菌と違い体（細胞）を持ちません。大きさも細菌の約10分の1～100分の1ほどです。自分の体を持たない代わりに、ほかの生き物の細胞を乗っ取ることで増殖します。菌とは違います。

い・抗議薬が効きません。

世界的に猛威を振るう新型コロナウイルスには、特效薬やワクチンがまだありません。身を守るために、感染経路を断つことや免疫力を上げなどの予防対策が大切です。

大きさの比較 [1μm=0.001mm]

	ひまつ 飛沫	PM2.5	細菌
[3.0～5.0 μm]	[2.5 μm]	[1.0 μm]	

新型コロナウイルス
[0.1 μm]

インフルエンザウイルス
も同様の大きさ

花粉
[30.0 μm]

人の髪の毛の
直径の
約3分の1

日本衛生材料工業連合会の資料をもとに作成

表紙と裏表紙が
抗菌されています！



有機無機混合抗菌剤用・印刷
印鑑
JP0122421A00010
SIAAマークは
抗菌効果と安全性を
証明するマークです。



夏が近づくにつれ、

日本は湿度が高くなり菌類が繁殖するには最高の環境となります。この時季に食中毒などによる体調不良が増えてくるのは、

目に見えないうちに大量に増えているから。

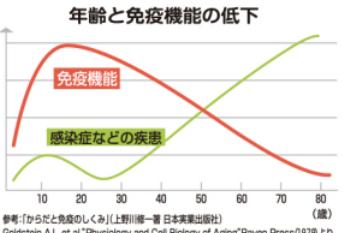
病気の予防には、原因となる菌を寄せ付けないこと…

繁殖させないこと…が大切。

どうして…その理由は？

病気にならない体を作るには？

その秘密を今度の「わかさ生活」で紹介していきます。



参考「からだと免疫のしくみ」(上野川春一 日本文庫出版社)
Goldstein A.L. et al. "Physiology and Cell Biology of Aging" Raven Press (1979)より

「免疫」とは体内に「ウイルスなどの病原体が侵入してきた際に、それを受け払い払おうとする能力のことです。まず、外部からの侵入者が何者であっても先行して働くのが「自然免疫」。この「自然免疫」が侵入者と闘っている間に体内では、侵入者にびつたりくつりてやつけるオーダーメイドのたんぱく質「抗体」が作られます。

一度「抗体」が作られるといしばらくの間は同じ病原菌が侵入してもすみやかに退治することができます。これが「獲得免疫」。新型コロナウイルス専用の「抗体」を大量に作るようになると、効率的にウイルスを退治でき、症状が重くなりません。この状態を人工的に作るのがワクチン接種です。

現在、予防のためのワクチンや特効薬のない新型コロナウイルスから体を守るには、先行して働く「自然免疫」を高めることが重要になります。

免疫力は20歳前後をピークに低下すると言われていますが、生活習慣や食生活によっても変化します。さまざまな病気のリスクを下げ健康を維持するためにも、規則正しい生活を心掛け、免疫力アップに役立つ食事や運動を意識しましょう。



専門医監修
大阪大学大治療院医学系研究科
臨床遺伝子治療学 審附講師

森下竜一教授

2003年に日本で初めて「遺伝子」の名前を冠した遺伝子治療の研究室を立ち上げ、遺伝子治療の実用化に向けて世界に先駆けた研究を行っています。
現在は、阪大発バイオベンチャーのアンジェニエスと共同で新型コロナウイルス専用ワクチンを開発中。ローマワクチンは開発までの時間の短さや安全性、大量生産が可能なこと大きな期待が寄せられている。7月にはヒト臨床試験を実施する予定。

ウイルスと 闘うために

今、話題の免疫力とは？

めんえきりょく
**免
疫
力**



新型コロナウイルス感染者の中には、重症化する人がいる一方で、感染しても症状の軽い人やほとんど症状がない人もいれば、同じ環境にいても感染しない人がいます。もちろん、基礎疾患が影響する事例も多くあります。この違いは免疫力が大きく関係するのではないかと考えられています。



ウイルスに 負けない体とは



1

タオルを両端で持ち手を前に伸ばします。息をゆっくり吐きながら、右側に回転しておきます。



1

タオルの両端を持ちます。足は肩幅に、お腹に力を入れて胸を張って背筋を見ます。



2

息を吸いながら正面に戻り、吐きながら次は左側にこれを3回繰り返します。



2

息を吸いながら腰を上に上げます。吐きながら右から左へと下ります。これを3回繰り返します。

体温を高める ストレッチ



実践 今日からできる

知る

免疫力アップに役立つ食材

体温を高める食材

免疫力アップの体操を動画で見る
スマホ・PCから わかさ生活 YouTube



体の免疫力を上げよう

**体温を1度上げると、
免疫力5倍アップ**

(※1)

皆さん、毎日体温を計りますか？

体温は免疫力に関係するといわれており、体温が上がると免疫力は高まり、下がると低下するとされています。

実は50年前比べて日本人の平熱は約0.4度も下がっています(※2)。現代は運動不足や過度のストレス、冷たいものの取りすぎなどで、いつも間にか体を冷やしてしまっているのかも。現代人は体温が低い。実はあなたもそうかもしれません。

腸は、免疫力をつかさどる器官としてとても重要な役割を担っています。体内に存在する免疫細胞のうち、なんと約70%も腸に存在しているといわれています。つまり、腸の健康を整えることで免疫力アップが期待できます。

また、免疫力が低下すると病原菌やウイルスへの抵抗力が弱まってしまいます。病気に負けない体づくりを目指して、運動やストレッチ、食事内容などに気を配りていきましょう…

**腸内環境を整えて
免疫力をアップ**





- 1** 眼鏡が入らないように
メガネやサンクライアスで
ガードする
- 2** 家族間で
目薬やタオルなどは
共有しない
- 3** 手で目を
洗っていない
手ではない、
さわらない、
じすりしない
- 4** 目もと専用の
洗浄剤で
目もとを
清潔に保つ
- 5** 家族での
買い物など
(人混みへの)
外出は控える



目のウイルス対策

新型コロナウイルスも原因と考えられる結膜炎などの
目の病気は、目から目への感染の強さ、
リスクについてはまだわかつていません。
だからこそ、目からの感染リスクにも
注意しましょう。

実践 家族で始めよう



ウイルスだけじゃない!
2人に1人は※
目もとに「まつ毛ダニ」が!



実は、新型コロナウイルスは目の
粘膜から感染が疑われる事例も報告
されています。
粘膜といえども、鼻の中、鼻の中
が一般的ですが、鼻の奥に入った部分
はマスクで覆つてあることも多く、
意識して予防に取り組んでおられ
るのではないでしょうか。
しかし、ほとんどの人が出で
こなっている粘膜が一ヵ所あります。
それは、「目」です。

そのため、マスクの着用に加えて、「目」も
徹底やマスクの着用に加えて、「目」も
ウイルスから守ることが感染予防
には大切だと思います。

目からも ウイルスが入る?!

目はむき出しの臓器



目とウイルスの情報をもっと
詳しく知る
メノコト
スマホ・PCから
メノコト365



みのく研究室
大江 純美
医師・看護師・歯科衛生士による
最新の研究発表

眼科医・看護師
医療技術者による
最新の研究発表

最新の研究発表

最新の研究発表

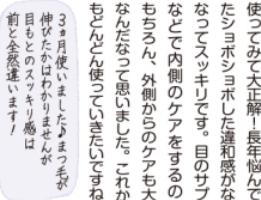
最新の研究発表

最新の研究発表

最新の研究発表

今だからこそ
使いたい!
対策アイテム

目もとを洗う アイシャンプーで 綺麗さっぱり!



体験レポート ダニや埃、 さらに困っていた 花粉も綺麗に洗える♪

私はもともと花粉症がひどく、そのせいか目も疲れやすくなることが多かったので、「アイシャンプー」を知った時、「これって私の悩みを解決してくれる商品かも」とすぐ試すことを決めました。

使つてみると正解!長年悩んでいたショボショボした違和感がないなってスッキリです。目のサブリなどて内側のケアをするのはもちろん、外側からのケアも大切なことだなって思いました。これからもどんどん使っていきたいですね!

3ヶ月使いました。まつ毛も目もとのスッキリ感はまるで全然違います!



目もとを清潔にする
「リッドハイジーン」
リッドハイジーンとは日本でも近年注目を集める「目もとの清潔」を表す言葉です。目もとやまつ毛をキレイに保つ「アイシャンプー」を毎日使って、スッキリ清潔な目もとを目指しましょう。

まつ毛の 美容成分を 配合

低刺激で
目にしみ
にくい



こんな方は
わがまま生活の
川久保恵美です。
目にかかる悩みの
ある私が3ヵ月
試してみたので
紹介しますね

川久保恵美(53歳)
OK

噂によると、このアイシャンプーで
目もとが清潔になつたおかげで、まつ毛
の調子が良いという声も…!
ですが、「アイシャンプーロング」と
いう名前だけはありますね♪
これは、徹底的に調査をするしかあり
ません。さっそくスタッフがいち早く
体験してみました!

目もとの対策で、わがまま生活が見つけ
たのは、目もとを洗うアイシャンプー。
目もとの花粉や埃、さらにまつ毛タニ
などで汚れた目もとを綺麗に洗い流して
くれます。

今だからこそ
使いたい！
対策アイテム

生きて腸まで届く ビフィズス菌で 腸内環境を整える

腸は体の根っこといわれるくらい、
とても重要な部分です。こんな時だから
こそ、しっかりとおなかの環境を整え、
強い体づくりをしていきたいですよね。

そこでおすすめしたいのが、「わかさ
の乳酸菌1000億」。実は、社内でも
人気の商品で、何年も前からずっと愛
飲しているスタッフもたくさんいます。
美味しいだけではなく、おなかスッキリ
の実感の声も多数お寄せいただいている
ます。その人気の秘密を飲んでじる
お客様に聞いてみました♪



体験レポート

りんご味で美味しい！

乳酸菌のおかげで 毎日元気！

やっぱり何と言つても、りんご味でボリ
ボリ食べられるのが魅力です。しかも、見
た目がくる層でかわいい♪ 実は、この3層には
意味があって、空気に弱い乳酸菌をりんご
ボリフェノールが守っているんですって。こ
こだわりぬいた商品だからこそ、安心して
飲めますよね。

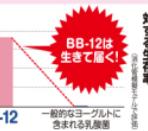
私ははじめから、お通じが気になつて常におな
がが張つてしましました。ヨーグルトなど食べても
まったく効かない…。で

すが、今ではスッキリしな
い日々はないくらい調子が良
いです。おかげで調子がよ
くなつてから、とくも元気
になつたように思います。

実証あるこだわりの 乳酸菌を使用

体の根幹を支える大切な腸に力強い
乳酸菌を届けたい—と数多くの乳酸菌
を調べて見つけたのが、ビフィズス菌
[BB-12]です。一般的な乳酸菌は胃
酸に弱く、腸にたどり着く前で死んで
しまいますが、「BB-12」は、生きた
まましっかり腸に届いて体内環境を整
えます。世界でもっとも研究されて
おり、その発

表回数200回以
上。世界
のある安全性
の高いビフィ
ズス菌です。



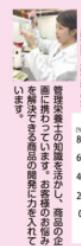
おなかの環境を考えた 4つの乳酸菌



● わかさの乳酸菌1000億
タブレット
1袋62粒入り約1カ月分
本体価格
2,210円+税



「わかさ生活調べ
16分位毎にヨーグルト約1kg分の乳酸菌を凝縮！」



※商品を使つた時の感じ万能な人ですね。
※「年齢は、取材時のものです。」



管理栄養士 田中美穂

管理栄養士の相談所を活かし、お客様からのご相談や悩みにお応え、提案する「わかさ生活のプロアドバイザー」。

「ターメリック」と聞くと馴染みがないかもしれません。しかし、これが健康に良いといわれる秘密は、ターメリックの健康効果にあると考えられます。

カレーが健康に良いといわれる秘密は古くから漢方薬にも使用され、別名「命のスパイス」と呼ばれています。食物繊維や抗酸化物質(活性)に対抗する物質が豊富に含まれ、多くの健康効果が期待されています。インド人の一Qの高さや健康の秘密はターメリックにあるかも知れません。

“命のスパイス” ターメリックの魅力



中西味希(41歳)

「ターメリック」と聞くと馴染みがないかもしれませんが、健康成分として知られる「ウコン」のこと。ターメリックは古くから漢方薬にも使用され、別名「命のスパイス」と呼ばれています。食

物繊維や抗酸化物質(活性)に対抗する物質が豊富に含まれ、多くの健康効果が期待されています。インド人の一Qの高さや健康の秘密はターメリックにあるかも知れません。

セレブの間で
密かに
大流行

美味しくって健康と美容に
良いって最高です！

チャイのような味わい！

えー！ターメリックの飲み物？って思われた皆さん、これがハリウッドのセレブたちがこぞって飲むほど、健康＆美容効果も期待できるんですよ♪

そもそもコーヒー・紅茶もよく飲みますが、これがはスパイシーで効いていて、香りも味も良く飲みこなせます。本当に美味しいです。

ターメリックの他にも、アーモンドミルクや

生薑、シナモンなどつけて一度に色々なス

タイスが取れるからか、飲んだ後はお腹が温

まるような気がします。色がキレイなので、

大好きなお菓子作りにも使

えて、もう一度挑戦してみようと思います。

わかさ生活スタッフ

本体価格 3,560円+税

税込価格 1,998円+税

1袋 270 g 約20杯分

顆粒タイプ

1袋 135 g (約10杯分)

黄金のラテ

本体価格 3,560円+税

税込価格 1,998円+税

1袋 270 g 約20杯分

粉末タイプ

本体価格 3,560円+税

税込価格 1,998円+税

1袋 270 g 約20杯分

粉末タイプ



● コーラルテン ラテ



夏野菜のキーマカレー

◀作り方を動画でチェック



ウイルスに負けない体をつくろう 免疫力アップレシピ

材料(2人分)

★カレー粉 大さじ2

★コーン油 小さじ2

★鶏むね肉 小さじ1

★マヌカハニー 小さじ2

★まろやか卵 50 g

★塩にじみょう 少々

カットマッシュ 200 g

・卵 2個

作り方

①ボウルに合挽き肉、みじん切りにした玉ねぎ、トマト缶の汁を入れ、混ぜる

②

ラップをかけて60Wのレンジで5分加熱し、取り出して混ぜる。

③

玉ねぎのヘタを落として横半分に切って、かけ60Wのレンジで5分加熱する。

④

レンジから取り出し、解凍しておいた枝豆を入れてさっくり混ぜ合わせて

⑤

できあがり、好みで玉ねぎをトッピング(トッピング用)

メモ

お好みでバセリを振っても良いです。



Instagram投稿キャンペーン

締切 2020年7月10日(金)

免疫力アップのレシピを投稿してプレゼントを貰おう！

(プレゼントの内容はインスタでチェック！)

ステップ1

わかさ生活公式

アカウントを検索

@wakasaseikatsu_official

まずは、ここをタップ！

上記のデータを入力して検索！

ステップ2

メソコトLife@わかさ生活公式

をフォロー

メソコトLife@わかさ生活公式

をフォロー

ここをタップしてフォロー

ステップ3

免疫効率アップのお料理

写真を撮って投稿

メソコトLife@わかさ生活公式

をフォロー

ここをタップしてフォロー

ステップ4

#わかさ生活

#免疫効率アップレシピ

2つのハッシュタグをつけて投稿！

当選された方には公式アカウントからダイレクトメッセージにてお知らせします。

若々しく健康的な生活を提供する



1998年4月に創業した【わかさ生活】は今年で22周年を迎えました。

【わかさ生活】という社名は、22年前

「若々しくて健康な生活を提供したい」という理念を略して命名したのですが、当時の社員に「わかさ生活」と発表したとき、「ええ~!」と大声をあげて全員に反対されたことを今でも覚えていました(苦笑)。

新しい会社の「理念と在り方」について想いを込めて伝えて、「ひら坂名と漢字の組み合わせはヘンですよ」「カッコ悪くて名刺とか出せません」など、ダチヂクと言われました(笑)。

それでも私は、「そのカッコ悪い名前を、ヘンな名前を、5年後には有名にしようよ!」と言い、押し通しました(笑)。ちなみに「ブルーベリーアイ」という商品名も、かなり反対されました(笑)。

このたび22周年を機に、新たな取組みとして「健康雑誌」を全国の書店で発売することとなりました。その名は【若々】です(この冊子の最終ページもご覧ください)。今年は夏・秋・冬の季節号ですが、来年には毎月発行を目指しています。

今、私はサブリメントを作るだけでなく、健康業界での40年の経験から、健康に関する本や人生に役立つ本、漫画などを執筆しています。私の経験が世のため、人のために役立つのならとても嬉しく思います。



わかさ生活の「ブルーベリーアイ」は日本中の1,000医院以上で取り扱っていただいているのですが、その中でご縁した眼科をはじめ、内科、脳外科、整形外科、皮膚科、歯科、美容関係などの医師の方々に、「雑誌若々」の原稿や監修に尽力をいただいています。

もちろんわかさ生活社内にも管理栄養士、薬剤師などもたくさん在籍していますので、必ず良い健康雑誌に成長すると信じています。

創刊号は「ウイルスと免疫力アップ特集」です。テレビでも取り上げられた新型コロナウイルス

のワクチンを研究されている大学教授への独占インタビュー、テレビやネットで心配されていたコロナウイルス感染から完治し退院された華名人との対談も掲載していますので、お楽しみにお待ちくださいね。

また、秋には京都に【Wakasa Book's】という「健康」をテーマにした本屋さんの1号店オープンを予定していますので、こちらもお楽しみに!

健康業界での40年の経験から、健康に関する本や人生に役立つ本、漫画などを執筆しています。私の経験が世のため、人のために役立つのならとても嬉しく思います。

株式会社
わかさ生活
社長 父
角田謙知



続けてくださって
いる方への
お楽しみ企画

続ける方への特別サポート

40万家族が選んでいる! 定期お届けコース

1 送料無料

配送方法に関係なく、定期お届けコースの商品は送料無料です。



2 毎回注文 いらす

一度申し込みば、毎回注文する手間がいりません。飲み忘れの防止にもなります。



3 いつでも 割引価格

「続けてお得割引」により、定期の初回からでも10%OFFとなり、お得!さらに2袋以上なら「袋数割引」もプラスされてさらに割引になります。



4 いつでも 中止・再開OK

もし溜まってしまっても、おやすみ期間をとることができます。
再開の時には同じ割引率から始められます。



送料変更のお知らせ

7月1日より 郵便110円 宅配便330円 に変更します。

定期お届けコースでのご注文商品は、これまで通り 送料無料 でお届けいたします。

送料についてのお問い合わせは
0120-132-061

【受付時間】7:00~21:00 年中無休

※ 定期お届けコースをご利用中の場合も、「今回のみ」で商品をご注文いただくと別途となり送料がかかります。

※一部対象外の商品がございます。

応募券を集めて

若々

わかわか



をもらおう!

冊子についている応募券3ヵ月分を集めてご応募ください。

今月

7月

8月

見本
応募券
合算額
免疫力
6月号
2020年6月1日

7月の冊子
わかれ生活に
付いている
応募券

8月の冊子
わかれ生活に
付いている
応募券

応募者全員に、
新・健康雑誌
「若々」をプレゼント!

締切 2020年9月10日(木)



応募の方法は
8月の冊子「わかれ生活」で
お伝えしますので、
それまで大切に保管ください。

この応募券を
3枚(6・7・8月)
集めてね!

応募券
合算額
免疫力
6月号
2020年6月1日

今月の掲載商品

強い体づくりのための
ターメリックドリンク



15p
掲載

ゴールデン
Golden ラテ
顆粒タイプ

1袋 135g(約10杯分)
本体価格 1,980円+税
1袋 270g(約20杯分)
本体価格 3,560円+税



カップにティースプーン山盛り3杯を入れ、お湯を100mL注いでできあがり。
牛乳や水でも。

●このような方に

- ・冷え、心くがき気になる
- ・代謝が気になる
- ・お肌の調子が気になる

[有用成分]ビコンエキス末、アーモンドたんぱく質、ショウガエキス末、粉末はちみつ、ケイヒ末
(原材料の一部に乳、アーモンドを含む)

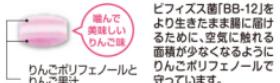
生きて腸まで届くビフィズス菌で
体内環境を整える

12~13p
掲載



わかさの
乳酸菌1000億
タブレット

1袋 62粒入り(約1ヶ月分)
本体価格 2,210円+税
定期コース 1,989円+税



ビフィズス菌「BB-12」をより生まれたままで届けるために、空気と触れる面積がなくなるようにりんごポリエチノールで守っています。

●このような方に

- ・おなかの調子が気になる
- ・スッキリしない・体の内側から元気になる

[有用成分]ビフィズス菌(BB-12)、フルカリス菌、ナノ乳酸菌、ラブレン、オリゴ糖、食物繊維、リンゴ果汁、リンゴ酸、リンゴ抽出物、アロニア末 (原材料の一部に乳、りんごを含む)

目もとを洗う
アイシャンプーで綺麗さっぱり!

10~11p
掲載

アイシャンプー ロング

目もと用クレンジング
60ml(約1ヶ月分) 本体価格 1,800円+税

*1回5~6プッシュ(同目) 朝晩使用の場合



毎日の
リッドバイザーで
スッキリ綺麗な
まつ毛に!

●このような方に

- ・アイメイクや花粉をしっかり落とした方が
- ・まつ毛が切れやすい方に・まつ毛を伸ばしたい方に

【使用方法】化粧落としたあと5~6プッシュを目もとに伸ばし、まつ毛の根元どの汚れを落ちるよう

やさしくマッサージし、水のぬれ道で洗い流します。



[有用成分]ビタミンD(保湿・健康成分)、高麗人参エキス(脱毛抑制成分)、
ガムクニンエキス(保湿成分)、シルクアミノ酸(補修成分)、セラミド(補修成分)

今だからこそ、安心して
お飲みいただるために



細心の注意を払って
お届けしています

検温などで体調管理をしきりに行い、アルコール消毒をしてマスクをつけて梱包・出荷にあたっています。

これまでも、これからも。お客様の
安心と安全を守り、商品をお届けします。

季節のおすすめ



ソフィアローズ コラーゲンボール
ティストサプリメント 1袋60粒入り

本体価格 2,210円+税 定期コース 1,989円+税

[有用成分]ローズオイル2mg、食事繊維、フィッシュコラーゲン、
大豆レシチン(原材料の一部にゼラチン、大豆含む)

バラの季節にお届けする最高級ダマスクローズの優雅な香り



かんだ園、バラ香る♪

1粒に花びら150枚分の
ローズオイルを配合!

金よりも高価な
最高級ローズオイル100%使用

世界に2万種類以上もあるバラの中で、特に香り高いブルガリア産のダマスクローズ。このダマスクローズ約2,600本から、わずか1gしか抽出されない大変貴重なローズオイルを使用しています。

ブルガリア国立バラ研究所発行の品質保証書▶



ご注文は、下記フリーダイヤルか同封のお届け明細書の注文ハガキをご利用ください。

0120-132-061

[受付時間]7:00~21:00年中無休
お電話で(2021春)とお伝えください

Webでのご注文は、こちら
わかさ生活 検索

- お届けは電話・インターネットからご注文の場合3日前後、ハガキの場合、投函後7日前後。
- 留守でも安心なボストサイズでお届け。ご注文商品や数量によっては宅配便になります。
- お支払いは商品到着後にコンビニ・郵便局でお振込を。
- 返品は、未開封に限り8日以内でお願いします(返送料はご負担ください)。

若々しく健康的な生活を 送るための 新・健康雑誌



目・脳・体・美の
4つを柱にした
健康雑誌です。

季刊誌（年4回発行）

夏6月・秋9月・冬12月・春3月

A4版/全96ページ

545円+税

発行：わかさ生活

**6月24日全国書店にて
販売開始予定**

※表紙のデザインは変わることがございます。
※送料110円

創刊

若々 わかわか

ウイルスに負けない！免疫力を高めて いつまでも若々しく

若々 夏 2020.07

新型コロナ対策

ウイルスは目からも入る？ 感染症予防は「基本」が大切

今日から実践！ コロナに負けない

毎日の口腔ケアでキレイ＆感染症予防

脳が壊死する恐怖の合併症

夏のビタミン不足にお手軽時短レシピ

免疫力も高める美肌レシピ

性脳炎から自分を守ろう

森下竜一 教授

フクチエン開発の第一人者

（大阪大学教授）

定期購読の申し込み受付中！

定期購読は夏号からお届けいたします。

お電話、ハガキからお申し込みいただけます。

0120-132-061

[受付時間] 7:00～21:00 年中無休

次代への健康物語



わかさ生活



品質管理・品質保証
に関する国際規格
ISO9001取得



SIAA
ISO 22196
抗菌加工

有機無機混合抗菌剤使用・印刷面

日本ブルガリア協会会員会員

JP0122421A00010