

お客さまとつながる会報誌

わかさ生活

8月号
2024

8月はブルーベリー月間 ビルベリー実る 北欧の夏

角谷社長の健康になれるお話

たんぱく質を摂ることで
3つのうれしい実感が!

夏の疲れ目対策

眼トレで
目を鍛えよう!

ビジョン
トレーニング P7



同封しています
ブルーベリー
大収穫祭
チラシ



わかさ生活

2024年8月号

2024年8月1日発行 発行/株式会社わかさ生活 HP



わかさ生活

〒600-8008
京都市下京区四条烏丸長刀鉾町22



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
公益財団法人日本健康・栄養食品協会
関西日本・フィンランド協会
日本ブルガリア協会
JDMA

お友だち登録者数
※**13万人突破!**
※2024年6月時点

わかさ生活と LINEお友だち登録すると ＼お得＆便利に！＼

お友だち登録はかんたん**10秒!**

右のコードをスマホで読み込みお友だち登録するだけでOK
いろんな特典や便利な機能が使えます!!



＼お友だち登録すると...
Yeah!!
＼大人気 第3弾/
ブルブルくん
LINEスタンプ
必ずもらえる!
今すぐ使える! +
**10%OFFクーポン
プレゼント**
※わかさ生活ショッピングで使えます

大好評!
たくさんお声が
届いています!

LINE限定プレゼント!

毎月かわいい♡

早速壁紙にしました!

ブルブルくんから毎月
壁紙が届く!



※画像はイメージです

お得!

今回のみのお買い物でも
LINEからの
お買い物は

10%OFF

※わかさ生活ショッピングでの購入の場合
※一部対象外商品がございます

お得情報

おすすめの
LINE限定商品やセール
健康情報など

**お得な情報が
いち早く届く**

便利!

**LINEチャットから
簡単 お問い合わせ**

商品のご注文 定期の変更
などのご要望やご質問にも
オペレーターが対応します
受付時間 9:00~18:00

8月は
ブルーベリー月間

ビルベリー実る、

北欧の夏



『ブルーベリーアイ』の

原材料であるビルベリーの

故郷は、豊かな森と湖に恵まれた北欧です。北欧の人々が待ちに待っている季節が、夏。太陽が沈まない「白夜」となり、夜の10時でも夕方のように明るく、街は遅くまで活気づきます。人々は長い夏休みを取り、森の水辺の夏小屋でのんびり。みんなで森のベリー類やキノコを採ったり、木陰でお昼寝をしたり、湖で泳いだり、バーベキューをしたりなど「長い昼」とことん楽しみます。サウナ小屋もあり、サウナで温まった体を湖に飛び込んでクールダウン。それが、北欧では夏の定番の過ごし方なのです。

また北欧の夏は、実りの季節でもあります。この時季、屋外のマーケットはベリーの

北欧の森と湖

水辺の夏小屋

「森と湖の国」と呼ばれるフィンランド。国土の65%を森が、10%を湖沼と河川が占めています

待ちわびた夏を、北欧の人々は森の水辺に建てられた夏小屋で過ごします

白夜

ビルベリー

太陽が沈まない「白夜」の時期は、夜に外でバーベキューをしたり、真夜中に湖で泳いだりと、心行くまで太陽の下で楽しんで過ごすのが、北欧流

森でのビルベリー摘みは夏の恒例行事。北欧では森に実っているビルベリーは誰でも採ることができます

ベリーピッカー

オーロラ

貴重な夏を名残惜しむかのように、8月末くらいからオーロラも見ることができます

マーケット

屋外のマーケットには色とりどりのベリー類が並びます

◆アントシアニンを豊富に含むビルベリーの
秘密は次のページで紹介！

LIVE
わかさニュース

8月は北欧を動画で
より詳しくご紹介します！

今月は8月23日(金) 14時〜

冊子「わかさ生活」の記事をよりわかりやすく解説する
大人気のオンライン講座「見逃し配信もあります」

ご視聴はこちらから

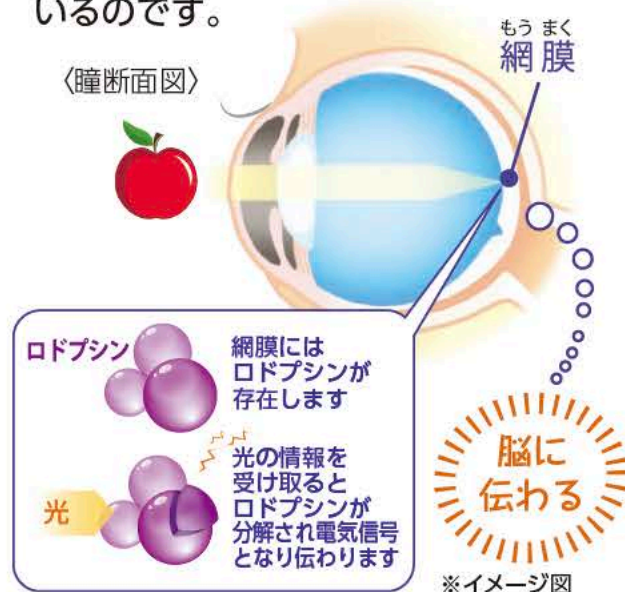
毎月
第3金曜日
配信！



そもそもアントシアニンとは？

「見る」をサポートする ひとみの健康成分

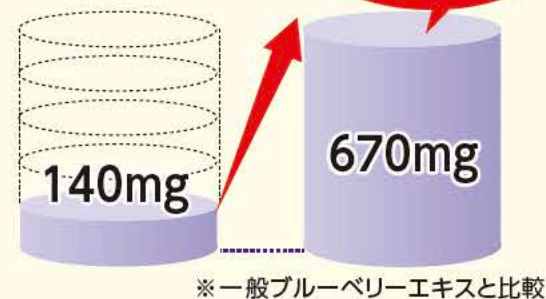
私たちは、ロドプシンという成分が分解される際に電気信号を脳に送ることで「見る」ことができます。通常、ロドプシンは分解してもすぐに再合成されますが、ひとみを酷使し続けると再合成がうまくいかなくなってしまいます。「見づらいな」「ぼやけるな」と思うのはそのためです。アントシアニンはロドプシンの再合成を助けることで、「見る」をサポートしてくれているのです。



※イメージ図

北欧の野生種ビルベリーには ひとみの健康成分 アントシアニンがいっぱい！

〈アントシアニン含有量比較〉
果実100gあたり換算
(わかさ生活みらい研究所調べ)



※一般ブルーベリーエキスを比較

一般栽培種
ブルーベリー

北欧の野生種
ビルベリー



小さくても
中まで濃い



アントシアニンが豊富な理由は 北欧の日照時間にあり

青紫色の天然色素
「アントシアニン」は
紫外線から実を守る
ために作られます。



太陽は12時間ほどで沈む



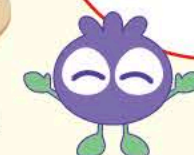
日本で育つブルーベリーと
太陽の動き

太陽が24時間沈まない



白夜で育つビルベリーと
太陽の動き

ビルベリーは
紫外線をたくさん
浴びるから、
アントシアニンが
豊富なんですよ



「見る」を助けるひとみの味方 北欧の野生種ビルベリーを 選ぶ理由

北欧のビルベリーは
アントシアニンたっぷり

150品種以上あるブルーベリーの中でも、ひとみの健康成分「アントシアニン」を特に多く含んでいるのが、北欧のビルベリーです。アントシアニンは青紫色の天然色素で、紫外線から実(身)を守るために作り出されます。北欧の夏は太陽が一日中沈まない「白夜」となり日照時間が長いことから、一般栽培種のブルーベリーから、約5倍ものアントシアニン量を蓄えるようになるのです。だから「ブルーベリーアイ」はこのアントシアニン

豊富な北欧の野生種ビルベリーを使用しています。さらにビルベリーをわかさ生活独自の技術でナノ化することで、アントシアニンの吸収量を約2倍にアップ。そんな「ブルーベリーアイ」シリーズに「ビルベリー由来アントシアニン」と「ルテイン」のWの機能性を持つ機能性表示食品が新しく誕生しました。

「ブルーベリーアイ」シリーズに新たな商品が仲間入り

こんな方におすすめ
●手元のピントが合わせにくい
●目が疲れる
●最近、視界がぼやけてきた

新商品

機能性表示食品

ブルーベリーアイ Wの効果

ソフトカプセル
1袋31粒入り(約1ヵ月分)
1日の摂取目安:1粒



目のピント調整力と
かすみやぼやけを改善！
Wの機能性表示食品



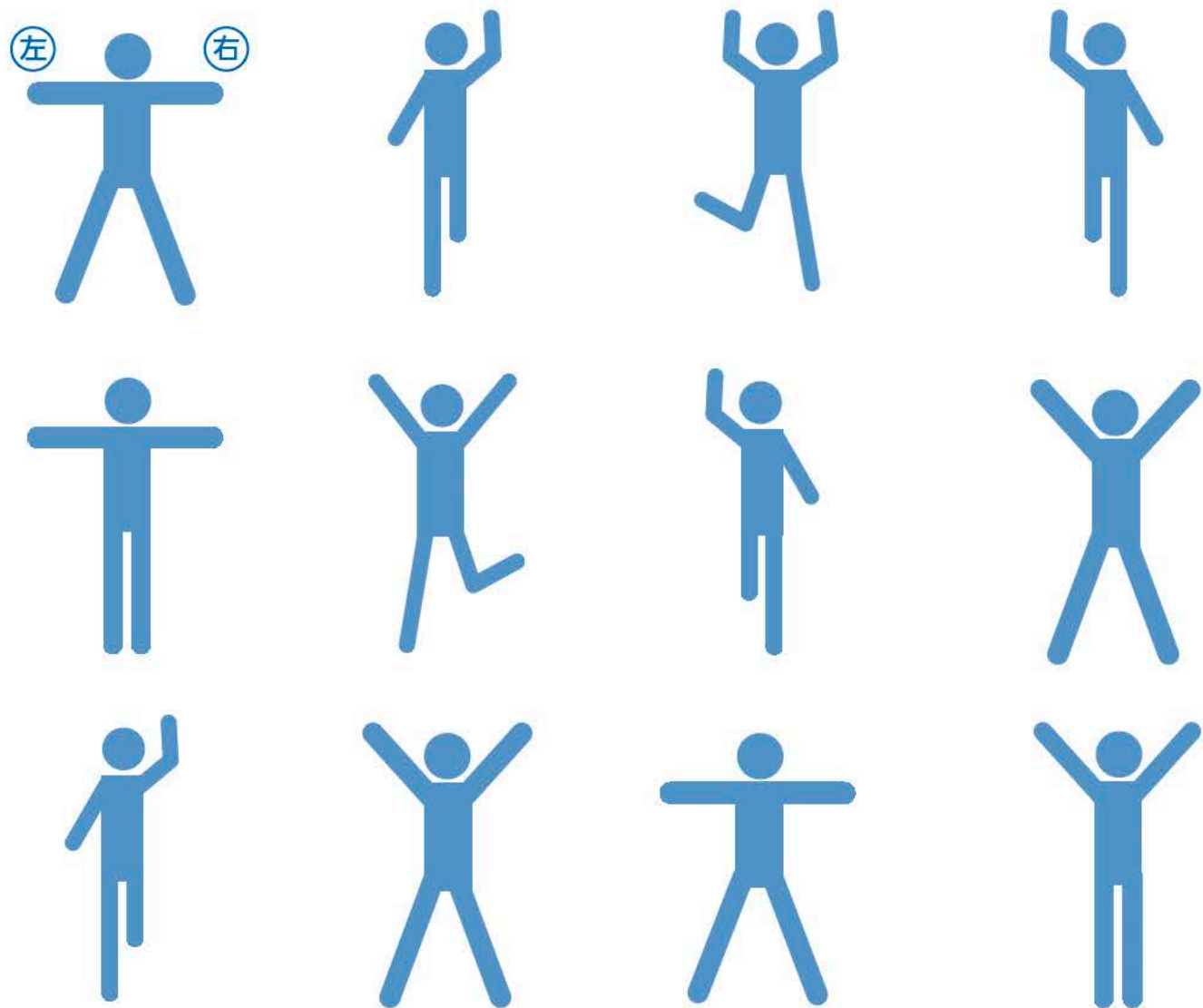
＼眼トレで目を鍛えよう！／

ビジョントレーニング

日常生活の中では、視覚情報をもとに体を動かしていることが多々あります。飛んできたボールをよけたり、人や物にぶつからないように歩いたり、目に入ったものに素早く反応して動ける機能を鍛える、目と体のチームワーク運動に挑戦しましょう！

まねっこ体操

イラストを鏡と考え、同じポーズをとりましょう。リズムに乗ることが大切で、目と体の連携をスムーズに行うようにしましょう。ゆっくりとしたリズムから始めて、徐々に速くしていくといいですよ。※転倒にご注意ください。



目を鍛えてお得にお買い物!!

8日はビジョントレーニングday!

友だち登録はこちらから!



毎月8日にメールやLINEで配信するビジョントレーニングをすると、「わかさ生活ショッピング」でのお買い物に使えるポイントを8ポイントプレゼント!

(※当日のみ有効)

LINEでお友だちになって挑戦しよう!

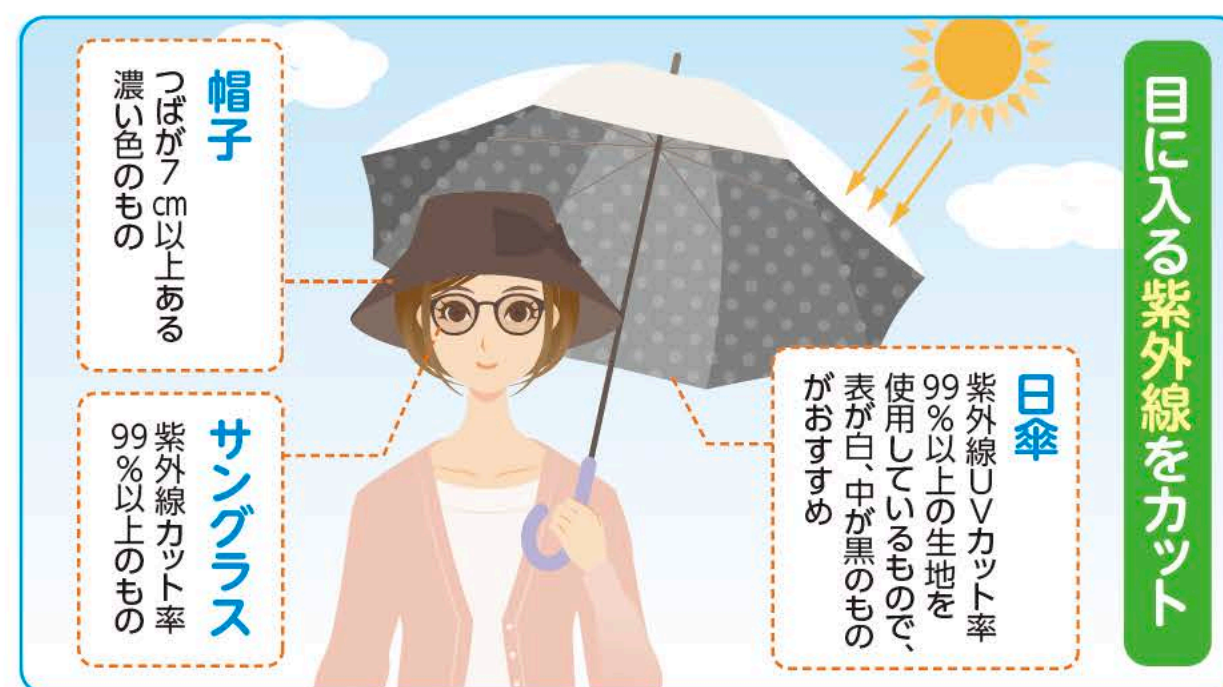
サンシャインメガネをかざすとシールの色が薄く! 紫外線をカットしている証です!



※紫外線に当たると色が紫色に変わるシールを使用

サンシャインメガネについてP.9で詳しくご紹介しています

夏は目が疲れやすい季節です。夏の強い紫外線は目にも強い刺激を与えるうえ、さらにまぶしさなどによるストレスも疲労を感じる原因となります。また、疲れ目はドライアイの症状の一つでもあります。エアコンによって空気が乾燥したり、スマホやパソコンの画面を注視してまばたきの回数が減ること、ドライアイを助長します。疲れ目対策には、目を紫外線と乾燥から守ることが大切なのです。



紫外線と乾燥から守る／夏の疲れ目対策

「今」売れているメノコトベスト商品をご紹介します!

喜びのお声続々!



白内障を気にし始めたので、日頃から『サンシャインメガネ』で予防しています。(50代女性)

本当にすごいです!
このサンシャインメガネ



※商品の感じ方は人それぞれです
夕方の目の疲れが全然違うから、パソコンを使うときは絶対にかけています。(60代男性)

しっかり目を守ってくれて
この価格は驚きです!

サンシャインメガネ
(ブルブルくん)
(ブラック) 男女兼用

通常価格 5,880円(税込)

サイズ(約):
ブルブルくん:幅14.0×奥行14.5×高さ4.4cm
ブラック:幅14.0×奥行14.5×高さ4.5cm

度なしタイプ

2本セットがお得!
2本セット 9,900円(税込)
1本あたり 4,950円(税込)

組み合わせ自由!

- サンシャインメガネ(ブルブルくん) 2本
- サンシャインメガネ(ブラック) 2本
- サンシャインメガネ(ブルブルくん)
サンシャインメガネ(ブラック) 各1本
からお選びください

車の運転と室内用に
おしゃれに合わせて
夫婦で一緒に

わかさ生活
独自レンズ

3つの有害光線をカット

- ① 紫外線 約99%カット※1
目の病気の原因となる光
- ② ブルーライト 約34.9%カット※1
パソコンやTVなどから出る有害な光
- ③ 近赤外線 約38.5%カット※2
肌の内部まで到達してしまい
シワ・たるみの原因となる光

レンズ両面反射防止

※1 JIS規格に基づく
※2 780~2000nmの平均カット率

有害光線を吸収し
内側からの反射も防ぐ

ワイド! 広範囲をカバーする幅広レンズで安心



(ブルブルくん)

目に優しい薄色レンズ
だから視界が明るい
(ブルーグリーン)

かわいい北欧柄の
ブルブルくんフレーム

NEW ブラックフレームができました!



(ブラック)

シンプルデザインで男性にもおすすめ



大ベストセラー! シリーズ累計40,000本販売
※2024年6月時点

あなたにピッタリの目薬はどっち!?

※どちらも年齢を問わず
お使いいただけます

目薬は症状に合った
ものを選ぶことが
大切です



疲れ目に効く
ビーナスアイ



第3類医薬品 15mL
通常価格 780円(税込)

ドライアイに効く
マーキュリーアイ



第3類医薬品 15mL
通常価格 780円(税込)

疲れ	◎	○
目のかすみ (目やにの多い時など)	○	○
乾燥	—	◎
充血	○	—
コンタクトレンズ	△ ※ハードコンタクトレンズのみ対応	○ ※すべてのコンタクトレンズに対応
使用感	ℓ-メントール配合で すっきり爽やかなさし心地	涙と同じミネラル成分 とろりとした優しいさし心地

それぞれ
3個セットが
とってもお得!!



●ビーナスアイ 3個セット / ●マーキュリーアイ 3個セット

期間限定

2024年
9月17日(火)まで

通常価格
2,340円

3個セット 1,980円(税込) 15%OFF

医薬品のためお届けは別便となり、送料も別途がかかります。またお支払いについては、GMO後払いによるお振込みになります。振込用紙は商品と別でのお届けとなります。

1カ月で7,000個売れた! わかさ生活開発の目薬
※2023年4月実績
夏の目の悩みを解決サポート



『わかさのたんぱく習慣』に
念願のホエイプロテインが誕生！

角谷社長也大絶賛！

『わかさのたんぱく習慣 ホエイプロテイン』の おすすめレシピ

プレーン味なので料理や飲み物にも混ぜて、いろんなアレンジが楽しめますよ！

スープに

インスタントのスープ
に加えるとクリーミー
さが増し味わいアップ！

スムージーに

ブルーベリーなどの
フルーツや野菜と
混ぜてスムージーに。
食物繊維もたっぷり！味噌汁や卵焼きに入れる
のもおすすめです！詳しい作り方は
こちら

食パンやバゲットに

マヨネーズに混ぜてのせ、チーズとしらす
をトッピング。たんぱく質とカルシウムが
摂れてお子様のおやつとしてもオススメ！

筋肉や骨、爪や髪などを作る重要な栄養素「たんぱく質」には、植物性と動物性の2種類あります。大豆由来の植物性たんぱく質は大豆イソフラボンやポリフェノールが豊富ですが、健康のためには動物性と植物性をどちらも摂ることが大事です。そこで新しく誕生したのが、『わかさのたんぱく習慣 ホエイプロテイン』。牛乳由来の動物性たんぱく質で、筋肉の合成に欠かせないアミノ酸やカルシウムも豊富。たんぱく質を手軽に摂れるようになり、私の元気なからだづくりもスムーズになりました！次なる実感が楽しみです。

動画でもっと
詳しく！体の60%は水分なんですけど
20%はたんぱく質なんですよ

植物性と動物性、たんぱく質は両方大事！

猛暑続きの夏でも、角谷社長はいつも元気。「たんぱく質をしつかり摂っているから夏バテ知らずなんだよ」と話す角谷社長に、うれしい実感が3つもありました。たんぱく質の重要性や効果とともに、お話を聞きました。

2種類のたんぱく質を摂ることで
3つのうれしい実感が！

実感1 13キロ痩せた！

体が軽やかに動くようになり、最近は歩数計をつけて毎日4700〜4800歩歩いています。よく動くからか、体重が13キロダウン！リバウンドもしていません。

実感2 爪がピンク色に！

爪も健康的なピンク色になりました。縦に筋が入って老けた爪だなあと悩んでいたのですが、今はツルツルで血色もいい！

実感3 髪の毛が太く！

髪の毛は年齢とともに細くコシもなくなってきましたが、私の場合は逆！髪の毛が太くなってきたと感じています。髪は見た目年齢を左右するだけに、周りに羨ましがられます。

わかさ生活ラジオではもっと詳しいお話をしています。
過去のラジオ放送が聴けるvoicyでぜひお楽しみください！



ココロもカラダも Happy に

ラジオが聴ける
音声アプリ radikoでも視聴可能！
上記以外のエリアの方も視聴いただけます

過去の放送分もお聴きいただけます

voicy

スマホからは右の
コードを読み取って
ください

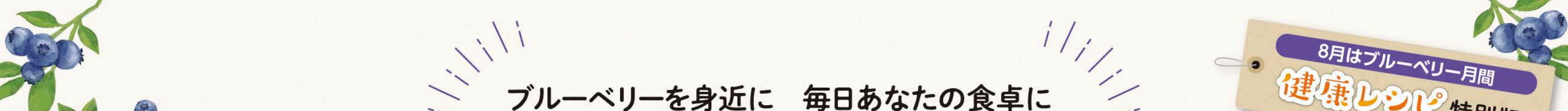
詳しくはわかさ生活ラジオのホームページをご覧ください

※放送時間に変更になる場合がございます。

放送時間はこちら

月曜日：20:30～21:00	東海ラジオ(愛知など東海地区)
21:00～21:30	tbcラジオ(仙台など東北地区)
木曜日：17:30～18:00	KBS京都ラジオ(京都・滋賀など関西地区)
土曜日：9:00～9:30	ラジオ日本(関東地区)
18:30～19:00	RCCラジオ(広島など中国地区)
20:00～20:30	BSNラジオ(新潟など北信越地区)
日曜日：11:30～12:00	RKBラジオ(福岡など北九州地区)
18:30～19:00	HBCラジオ(北海道地区)

毎週
放送



8月はブルーベリー月間
健康レシピ 特別版

ブルーベリーを身近に 毎日あなたの食卓に

ブルーベリーの生春巻き



ブルーベリーの
プチプチ食感がgood♡

材料 (2人分)

ライスペーパー…3枚
ブルーベリー(生)…21粒
きゅうり…50g
スモークサーモン…3枚
紫キャベツ…30g
クリームチーズ(ポーションタイプ)…3個
ブルーベリーエスニックソース…適量

【ブルーベリーエスニックソースの作り方】

ブルーベリー(生)30gを半分に切り、
スイートチリソース大さじ3、マヨネーズ
大さじ2を混ぜる

作り方

- 1 きゅうり、紫キャベツはせん切り、クリームチーズは棒状に切る。
- 2 まな板に水でぬらして絞ったペーパータオル(厚手)を敷き、ライスペーパーを水にくぐらせてのせる。
- 3 手前を4cmほど空けて1、スモークサーモン、ブルーベリーを等分にのせ(a)、前からペーパータオルごと持ち上げてひと巻きし、ライスペーパーの両端をたたんでから奥に巻く。
- 4 一口大に切って器に盛り、ブルーベリーエスニックソースを添える。



(a) 具材を横に広げて並べ、
1つずつ順に重ねていく

試作に試作を重ねた
100レシピ 掲載!

この2つのレシピが載っている
レシピ本はこちら



公式レシピ
BOOK

『100日まいにちブルーベリー』

調味料 朝ごはん ワンプレート昼ごはん ボリューム満点晩ごはん おつまみ おやつ

ブルーベリーでそんなに
たくさんレシピがあるの?

という、あなたの予想を100%裏切ります

株式会社わかさ生活(著) 1,650円(税込) 送料200円



商品一覧
23
ページ

ご注文は、電話(通話料無料)0120-132-061(受付時間7:00~21:00)、
注文ハガキ、またはホームページわかさ生活ショッピングから スマホから簡単アクセス!



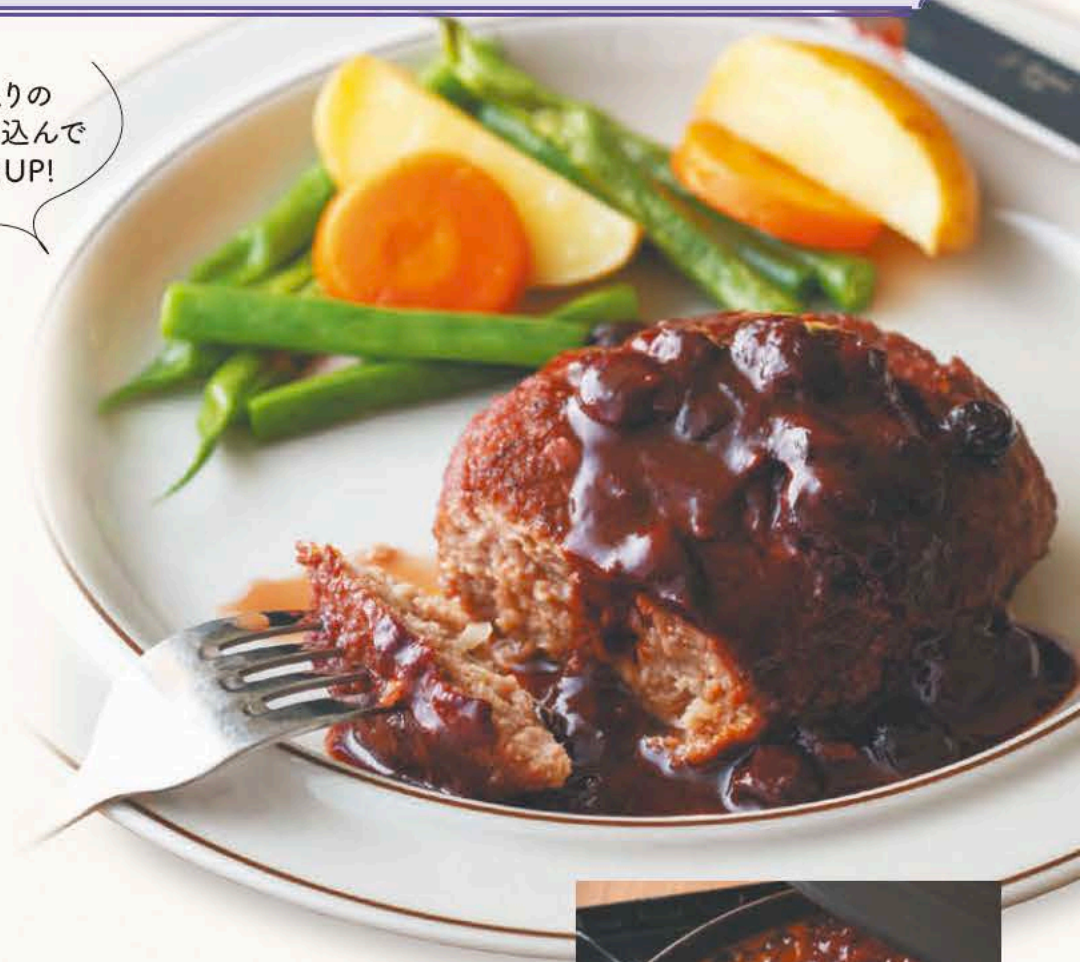
ブルーベリージャムの煮込みハンバーグ



材料 (2人分)

合いびき肉…200g
塩…小さじ1/2
粗びき黒こしょう…少々
卵…1/2個
A パン粉…大さじ3
牛乳…大さじ3
玉ねぎ(みじん切り)…1/4個
米油…小さじ1
バター…10g
赤ワイン…100ml
B トマトケチャップ…大さじ3
ウスターソース…大さじ2
ブルーベリージャム…大さじ3
水…200ml

ジャム入りの
ソースで煮込んで
美味しさUP!



作り方

- 1 ボウルに合いびき肉、塩、黒こしょうを入れ、粘りが出るまで手で練り混ぜる。
- 2 Aと玉ねぎを順に加え、そのつどよく混ぜる。
- 3 2等分して小判型に形を整える。
- 4 フライパンに米油をひき弱めの中火で熱し、3を並べて焼く。
- 5 両面に焼き色がついたらBを加え、ふたをして弱火にし、15分煮込む。
- 6 器に盛って残った煮汁をかけ、お好みでゆでた野菜(分量外)を添える。



弱火でじっくり煮込むことで
コクのある味わいに

この料理に
ピッタリのワイン♪

同封の
ブルーベリー
大収穫祭チラシを
ご覧ください

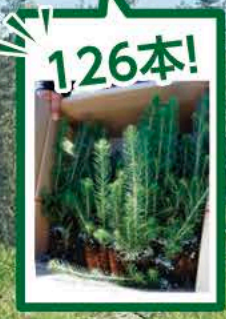


北欧の大自然に育まれる
高品質な「ビルベリー」を贅沢に使用

『北欧のビルベリーワイン』
GRAPE WINE with Bilberry

果実の甘味、酸味をしっかりと感じられる芳醇な味わいのワイン。
ひとみの健康成分「アントシアニン」もたっぷり入っています♪

わかさ生活から北欧の森への恩返し
もみの木を植えてきました



126本!



今回は、わかさ生活
スタッフ9名が視察に参加!

植樹時は
日差しが強く、
サンシャイン
メガネ、帽子
が手放せませ
んでした!
マーケティング担当 野村 葉子

大きく育ちます
ようにと
願いを込めて
植えました
商品担当 小田 葉月

最初に植えた樹は
こんなに大きくなりました!



2005年に初めて角谷社長
が植樹した際には、フィン
ランドの新聞の一面に大き
く掲載されました

線対策が欠かせませんでした!

**植樹で森への恩返し
日照時間の長さも実感しました**
ビルベリーを育んでくれている北欧の自然
への恩返しとして、2005年から植樹を行って
います。今回はスウェーデンで126本のもみの木
を植えてきました。フィンランドに続き、
スウェーデンでも自然に恩返しできたことが
すごく嬉しいです。植樹を行った森は、緯度が
高く太陽が近いこともあり、日差しが強く紫外
線対策が欠かせませんでした!

お客さまのために
私たちが選んだ

北欧のお土産 プレゼント キャンペーン実施中

北欧で選んだ特別プレゼントは
同梱のブルーベリー大収穫祭
チラシからご応募ください!
可愛い商品ばかりで悩みました
喜んでもらえると思います!
冊子「わかさ生活」担当 田森 奏帆

今月も第2班のメンバーが視察に行っています
北欧研修の様子はこれから
さらにご覧いただけます!



移動中は『血流促進
アイマスク』をつ
けて仮眠。ハードス
ケジュールでしたが、
おかげでしっかり休
養できました!

熱血わかさびと 番外編 北欧視察

vol.
05



「業界品質 No.1 を目指す」わかさ生活では、毎年『ブルーベリーアイ』の原料である北欧の野生種ビルベリーの生育状況を自分たちの目で確かめるために、社長をはじめスタッフが北欧まで視察に行っています。今回は、スウェーデンとフィンランドの森へ行ってきました。

5月末に視察! 春の北欧の森では ビルベリーの花が 元気に咲いていました

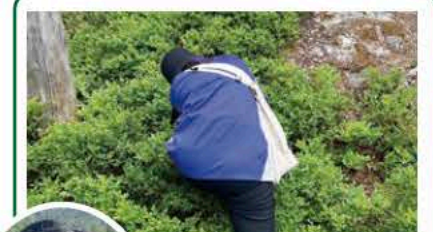
2カ国の森で ビルベリーの生育状況を確認

飛行機と電車を乗り継ぎ17時間以上かけてスウェーデンの北東部の森へ。早くも森の入り口からビルベリーの緑のじゅうたんが一面に! 背丈25cmほどの高さしかなく、約1ヵ月前には雪に埋もれていたと教えてもらいました。雪がとけた春の森で目をこらすと、ピンク色の小さな花がいっぱい咲いていました。たくさん咲いている花も、この先雨が少ないと実にならない可能性も。現地を訪れることで、間近でしっかりとビルベリーの生育状況を確認できました。

フィンランドの森では、ビルベリーの花が咲いていたスウェーデンとは異なり、もう花は落ちて実をつける準備をしていました。地域によってこれほど生育状況に差が出るのだから、広大な北欧で「一番いい状態のビルベリー」を厳選するのはどれほど大変か…。原材料を確保してくださる現地の方々につづく感謝です。



しゃがんでよく見ると
いっぱい花が!



北欧の大自然を感じて
いただけるように地面
にはいつくばって撮影
がんばりました!



サンタベリーの花も発見!



ビルベリーの花も
食べられると聞き、
口に入ると
甘くて美味しい!



デザイン担当 安井 わかな

お子さまにも飲みやすい
『ブルーベリーアイ+』



絵を描くのが得意な悠くんが
描いた電車の絵。かっこいい!!



今回は一緒に来てくれた末っ子の悠(11歳)はいろんなことに興味を持って元気よく育つてくれています。その点
は母としては申し分ないんですが、最近の小学生ってモニターを

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

うちの家族でアイケアの習慣があるんです。私は小学生の頃から集中して見つづけるとすぐ疲れたり、もやもやと見えたり、色々トラブルを抱えていたものですから、子どもたちには小さいうちからのケアを心がけています。

現代の子どもたちには早めのアイケアが必要

覚えています。その後冊子などで社長の考え方や、会社の取り組みなどを知りました。ただサプリメントを売るだけじゃなくて、視覚障がい者の雇用や盲導犬の支援など、積極的に社会貢献をし

ている会社の姿勢にとっても感心したんです。それからわかさ生活一筋。今は『ブルーベリーアイ』以外にも『わかさの乳酸菌』『わかさのDNA核酸』など、いろいろ愛用しています。



末っ子の悠くんと一緒に
Buruburu Aiai
京都四条店に
来ていただきました♪

滋賀県草津市 長井 真理子さま(53歳)
『ブルーベリーアイ小粒』ご愛飲歴 20年4カ月

ブルーベリーアイ
大好き
お客さま
ものがたり

3人の息子の母として、
管理栄養士として、家族の
健康には人一倍気を遣います

視覚障がい者の雇用、盲導犬支援 そんな企業の姿勢を信頼

産後、視界がかすむように感じて、サプリメントをいくつか試したのですが、その時『ブルーベリーアイ』が一番良かったんです。それがわかさ生活さんのお付き合いのはじまりでした。

私は管理栄養士の資格を持っているので、食品やサプリメントなどを選ぶ時は必ず裏面の成分表示をチェックするんですよ。家族が口に

するものですから常々そこは気を付けたいと思っています。

『ブルーベリーアイ』は成分内容がしっかり明記されていて安心したことを

商品パッケージの裏面の表示は必ずチェックします!



腕に抱かれていた悠くんは
こんなにお兄さんに!



懐かしい~!
息子がこんなに大きくなるくらい『ブルーベリーアイ』とのご縁は長いんですね

12年前のインタビュー時の
写真をご覧になる長井さま



『ブルーベリーアイ』を飲み続けている理由をぜひお聞かせください!

ハガキ、Webからご応募ください。
皆さまからのご応募お待ちしております!

ハガキから 冊子巻末の「体験談大募集」ハガキをご利用ください
Webから 右のコードを読み取ってご応募ください



掲載させていただいた方には
商品をプレゼント!!

お悩みにあった商品、気になっている商品をわかさプロアドバイザーがご相談に応じて一緒に選びます

※取材をお願いする場合、後日、わかさ生活からご都合のいい取材日などお打ち合わせのお電話をさせていただきます

ハガキやFAX、メールで、ぜひお声や作品をお寄せください。

みんなの 掲示板

皆さまからの
お便りをご紹介

ご投稿は
こちらから！



明るい色使いに
元気をもらえる
素敵なイラスト
です。ブルブル
くんとアイアイ
ちゃんがつって
もかわいいです。



ソツカ サオリ



山梨県 笠井 咲希さま



秋田県 伊藤 恵美子さま

雨の日でも心が和む素敵なイラスト
ですね。可愛い笑顔に癒されます。



ノムラ ヨウコ



千葉県 りんごとゆきさま

可愛いイラストありがとうございます。
CMに合わせて「ブルブル
アイアイ〜ブルベリーアイ」と口ず
さんでいただき嬉しいです。



ミナミ イクミ

いつも興味深く会報誌を
読ませていただいております。
商品の品質の確認は、実際に
食べて確認されている事に
とても安心させられました。
やっぱり わかて生活の商品は
大丈夫!!と確信しました。♡
ありがとうございます。

北海道 佐藤 美香さま

安心いただけたご
様子をお伺いでき
嬉しく思います。
「自分が食べられ
ないようなものを人
様にお売りはでき
ない」という信念の
もとこれからも商
品をお届けしてま
いります。



ジョウタツ
キミコ



岩手県 佐藤 玲子さま

素敵なイラストありがとうございます。
「目は一生の宝物」です。目の健康のため
に毎日継続することは本当に大事ですね。



タツミ フミヤ

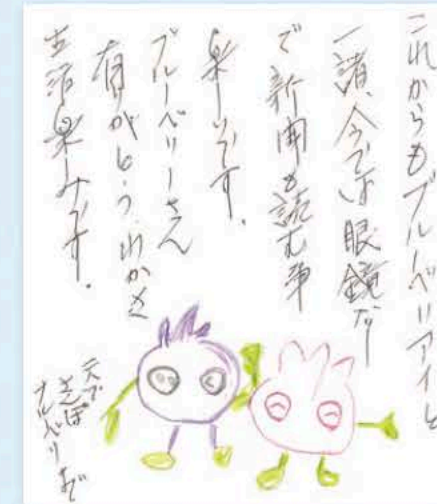


青森県 A・Aさま

夏にぴったりの
イラストありが
とうございます。
ブルブルくんが
とても涼しげで
かわいいですね。



ササヤマ ナツ



宮城県 高瀬 政子さま

ブルブルくんと
アイアイちゃんの
仲睦まじい姿に癒さ
れます。ひとみの調
子もいいご様子に
安心いたしました。
末永くよろしく願
いいたします。



イノウエ ユミ

ブルブルくん
Tubeをご覧い
ただきありが
とうございます。
今月もブルブル
くんがアントシ
アニソパワ〜
を發揮している
ので是非観てく
ださいね。



トダ ユリ



宮城県 海法 陽さま

ブルブルくんグッズのアイデアを
ありがとうございます。今月はブル
ブルくんの誕生日を記念して
色々なグッズをご用意しました。
ぜひ同封のブルーベリー大収穫
祭チラシをご覧くださいね。



オカモト ヒロコ

ブルーベリー アイとレタインの 長期間
飲み続けています。おかげで 年々重
むい方が減り 生活できています。
ブルブルくんと アイアイ ちゃんの犬
がたのミスコット販売して くれねと
うれしく 思います。 そういふ 計画 あり
まふか? 作て ほしいです。

徳島県 玉田 久子さま

応募締め切り 消印有効
2024年9月17日(火)

クイズは同封のわかてニュースに掲載しています

第96回 わかて クイズ甲子園に 感想・意見を 書いて 応募しよう!

ご応募いただいた
方の中から 抽選で500名様にプレゼント
『ブルブルくんと仲間たちマスコット4個セット』

切手 600-8008
京都市下区
四条烏丸長刀鉾町22
わかて生活
冊子8月号 係

- クイズの答え
- 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

クイズの答えと一緒に、冊子「わかて生活」
へのご意見やご感想を書いてハガキ、
またはインターネットから応募ください。
右のコードからスマホでもご応募いただけます。

※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。
※当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。
※個人情報の取り扱いについては⇒<https://www.wakasa.jp/info/privacy>



第94回クイズ甲子園(わかてニュースNo.308)の答え

527

<https://bit.ly/4baeipc>

今月のクイズ甲子園の答えは冊子「わかて生活」10月号に掲載します。

ブルーベリー大収穫祭キャンペーン応募方法

簡単3ステップ

3 応募する

ログインが完了すると自動的にキャンペーン応募ページが開きます

ブルーベリー大収穫祭応募フォーム

大収穫祭
プレゼントキャンペーン
抽選で **888** 名様に
合計

隠れているブルーベリーを
収穫して豪華商品を当てよう!
チラシの中に隠れたブルーベリーの実を
探して6つの文字を組み合わせると1つの
言葉になります。その言葉はなんでしょう?

2024年9月17日(火) 23:59

6つの文字を組み合わせて
できた言葉を記入してください

欲しい賞品を選んで
チェックしてください

☐ 北欧からの贈りもの賞
☐ ブルブルくんおめでとう賞
☐ ブルーベリーを味わう賞
☐ 大好きブルーベリーアイ賞

タップ 登録する

※画像はイメージです

回答を入力し欲しい賞品を
選んで「登録する」をタップ

応募完了!

2 ログインまたは 新規で登録する

A アカウントをお持ちの方

ログイン

会員のお客様

メールアドレスとパスワードを入力してログインしてください。

メールアドレス

パスワード

メールアドレスとパスワードを
入力してログイン

または

B はじめての方

キャンペーンでお得!

公式サイトで利用できる
ポイント付与!
※100円(税込)ごとに1ポイント!

はじめての方はこちらからお客様情報の入力
を行ってください。

お客様情報を入力

ログイン画面の下の方へ
スクロールし
「お客様情報を入力」をタップ。
必要事項を入力して登録する

1 コードを読み取る



「ブルーベリー大収穫祭」のコード

カメラを起動して
上のコードにカメラをかざし、
表示されたURLをタップすると
「ログイン」画面が表示されます

さあ! キャンペーンに
応募しましょう!

さらに!
わかさ生活ショッピングで
お得にお買い物も
できますよ!



次回は

お得なお買い物物ができたり、ゲーム
やレシピーも楽しめる「わかさ生活」の
アプリをご紹介します。



でお買い物すると**お得**がいっぱい!

- お得1** 5,000円(税込)以上の
ご購入で**送料無料**
- お得2** Web限定クーポンや
キャンペーンでお得!
- お得3** わかさ生活ショッピングで
使える**ポイント付与**
1ポイント=1円として使用※
- 【獲得ポイントの確認方法】
をタップして
「マイページ」でポイントを確認

※ご注文金額の100円(税込)ごとに1ポイント付与 ※商品ご注文時にお支払い金額から値引きして使用

タップ

わかさ生活
SHOPPING

5,000円以上ご購入で送料無料!

マイページ

わかさ 花子様

ログアウト

現在のポイント: 0 ポイント

現在のランク
通常会員

スマホを使って わかさ生活を**楽しもう!** Vol. 2

ブルーベリー大収穫祭の キャンペーンに応募しよう!

同封の
ブルーベリー
大収穫祭チラシを
ご確認ください

抽選で **888** 名様に
合計 **888** 当たる!! **大収穫祭**
プレゼントキャンペーン

応募締切 2024年9月17日(火) 23:59

隠れているブルーベリーを収穫して豪華賞品を当てよう!

ブルーベリー大収穫祭チラシの中に隠れた
ブルーベリーの実を探して6つの文字を組み合わせると
1つの言葉になります。その言葉はなんでしょう?

チラシの中に隠れている
ブルーベリーの実を全部
見つけて答えてね



北欧からの贈りもの賞
北欧で人気のお土産セット

※プレゼントはイメージです

8
名様



ブルブルくん
おめでとう賞
ブルブルくんグッズのセット

80
名様



ブルーベリーを
味わう賞
ブルーベリー
ドライフルーツ
300名様



大好き
ブルーベリーアイ賞
ブルーベリーアイ(7粒)
500名様

覚えて! スマホの操作用語

タップ = スマホの画面のアイコンや表示を指で軽くたたく操作 **スクロール** = 画面を上下左右に移動させて隠れているところを表示させること

牛乳由来の動物性たんぱく質「ホエイプロテイン」 豊富なアミノ酸で元気なからだづくりをサポート!

数量限定!
新商品

わかさのたんぱく習慣 ホエイプロテイン

ほんのりミルク風味 プレーン味

通常価格 3,600円(税込)
送料500円

有用成分:
ビタミンB6、ビタミンC、
ビタミンD、亜鉛、
マグネシウム
※原材料の一部に乳を含む

ホエイ
プロテイン
動物性



顆粒 225g(約15日分)
1日の目安:スプーン3杯分(約15g)

ソイ
プロテイン
植物性



動物性と植物性の
合わせ技がオススメ!

お得な2袋セット 1,200円
特別価格 6,000円(税込)
送料500円



わかさのたんぱく習慣

ブルーベリー味

通常価格 3,600円(税込)
送料500円

有用成分:ビタミンA、ビタミンB1、
ビタミンB2、ビタミンB6、ビタミンD、
カルシウム、マグネシウム、亜鉛
※原材料の一部に大豆、大豆を含む
※パッケージは変更になる場合がございます

『わかさのたんぱく習慣』初回
ご購入の方全員に
『ブルブルくんシェイカーボトル』
プレゼント!
※おひとり様1回限り 大容量サイズ
500mL

一粒に28種類のひとみの 健康成分を凝縮

ブルーベリーアイ

通常価格 2,200円(税込)
送料200円

定期お届け
コース 1,980円(税込)
送料無料



ソフトカプセル
1袋31粒入り
(約1ヵ月分)
1日の目安:1粒
※原材料の一部に
乳、大豆、ゼラチン
を含む

試作に試作を重ね、 好評のレシピを掲載!

100日まいにち ブルーベリー

通常価格 1,650円(税込)
送料200円

著者:株式会社わかさ生活 発行:アスコム



掲載
13P

アントシアニンにプラス、 ルテインのダブルの効果!

新商品

機能性表示食品 届出番号I69

ブルーベリーアイ Wの効果

通常価格 3,000円(税込)
送料200円

定期お届け
コース 2,700円(税込)
送料無料



ソフトカプセル
1袋31粒入り(約1ヵ月分)
1日摂取目安:1粒

機能性関与成分
ビルベリー由来アントシアニン 40mg、ルテイン 6mg
※原材料の一部に乳、大豆、ゼラチンを含む

●食生活は、主食、主菜、副菜を基本に食事のバランスを。●本品は、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官に
個別審査を受けたものではありません。●本品は、疾病の診断、治療予防を目的としたものではありません。

ビルベリー由来
アントシアニン
ピント調節力を改善
+ マリーゴールド
ルテイン
かすみやぼやけを緩和

ご愛飲者の95%以上の方が利用されている 定期お届けコースが便利!

特典1 特別価格でお届け 毎回注文いらず
通常価格より10%OFF ずっと特別価格

特典2 全国どこでも
送料無料 ※送料はわかさ生活が負担します。

●定期お届けコースは送料無料で、今回のみのご注文は別途送料がかかります(郵送200円・宅配便500円)。●お客さま都合の配送方法変更によってかかります送料・手数料はお客さまのご負担となります。●お届けは電話・インターネット・FAXからご注文の場合3日前後、ハガキからの場合、投函後7日前後。●注文ハガキをFAXで送信される際は、必ず両面をご送信ください。●ご注文商品や数量によって、郵送または宅配便でのお届けになります。●お支払いは商品到着後にコンビニ・郵便局からお振込を。各種Pay、口座自動引落(お手続きが必要です)、クレジットカード払いなどもご利用いただけます。●口座自動引落は翌月の27日、クレジットカードの場合は各会社の会員契約に基づき自動的に代金を引落しいたします。●返品は未開封に限り8日以内(返送料はご負担ください)。定期お届けコースのご変更はお届け予定日の10日前までにご連絡ください。●お客さまのお悩みに合わせて定期お届けコースやさまざまな商品もご案内させていただきます。

各商品の全成分はWebページでご確認いただけます

ご注文はお電話、または別紙チラシのハガキをご利用ください。ご注文の際は 34-0092係 とお伝えください

通話料 無料 0120-132-0611 受付時間 7:00~21:00 FAX.0120-132-075

Web サイト わかさ生活 SHOPPING

1ヵ月で7000個売れた!

ひとみの健康を支えてきた わかさ生活が提供する「目薬」

掲載
8P

眼疲労

疲れた目の機能を回復・改善
眼疲労に8種類の有効成分

第3類医薬品

ビーナスアイ

通常価格 780円(税込)
送料200円

15mL

用法
用量 1日3~6回、1回1~3滴点眼してください。
※ソフトコンタクトレンズを装着したまま使用しないでください

効果
効果 目の疲れ、結膜充血、眼病予防(水泳のあと、ほろりや汗が目に入ったときなど)、紫外線その他の光線による眼炎(雪目など)、眼瞼炎(まぶたのたれ)、ハードコンタクトレンズを装着しているときの不快感、目のかすみ(目やにの多いときなど)

有効成分
(100mL中) ネオチグミンメチル硫酸塩5mg、イブプロフェン・アミカシロン・グリチルリチン酸二カリウム250mg、クロルフェニルメチル・グリチルリチン酸二カリウム10mg、ヒドロキノン塩酸塩(ビタミンB6)50mg、L-アスパラギン酸カリウム1000mg、タウリン500mg、添加物:ネウトラ、ネウは、ポリリン酸ナトリウム、クロロブタノール、ベンザルコニウム塩化物



ドライアイ

つらい目の乾きに、
とろんとして包み込むような
優しいさし心地

第3類医薬品

マーキュリーアイ

通常価格 780円(税込)
送料200円

15mL

用法
用量 1日5~6回、1回2~3滴点眼してください。
※コンタクトレンズを装着したまま可能

効果
効果 目の疲れ、涙液の補助(目のかわき)、ハードコンタクトレンズ又はソフトコンタクトレンズを装着しているときの不快感、目のかすみ(目やにの多いときなど)

有効成分
(100mL中) 塩化ナトリウム516mg、ヒプロメロース300mg、添加物:デキストラン70、ホウ酸、クエン酸水和物、クエン酸ナトリウム水和物、D-マンニトール、エデト酸ナトリウム水和物、塩化ポリドロンウム、水酸化ナトリウム



ヒプロメロース配合の
涙液型目薬

お得 それぞれ3個セットが15%OFF



3個セット 1,980円(税込) 送料200円

2024年9月17日(火)まで

医薬品のためお届けは別便となり、送料も別途がかかります。またお支払いについては、GMO後払いによるお振込みになります。振込用紙は商品とは別でのお届けとなります。

累計
40,000本
販売
※2024年6月時点

3つの有害光線 紫外線・ブルーライト・近赤外線 から 目を守る

掲載
9P

サンシャインメガネ

ブルブルくん ブラック

通常価格 5,880円(税込)
送料500円

ブルブルくん
サイズ(約):幅14.0×奥行14.5×高さ4.4cm
カラー:パール レンズ:ブルーグリーン
商品重量:約16g

ブラック
サイズ(約):幅14.0×奥行14.5×高さ4.5cm
カラー:ブラック レンズ:ブルーグリーン
商品重量:約18g

【共通】
材質:レンズ/プラスチック(割れにくいポリカーボネイト)
フレーム/ポリアミド樹脂



男女兼用
レンズが大きいので
男性にもおすすめ

レンズが大きくなって
より広範囲をカバー

このような方におすすめ
☑白内障予備軍または白内障の手術後、太陽がまぶしい
☑車の運転中まぶしく感じ目が疲れる
☑パソコンやスマホをよく使う
☑これからの紫外線対策に

2本セットがお得! 組み合わせ自由! 2本セット 9,900円(税込) 送料500円

サンシャインメガネ(ブルブルくん) 2本 | サンシャインメガネ(ブラック) 2本 | サンシャインメガネ(ブルブルくん) 1本 | サンシャインメガネ(ブラック) 1本

1本あたり
4,950円(税込)

■ 医薬品販売にあたっての表示義務の記載 わかさ生活 薬店

【許可の区分】店舗販売業 【販売者の名称】株式会社わかさ生活 【店舗名称】わかさ生活 薬店 【住所】京都市中京区東洞院通錦小路元元竹町647番地1 大平ビル3階
【許可番号】第20542号 【有効期限】令和3年2月9日から令和9年2月8日 【管理者名】登録販売者西村 彩 【勤務する薬剤師及び登録販売者の氏名及び担当業務】西村 彩(販売・相談)
【取り扱う一般用医薬品の区分】第2類・第3類医薬品 【店舗に勤務する者の氏名などによる区分に関する説明】(薬剤師)名札(氏名、薬剤師)、白衣(ドクターコート)着用 【登録販売者】名札(氏名、登録販売者)、白衣(ケース)着用 【一般従事者】名札、エプロン着用 【営業時間】月~金 9:00~12:00/13:00~16:00 (休)土・日・祝
【相談時及び緊急時の連絡先】電話:0120-132-011 8:45~11:45/12:45~17:45(土・日・祝日、および夏季休業期間と年末年始休業を除く)

要指導医薬品、一般用医薬品販売制度に関する事項

事項	区分	医薬品の区分と販売制度について			
		要指導医薬品	第1類医薬品	第2類医薬品	第3類医薬品
定義及び説明	要指導医薬品	特にリスクの高い医薬品	リスクが比較的低く、特に注意を要する医薬品	リスクが比較的高い医薬品	リスクが比較的低い医薬品
表示	要指導医薬品	第1類医薬品	第2類医薬品又は第3類医薬品	第2類医薬品	第3類医薬品
対応する専門家	薬剤師	薬剤師又は登録販売者	薬剤師又は登録販売者	薬剤師又は登録販売者	薬剤師又は登録販売者
情報提供	義務(書面等を用いて情報提供)	努力義務(書面等を用いて情報提供)	努力義務(書面等を用いて情報提供)	努力義務	規定なし
陳列方法	薬剤師が対面での情報提供するため、お客様が直接手に取れない陳列にします。ご希望のお客様はスタッフにお申し付け下さい。また、専門家不在の場合は、医薬品売場を閉鎖し、閉鎖時に販売できません。	専門家不在するカウンター等から7m以内で陳列し、情報提供の機会を高めます。	専門家不在するカウンター等から7m以内で陳列し、情報提供の機会を高めます。	区分ごとに分けて陳列をします。	
相殺があった場合の対応	義務(すべての医薬品に対する相殺に対応しています。)				

【医薬品の使用期限】使用期限が6ヵ月以上ある商品を取り扱っています。

医薬品による健康被害救済制度について
万一、医薬品による健康被害を受けた方は「医薬品副作用被害救済制度」が受けられます。(一部救済が受けられない医薬品・副作用が異なります。)救済認定基準や手続きについては、下記にお問合せ下さい。
独立行政法人 医薬品医療機器総合機構
http://www.pmda.go.jp/index.html
救済制度相談窓口 0120-149-931(フリーダイヤル)
9:00~17:00(月~金 祝日・年末年始除く)

苦情相談窓口について
要指導医薬品及び一般用医薬品販売制度の運用についての苦情相談は、下記窓口までご連絡下さい。
京都市保健福祉局医療衛生推進室 医療衛生企画課 TEL:075-222-3430
医薬品の陳列状況



当店では、販売等によって知り得たお客様の個人情報を適切に取り扱っています。個人情報の取り扱いについて、ご不明な点や疑問等がございましたら、お気軽にお問合せください。