若々しく健康的な生活を提供する

わかさ生活

創刊号
6
2020

この表紙は、抗菌印刷をしています

ウイルスから体を守ろう

ご存知ですか？

目

目からもウイルスが入る

体

食と体温を見直して免疫力をあげよう

専門家へウイルスについて聞きました

今すぐできるウイルス対策

体温アップストレッチ

今、開いているこの冊子 実は抗菌されてます

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、
体に害を与える細菌類が
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！
そして繁殖させないこと！が大切。
どうして？その理由は？
病気に負けない体を作るには？
その秘密を今月号の冊子「わかさ生活」で紹介していきます。

表紙と裏表紙が
抗菌されています

SIAA
ISO22196
for KOHKIN

SIAA マークは
抗菌効果と安全性を
証明するマークです。

ご存知ですか？ 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っていませんか？実は、サイズも特徴も全く違います。

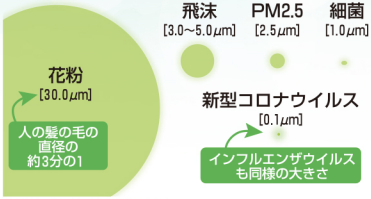
細菌は、体（細胞）を持っている生き物。有害な細菌は、ヒトの体に入り込み細胞の増殖を繰り返して病気をおこします。細菌が原因の症状の場合は、病院で「細菌」をやっつける抗菌薬が処方されます。

一方ウイルスは、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、抗菌薬が効きません。

世界的に猛威を振るう新型コロナウイルスには、特効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るなどの予防対策が大切です。

※2020年5月14日現在

大きさの比較 [1μm=0.001mm]



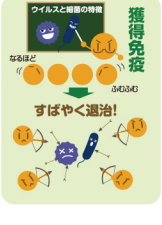
日本衛生材料工業連合会の資料をもとに作成

専門家に聞きました ウイルスに負けないために

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でない人もいれば、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が、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。

ウイルスと闘うために 免疫力

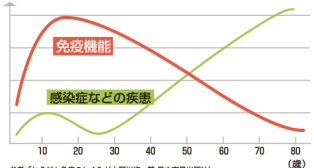
今、話題の免疫力とは？



"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、それらを追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、侵入者にぴったりくついてやっ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、しばらくの間は同じ病原菌が侵入してき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」です。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。

年齢と免疫機能の低下



参考:「からだと免疫のしくみ」(上野川修一著 日本実業出版社)
Goldstain A.L.,et al."Physiology and Cell Biology of Aging" Raven Press(1979)より

専門医監修

大阪大学大学院医学系研究科
臨床遺伝子治療学　寄附講座
森下竜一（もりしたりゅういち）教授

2003年に日本で初めて「臨床」の名称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る。
現在は、阪大発バイオベンチャーのアンジェスと共同で新型コロナウイルス予防用ワクチンを開発中。DNAワクチンは開発までの時間の短さや安全性、大量生産が可能であると大きな期待が寄せられている。7月には1ヒト臨床試験を実施する予定。

免疫力をあげて強い体をつくる

体温を1度上げると、免疫力5倍アップ（※1）

皆さんは、毎日体温を測りますか？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年前と比べて日本人の平熱は約04度も下がっています（※2）。

現代人は、運動不足や過度のストレス、冷たいものの摂りすぎなどで、いつの間にか体を冷やしているのかも。もしかしたら、あなたの体温も下がっているのかもしれません。

※1 参考図書：『世界一簡単な体温を上げる生活』（ダイヤモンド社）
※2 参考図書：『ロクロクの OFF』（ベストポールマガジン社 2009年10月号）

腸内環境が免疫力アップの鍵

免疫の要といわれる腸には免疫細胞の約70％が存在すると言われています。腸内環境を整えることで免疫細胞を活性化させ、病気への抵抗力を高めることが期待できます。この免疫細胞の働きをサポートするのが乳酸菌などの善玉菌です。腸内環境は、ストレスや生活習慣の乱れなどの影響で変化しやすいので、発酵食品などを毎日補うのがおすすめです。

また、善玉菌のエサとなる食物繊維やオリゴ糖も合わせて摂るとさらによいですね。

実践 体温アップストレッチ

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のばし正面を見ます。

2

息を吸いながら腕を上に上げます。吐きながらゆっくりげます。これを3回繰り返します。

1

タオルを肩幅で持ち、手を前に伸ばします。息をゆっくり吐きながら、左側に伸ばしていきます。

2

息を吸いながら正面に戻し、吐きながら次は右側に伸ばします。これを3回繰り返します。

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

わかさプロデュースパイザー
西尾尚子
管理栄養士・健康マスターなどの資格を持ち、日々お客様からのご相談などにお応えしています。

筋肉や免疫細胞の材料となるたんぱく質もあわせて意識して摂るようにしましょう。

目からもウイルスが入る!?

目は、むき出しの臓器

ウイルスや細菌に感染してしまう原因は、体のどこかの粘膜にウイルスや細菌がくっついてしまうことです。

粘膜といえばのどや口の中、鼻の中が一般的ですが、こういった部分はマスクで覆っていることも多く、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、ほとんどいつもむき出しになっている粘膜が一ヵ所あります。それは、「目」です。

※参考文献：日本眼科学会・日本眼科医会 新型コロナウイルス感染症の目に関する情報について（国民の皆様へ）

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るのをご存知でしょうか？日本眼科学会や米国眼科学会によると新型コロナウイルスは、結膜炎を起こす可能性も示されていて、コロナウイルス感染者の1～3%※程度がウイルス性の結膜炎を発症するといわれています。うがい手洗いの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考えられます。

目とウイルスの情報をもっと詳しく知る
スマホ・PCから
メノコト
ME NO KO TO 365
メノコト365 検索

実践 今日からできる 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っていません。だからこそ、目からの感染リスクにも注意しましょう。

1 飛沫が入らないようメガネやサングラスでガードする

2 目薬、タオルなどは人と兼用しない

3 洗っていない手で目をさわらない、こすらない

4 目もと専用の洗浄剤で目もとを清潔に保つ

5 人混みを避ける

知る 目もとを清潔にする

意外と汚れている目もとやまつ毛。埃や花粉、まつ毛ダニも。

なぜ、まつ毛が生えているのかについて、多くの研究がなされています。2015年に発表された研究内容によると、空気中に浮遊する微粒子、細菌、ウイルスなどから目を守るために、まつ毛は目の周囲の気流の向きを変えているそうです。しかし、そんな目を保護するはずのまつ毛に棲み着くダニがいることをご存知でしょうか？

2人に1人は目もとに「まつ毛ダニ」が！(※)

まつ毛ダニは、ヒトの皮膚の毛根や皮脂腺に存在していて、まつ毛の毛根やまつ毛のキワに棲み着きます。増殖すると目の炎症やものもらい、まつ毛の抜けや目もとの不快感の要因のひとつになってしまうそう。

まつ毛ダニをはじめ、目に近づく細菌やウイルスから目を守るためにも、目もと周辺の汚れをしっかり落とし清潔に保つことが大切です。目もとは非常にデリケートなので、専用の洗浄剤を使うのもおすすめです。

みらい研究所 大江 絵美（おおえ えみ）
岐阜薬科大学薬効解析学研究室に出向し、目のことやビルベリーの研究を行ってきました。

まつ毛ダニ

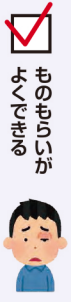
※参考文献：Tarriverdi C. et al.（2017）Eye Contact Lens.

実践 あなたの目もとは危険かも 目もとチェックポイント

- ☑ よく目もとがムズムズかゆくなる

- ☑ 朝起きた時にまつ毛の根もとに目やにのような汚れがある

- ☑ まつ毛がすぐ抜ける



- ☑ ものもらいがよくできる

ひとつでも当てはまる方は目もとのケアが必要かも？

目もとのケアは意外と忘れがちです。これらの症状が思い当たる方も多いのではないでしょうか。チェックポイントがひとつでも当てはまる場合は、目もとのケアが必要な可能性があります。注意しましょう。

わかさ生活がおすすめする

今、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！

まつ毛の美容成分を配合

低刺激で目にしみにくい

目もとには花粉や埃、さらにまつ毛ダニなど、意外と見えない汚れがたくさんついています。ケアを怠ると、かゆみや目の不快感、まつ毛が抜けるなどトラブルの原因になってしまうかも。

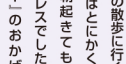
「アイシャンプー ロング」なら低刺激で目にしみにくく、デリケートな目もともしっかり洗えます。

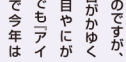
さらに高麗人参エキスやガゴメ昆布などたっぷりの美容成分が潤いを与え美しい目もとに導きます。

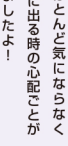
顔を洗うように、目もとも洗う事を毎日の習慣にしましょう。

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」アイシャンプーロング」を毎日使って、スッキリ清潔な目もとを目指しましょう。


シャンプー前


シャンプー後



●アイシャンプー ロング
目もと用クレンジング
60㎖（約1ヵ月分）
本体価格 1,800円（税

※商品を使った時の感じ方は人それぞれです。
※ご年齢は取材時のものです。

お客様 体験レポート①

目もとの花粉や埃 さらに、悩みだった 目やにまで綺麗に洗えます♪

京都府 京都市在住 辻本 純子様（60歳）

毎日愛犬の散歩に行くのですが、花粉の季節はとにかく目がかゆくて大変！朝起きても、目やにがひどくストレスでした。でも『アイシャンプー』のおかげで今年はへっちゃら♪あんなに多かった目やにがほとんど気にならなくなって、外に出る時の心配ごとが少し減りましたよ！

目の内側からのケアとして長年『ブルーベリーアイ』を続けていましたが、目の外側からのケアも欠かせないなと気づき、今では『アイシャンプー』も一緒に使っています。

ところっとしてて目に優しい使い心地です！

お客様 体験レポート②

私の健康の秘訣は、元気なおなか！

ご愛飲歴 7年2カ月
兵庫県 南あわじ市 平田 喜代子様（74歳）

私は、老人施設で調理のお手伝いをしていて食事や健康は人一倍気を遣っています。食事から栄養を摂るのでおなかは特に大切だと思っています。ですが、おなが弱くて…。だから夏も冷たい物は厳禁。牛乳や、アイスなんて食べられません。そんな時におなかの調子を整えるサプリメントがあると知り、『わかさの乳酸菌1000億』を飲んでみました。賞味期限が短い乳製品に比べて長持ちするから嬉しいですね。飲み始めたら、なんだか体も元気になったようです！人からも「よく動いてるのに疲れた顔しないよね。」と言って頂いたりします。冷たい物が得意になった訳では無いですが、羨まれるくらい健康ですね（笑）

わかさ生活が見つけた対策アイテムをスタッフが紹介します

ミルク習慣で強い体づくり

わかさ生活 スタッフ 高坂 千佳（61歳）

※商品を使った時の感じ方は人それぞれです。※ご年齢は、取材時のものです。

最近、大人の新しい健康習慣として粉ミルクが注目されています。赤ちゃんが健康に育つように作られている粉ミルク、大人用になったなんて体に良さそうですよね。

栄養素もたっぷりで美味しく続けられます

年齢とともに、体力が落ちていく感じがある自分の体が嫌でした。毎日栄養は摂らないと思っていてもお肉などが重たくて、それに食べられる量も少なくなっています。でも、「おとなのミルク習慣」だと食欲のない時でも、サッとコーヒーや紅茶に入れて飲むだけで簡単にたんぱく質などバランスよく栄養素が摂れるので助かります！昔からあるスキムミルクよりもかなり飲みやすいですし、食事から摂るのが難しいラクトフェリンなども入っているので嬉しいですね。

おなかの環境を考えた4つの乳酸菌を配合

おなかのことを考え4種類の乳酸菌をバランスよく配合。1袋でなんと3兆個以上の乳酸菌が含まれています。さらにタブレットを3層構造にすることでより生きたままおなかに届けます。

生きたまま届く
ビフィズス菌「BB-12」

体の内部まで浸透
ナノ（超微細化）乳酸菌

- ラブレ菌
- フェカリス菌
- 食物繊維
- オリゴ糖
- りんご果汁

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

新・健康習慣！大人のための粉ミルク

栄養価の高い粉ミルクをベースに、歳を重ねると不足しがちなたんぱく質や、腸内環境をサポートする乳酸菌、ラクトフェリンなどバランス良く配合。大人に必要な栄養をまとめて美味しく！粉末状で飲み方色々、お料理にも使えてとっても便利です。

●おとなのミルク習慣プレミアム
粉末タイプ
1袋240g（約12回分）
本体価格 1,500円＋税

6月末に発売開始予定

先行予約受付中

※7月より順次お届けいたします

若々しく健康的な生活を提供する

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著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ネ。

また、秋には京都に【Wakasa（わかさ）Books（ブックス）】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！

今、私はサプ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。

株式会社　わかさ生活

社長　[illegible]

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、「えぇ～!?」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す（苦笑い）。

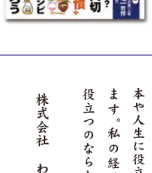
新しい会社の『理念と在り方』について想いを込めて伝えても、「ひら仮名と漢字の組み合わせはヘンですよ」「カッコ悪くて名刺とか出せません」など、グチグチ言われました…。

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(^^;)

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(>_<)

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（わかわか）】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。

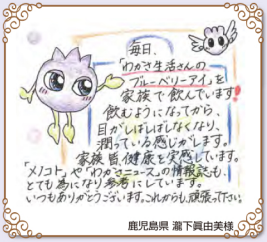


みんなの掲示板

ここは、お客様とスタッフが楽しくコミュニケーションをはかる交流の場です。皆さまからのおたよりやご質問、ご意見をご紹介しながらスタッフがお応えします！

山形県　紺野八重子様

神奈川県　木村忠子様



鹿児島県　瀧下眞由美様

素敵な絵手紙と作品をいただきました。「夢」と「ありがとう」が一つになっていてびっくりです！

ワタナベ メグミ

皆さまからのメッセージは、とても励みになって嬉しいです！より参考にしていただけるようパワーアップした冊子をお届けしていきますね！

ホリ アリサ

毎日のみんなんツボ講座を拝見致して
ツボを押す事を習慣させて頂き交感神経
楽しんで居ります。
以前からウイルス対策特集を楽しみにして居ります。

京都府　薗蒲和子様

いつも お世話になり ありがとうございます。
お役立ち健康雑誌「わかさ生活」
届くのが すごく 楽しみです

徳島県　荒岡美由紀様

健康雑誌「わかさ生活」を 楽しみに
しています！
わかさの皆さん様、コロナに 負けないで がんばって下さい!!

兵庫県　高田美穂子様

冊子「わかさ生活」に対する、期待のお声を多数いただきました！

ありがとうございます！

タナカ ユカリ

冊子を楽しみにしてくださっている方がたくさんいらっしゃるのが、とても嬉しいです。皆さまにお役立ていただけるよう、一生懸命作りましたので、ぜひ感想を聞かせてくださいね。

スタッフから

写真左より渡辺潤、松下新菜、堀有莉咲、田中由香里、松田麻里

この冊子を通じて、お客様にもっと

健康になっていただきたい

ずっとお客様の手元に置いていただき、何度も開いてもらえるような冊子にしたいと、話し合いを重ね完成させました。そして、私たちには"この冊子をお客様と作っていきたい"という願いもあります。皆様のお声を活かし、一人でも多くの方に「ありがとう」と言っていただける冊子へと向上させていきます。

だから　冊子「わかさ生活」へのご意見・ご感想を聞かせてください！

Webでお声を大募集！

ホームページから、簡単にお答えいただけます。今後、取り上げてほしいと思う内容も大歓迎！ハガキでのおたよりもお待ちしています。

スマホ・パソコンから▶　わかさ生活　検索　右のQRコードを読み取って簡単アクセス♪

おたより宛先▶　〒600-8008 京都市下京区四条烏丸長刀鉾町22 株式会社 わかさ生活　おたより係

Webの使い方や分からないことなど、何かお困りのことがあればお気軽にお電話ください。
フリーコール 0120-132-061 [受付時間] 7:00~21:00 年中無休

お声をくださった方の中から、抽選で500名様に、ブルブルくん抗菌マスクケースをプレゼント！ 2020年7月15日(水)まで ※消印有効

マスクが別々に2枚入れられます。

抗菌加工がされ、菌の繁殖を防ぎます！

材質:PP　サイズ:200×120㎜　日本製　※デザインは変更になる場合があります。マスクはついていません。
※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

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 毎回注文いらず

一度申し込めば、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、さらに2袋以上なら「袋数割引」もプラスされてさらにお得になります。

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送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!

若々
新型コロナ対策
感染予防は、家中が大切!
ウイルスは目からも入る!
ウイルス世間話
付録 ウイルスを殺す!
ウイルス世間話
目目の口腔ケアで肺炎予防
新 健康生活術
冬本番 簡単レシピ
冬本番 簡単レシピ
冬本番 簡単レシピ

今月の掲載商品

粉ミルクならではの栄養価を、大人に必要なバランスに

15p 掲載

先行予約受付中

おとなのミルク習慣プレミアム

粉末タイプ

1袋 240g(12回分)

本体価格 **1,500**円+税

コーヒーや青汁など飲み物に混ぜるほか、料理の調味料としても使用できます。100㎖に20ｇを目安に混ぜてお召し上がりください。

◉このような方に
・体が弱くなったと感じる
・牛乳を飲む習慣がない　・食欲があまりない

【有用成分】脱脂粉乳(生乳(国産))、乳たんぱ、乳糖、中鎖脂肪酸、コラーゲンペプチド、ミネラル含有パン酵母、ビフィズス菌、乳酸菌末、貝カルシウム、ラクトフェリン、V.C、ヒロリン酸鉄、ナイアシン、V.E、パントテン酸Ca、ヒアルロン酸、V.B1、V.B6、V.A、V.D2、葉酸、V.D、V.B12
※原材料の一部に乳成分・大豆・ゼラチンを含む

※7月より順次お届けいたします。

1袋に3兆個以上の乳酸菌が含まれる

14p 掲載

わかさの乳酸菌1000億

タブレット

1袋 62粒入り(約1ヵ月分)

本体価格 **2,210**円+税

定期コース **1,989**円+税

腸んで美味しいりんご味

りんごポリフェノールとりんご果汁

ビフィズス菌「BB-12」をより生きたまま届けるため、空気に触れる面積が少なくなるようりんごポリフェ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
・お通じがよくない　・強い体になりたい

【有用成分】ビフィズス菌(BB-12)、フェカリス菌、ナノ乳酸菌、ラブレ菌、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!

12~13p 掲載

涙に近いpH値、浸透圧

低刺激で目にしみにくい

まつ毛の美容成分を配合

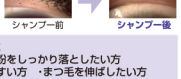
アイシャンプー ロング

目もと用クレンジング60㎖(約1ヵ月分※)

本体価格 **1,800**円+税

※1回5~6プッシュ(両目) 朝晩使用の場合

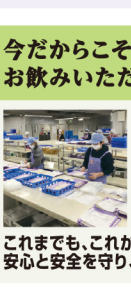
毎日のリッドハイジーンでスッキリ綺麗なまつ毛に!



◉このような方に
・アイメイクや花粉をしっかり落としたい方
・まつ毛が切れやすい方　・まつ毛を伸ばしたい方

【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)、ガゴメ昆布エキス(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くために



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っかり行い、アルコール消毒をし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。安心と安全を守り、商品をお届けします。

60代以上の方のために誕生したサプリメント

成分と続けやすい価格にこだわりました

お客様にずっと続けていただきたいとの想いからできた商品です。年代に合わせた成分を厳選し続けやすい価格、サービスも導入しました。ぜひ、明るい未来のためにご活用ください。

年代に合わせたひとみの成分を配合

60代からのブルーベリーアイ

ソフトカプセル　1袋31粒入り(約1ヵ月分)

本体価格 **1,280**円+税　定期コース **1,178**円+税

【有用成分】ナノビルベリーエキス(超微細化ビルベリーエキス)(50㎎)、ルテイン(10㎎)、イチョウ葉エキス、ロスマリン酸、アスタキサンチン、DHA核酸、DHA、ビタミンE、ビタミンB12、ヒマワリ油、ブドウ種子油、亜麻仁油、コメ胚芽油、水溶性レシチン

※原材料の一部に鮭、大豆、ゼラチンを含む

※こちらの商品は、年代別割引商品のため袋数割引適用外です。

思い出す力を生涯サポート!

60代からのあたまサプリ

ソフトカプセル　1袋31粒入り(約1ヵ月分)

本体価格 **1,280**円+税　定期コース **1,178**円+税

【有用成分】イチョウ葉エキス(80㎎)、ロスマリン酸、ビタミンB1、ビタミンB12、オリーブ油、亜麻仁油、ヒマワリ油、水溶性レシチン

※原材料の一部に大豆、ゼラチンを含む

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《2022係》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。●留守でも便利で安心なポ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(返送料はご負担ください)。

わかさ生活 | 2020年6月号

創刊 若々 わかわか

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場合がございます。
※送料110円

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

冊子「わかさ生活」2020年6月号 2020年6月1日発行 (編集/制作担当 堀 有利咲・田中 由香里/松下 新菜)
発行/株式会社わかさ生活 〒600-8008 京都市下京区四条烏丸長刀鉾町22 Tel.075-213-7727(代表)

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
公益社団法人日本通信販売協会会員
公益財団法人日本健康・栄養食協会会員
関西日本・フィンランド協会会員
日本ブルガリア協会法人会員
SIAA ISO22196 for KOHKIN
無機抗菌剤・印刷面
JP0122168A0001W