

ココロとカラダが生き生きする毎日★月刊コーヨーライフ

February
2014
Vol.179

KOYO LIFE 2



【特集】

増え続ける認知症、うつ、発達障害

日本を蝕む「脳の病」の現状

うるおいと温熱の、 やさしいぬくもり。

肌にやさしいほっとなるおいで蒸しながら、
『植物性炭素繊維』の遠赤外線で
体の内側までぽかぽかに。
生命のミネラル源『サンゴ砂』の
自然で均一な温熱が、体をやさしく温めます。

遠赤蒸しマット

ULMO

ウルモ



【楽器で遊ぶ女の子】

カラフルな木琴を楽しそうにたたく女の子。おもちゃの楽器をたたいたときの楽しさから、音楽の道へ進む…なんてこともあるかもしれません。子どもの可能性は無限大！可能性を広げて、安全で快適な環境を用意するのは大人の役目。食べるもので子どもは成長していきます。安全な食品をもう一度見直したいですね。

発行：株式会社高陽社

〒501-6304
岐阜県羽島市舟橋町出須賀3-38

TEL 058-398-5040 (代表)

監修：川村賢司 (医学博士)

4

特集

増え続ける認知症、うつ、子どもの発達障害

日本を蝕む「脳の病」の現状

14

川村先生のロコモ対策で健康長寿

第11回

春の訪れ？花粉の季節到来！

15

心が健康になるコラム 第10回

女性が男性に求めるものは？

16

イベントレポート

全国へ広がる「美しくなる喜び」

Koyo Beauty Party

20

Pick Up Item

この感覚は、体験した人だけが
味わえる極楽。

21

みうちちゃんママの夢を育てる子育て通信

第32回

世界ジュニア選手権大会、
試合中継！

22

ひえとりCAFE

24

ゴッドスバでぬくもりセルフマッサージガイド

第2回 左鎖骨リンパ節

30

新連載 今をときめく人、ココダイヤさん

100歳なんて、まだまだこれからよ！



緊急特集

どうなる!?
これからの健康

増え続ける「認知症」、「うつ」、「子どもの発達障害」

日本を蝕む「脳の病」の現状



予備軍も含め800万人と増え続ける認知症患者。
家族は支えることができるのか？
なぜこんなにもうつの人が多い社会になったのか？
なぜこんなにもキレやすい子どもが増えているのか？
この原因の一端が食生活、特に油にあると聞いたなら…。
あなたはどうしますか？



誰にでも起こりうる 身近な問題

日本の高齢化社会は、とどまることを知らず、2013年には65歳以上の人口が3千万人を超え、超高齢社会がすでにやってきている。それを象徴するように、表面化している問題は数多くあるが、やはりもともと人々が不安を抱えているのが、認知症患者増加の問題ではないだろうか。

昨年6月の調査では、推計で462万人。予備軍を含めると800万人という。「自分

は大丈夫だろうか？」「うちの親は大丈夫だろうか？」決して他人事とは思えない、いつ自分に降りかかってきてもおかしくないと感じている。

しかし、この問題への対策はほとんどなされていないのが現状。むしろ施設不足で、増加の一途をたどる患者に対応しきれない、介護する側の精神的な負担など、問題は山積み。せめて、認知症の現状を知り、いざというときに備えておきたい。

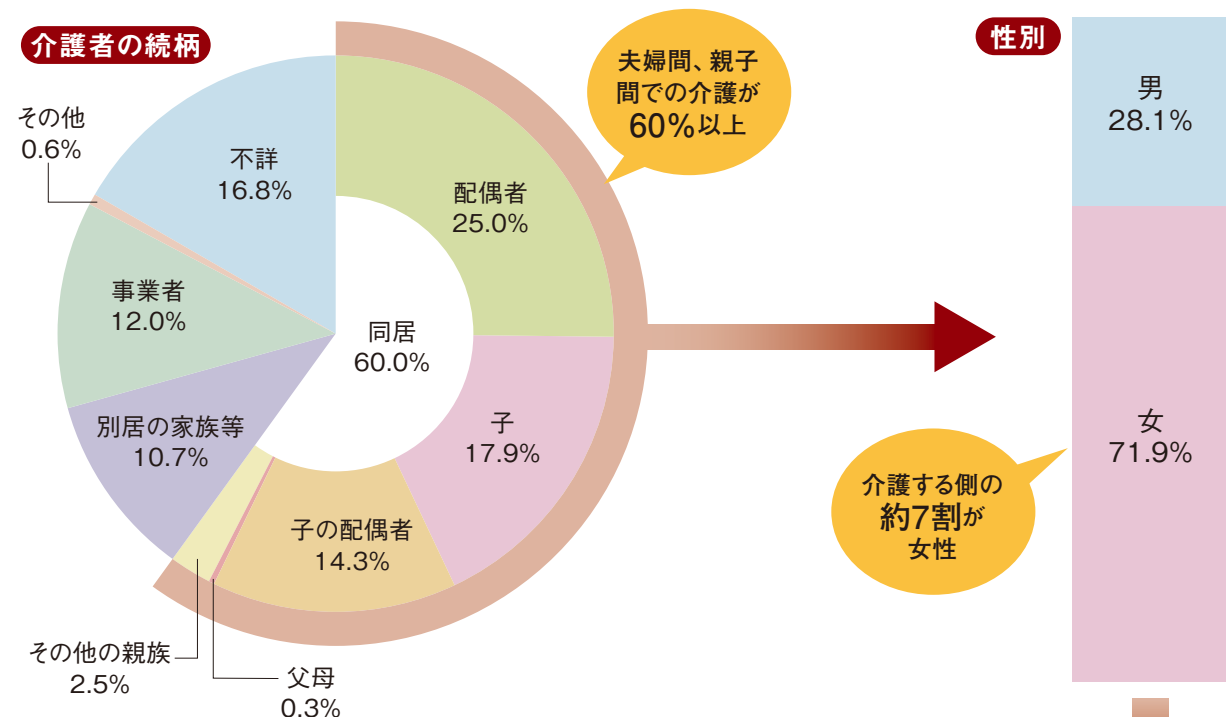
さらに今、うつや子どもの発達障害の問題も増えている。

これらの問題に共通して関連しているのが「脳」。動物の感情・行動・心を司る重要な器官。その脳に今問題が起こっている。そして、その原因の1つとして食生活、特に油が考えられている。

毎日繰り返される食事。その中でも使わない日はないというほど身近な「油」。油が私たちの脳に影響を与えているとしたら、おびやりにしてきた習慣で、積みも積もったときに問題が起こっているとしたら。もう一度、脳の健康について考えてみたい。

もはや80代を60代が介護する時代

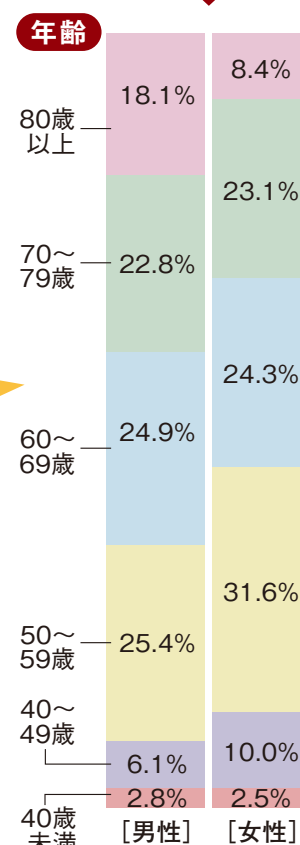
「老老介護」「病病介護」「認認介護」という現状



厚生労働省の「国民生活基礎調査」（2007年）によると、要介護者のおよそ60%は在宅で介護を受けており、介護にあたる介護者は、配偶者がもっとも多く、子どもがこれに続く。夫婦の場合、夫を妻が介護することが多く、年齢は60歳以上が半数以上。80歳以上の介護者も少なくない。高齢者を高齢者が介護する「老老介護」は、今後も増えていくと予測される。それに加え、疾患や障害を持った人が介護をする「病病介護」この中には、認知症の人が認知症の人を介護する「認認介護」も増えている。



介護する側の年齢も60代以上が半数を占める



参考資料：『よくわかる認知症の教科書』長谷川和夫・著（朝日新書）
『認知症ぜんぶ図解』三宅貴夫・著（メディカ出版）

現状DATA1

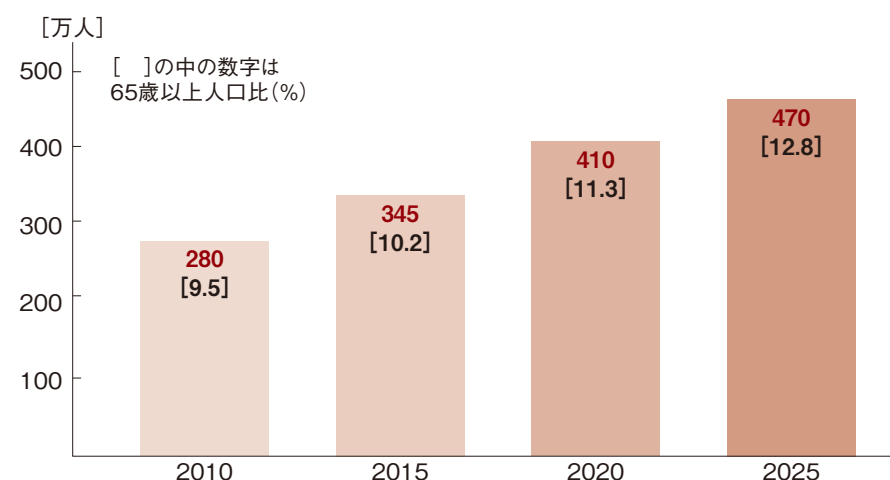
増え続ける認知症。予備軍を含め、

認知症800万人の社会とは？

65歳以上の人口が3000万人を超え、超高齢社会となっている現代日本。さらに高齢者認知症の数は毎年とどまることを知らず増え続けている。

10人に1人が認知症という日本社会

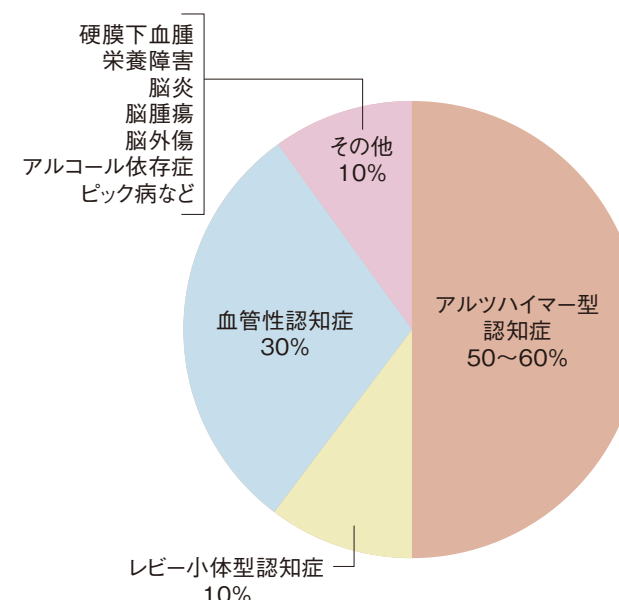
認知症の高齢者*の将来推計数



*認知症の高齢者とは「日常生活自立度Ⅱ以上の認知症高齢者」
出典●厚生労働省老健局高齢者支援課認知症・虐待防止対策推進室「認知症高齢者数について」、2012

2013年6月発表の厚生労働省研究班の調査結果によると2012年時点で65歳以上の認知症患者は約462万人、予備軍を含めると、800万人以上。実際に、65歳以上の4人に1人が認知症ということに。日本の超高齢社会を考えると、認知症の人が今後ますます増えることは十分予測される。

認知症の原因疾患の比率



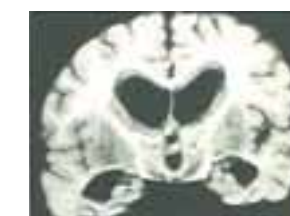
認知症の60%がアルツハイマー型

アルツハイマー型認知症の脳萎縮



正常な脳

左右大脳半球は脳梁で結ばれている



アルツハイマー型認知症の脳

両側の側頭葉に萎縮がある

認知症は病名ではなく、原因疾患の総称。認知症状を引き起こす原因疾患は70ほどあるが、その中でもっとも多いのがアルツハイマー型認知症。

高齢者

現状DATA3

キレイやすい子どもを作る食生活とは？

子ども

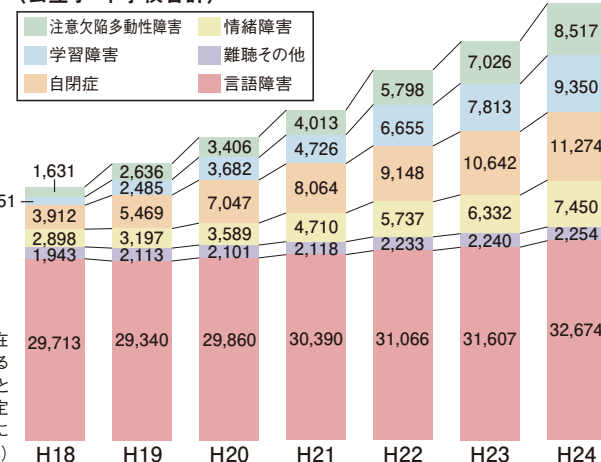
子どもの脳を破壊する危険な油！

生活習慣病などで問題になっている「トランス脂肪酸」。実はこの危険な油の影響が、子どもの脳を直撃している。現代の食生活が生んだ危険な油を日常的に食べている子どもたち。これを知って、あなたは子どもに問題の食品を食べさせられるだろうか？

注意欠陥・多動性障害 (ADHD) の症状が現れている子どもの増加

通級とは、普段はみんなと同じ授業を受け、週に何時間か別の教室で障害に応じた教育を受けることをいい、特別支援教育のひとつ。文部科学省の調査によると、通級指導を受けている発達障害（自閉症、アスペルガー症候群、その他発達障害、注意欠陥多動性障害）の児童は、過去6年間で約4倍も増えている。

通級による指導を受けている児童生徒数の推移（公立小・中学校合計）



※各年度5月1日現在
※「難聴その他」は難聴、弱視、肢体不自由及び病弱・身体虚弱の合計である
※「注意欠陥多動性障害」及び「学習障害」は、平成18年度から通級指導の対象として学校教育法施行規則に規定
(併せて「自閉症」も平成18年度から対象として明示：平成17年度以前は主に「情緒障害」の通級指導の対象として対応)

DATA

イギリス・オックスフォード大学のピュリ医師らは、トランス脂肪酸は脳の活動に必要な酵素を破壊し、注意欠陥障害 (ADD)、注意欠陥多動性障害 (ADHD) などを引き起こす大要因になるというレポートを発表している。



ピュリ医師

子どもの脳と油の密接な関係

すべての世代の子どもたちの体はジャンクフードでできていると言っても過言ではない。そして、それらに含まれるトランス脂肪酸が彼らの脳にどんなことをしているかを考えると恐ろしい。



現状DATA2

「新型うつ」も増加

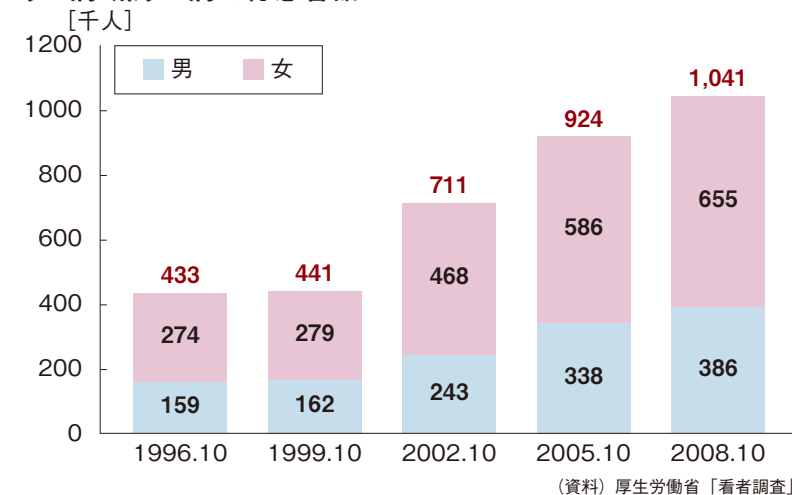
青年

うつは脳の栄養不足が原因だった！

104万1000人。2008年時点でのうつ病、躁うつ病の患者数。現代社会が抱えるストレスが心の病となって現れるうつ病だが、脳への栄養不足が大きな原因となっていた事実、知っていますか？

うつ病・躁うつ病患者の推移

うつ病・躁うつ病の総患者数



1996年には43.3万人だった総患者数は、2008年には104.1万人と9年間で2.4倍に増えている。男女別では、男性より女性の方が、1.6倍と多い。年齢では、男性は40代がもっとも多く、50代がこれに続く。女性は40代がもっとも多いが、60代70代も多いのが特徴。近年の増加傾向では、男女ともに30代の増加率がもっとも多い。若い働き盛りの世代にうつが増えている。

心をつくる脳が栄養不足を起こしている！

心をつくる3つの脳内神経伝達物質

●脳内神経伝達物質の種類

タイプ	神経伝達物質	おもな作用
興奮系	ドーパミン	快感・陶酔感、情緒・認識、攻撃、創造性、運動機能
	グルタミン酸	記憶、神経細胞の興奮
	アセチルコリン	学習・記憶、睡眠
	ノルアドレナリン	目覚め、集中力、積極性、興奮・攻撃、不安、恐怖、痛みの軽減
抑制系	GABA	脳の興奮を抑制
調整系	セロトニン	行動は抑え、気分を保つ

心の状態や感情は脳にある膨大な数の神経細胞、神経伝達物質によってつくれる。興奮系、抑制系、調整系と呼ばれている神経細胞がそれである。心を健全に保つには、このバランスが大切。そのために不可欠なのが栄養。脳の栄養不足は、神経伝達物質のバランスを崩し、うつ・躁うつ症状を招く。

「うつ」な人の食べ方

食べないタイプ

- ・ダイエットしている人
- ・食欲がないと食べない人

糖質依存タイプ

- ・ごはん、パンが好き
- ・砂糖を含むお菓子が好き

ドカ食いタイプ

- ・食べてストレス解消する人
- ・忙しくて食事を抜きがちの人

単品食いタイプ

- ・健康を意識して野菜や果物だけといった偏った食べ方をする人

(参考資料)『うつは食べ物で原因だった!』
溝口徹・著 (青春出版社)

トランス脂肪酸と生活習慣病

右のグラフを見てください。食用油の消費量と糖尿病受療者の伸び率を示す直線は、驚くほど酷似しています。現在、増えている花粉症、アレルギー疾患、うつ、ガン、アルツハイマー病、パニック障害、片頭痛、糖尿病など、いわゆる慢性病、生活習慣病と呼ばれる疾患は、実は食用油と深い関係があるのです。「油なんて気をつかってなかった…」という方で、上記の疾患をお持ちでしたら、右のグラフを見てもみぬふりはできないでしょう。食卓の油を見直し、健康を取り戻すチャンスは今かもしれません。

トランス脂肪酸が引き起こす病気

アレルギー疾患

うつ

花粉症

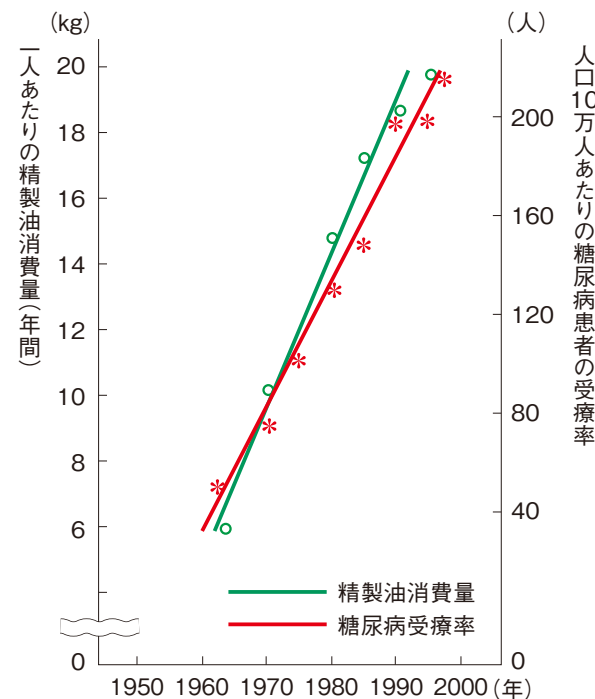
認知症

パニック障害

ガン

食用油脂の消費量と糖尿病受療率

食用油脂の消費量と糖尿病受療率の関係



現状DATA4



後藤日出夫

1946年福岡県生まれ。山口県宇部市在住。工学博士、分子化学療法研究所代表。多くの人が健康で楽しい人生を全うし、それを支える健全で安全な社会環境を築くべく日夜奮闘中。著作には『医者には口にできない 病院治療で糖尿病がよくならない本当の理由』『お医者さんにも読ませたい「片頭痛の治し方」』（健康ジャーナル社）

アメリカでは全面禁止!

トランス脂肪酸 放置状態の日本!

昆虫も寄ってこない、「プラスチック化された油脂」＝トランス脂肪酸。アメリカでの使用全面禁止を受けてもなお、何の対策も講じない、わが国日本。しっかり現実を知り、家族の健康を守る知識を持たなくてはならない。

細胞を破壊する危険な油、トランス脂肪酸。 アメリカでは使用が禁止されているという事実

健康に重大な影響を及ぼすとされる「トランス脂肪酸」。このトランス脂肪酸の食品への使用を全面的に禁止する方針が、米食品医薬品局（FDA）から昨年発表されました。トランス脂肪酸の使用を減らすことで、年に7,000人の死者と最大2万件の心臓発作を回避できる可能性があるということです。米国ではすでに2006年から、トランス脂肪酸の含有量表示が義務化されており、日本以外の先進諸国では、なんらかの対策がなされているのが当然なのです。



「植物油は体によい」 神話のウソ

約50年前、アメリカで発表された「動物性脂肪の摂り過ぎが動脈硬化や心臓病を引き起こしており、植物油はコレステロールを下げる」という実験結果がきっかけとなり、植物油神話が始まりました。しかし、これは事実とは異なり、むしろ植物油はガンの発生率を高めるという発表が約30年前にすでにアメリカの国立がん研究所がしています。もちろん、すべての植物油が体によくないというわけではありません。積極的に摂った方がよい油、摂り過ぎ注意の油という具合に、油への関心を深め、自身で判断できる知識を身につけましょう。



遅すぎる日本の トランス脂肪酸対策

トランス脂肪酸は、工業的に精製・加工するときに産生する物質で、大量生産が必要な多くの植物油がこうした製法に頼っています。また、水素添加して製造する過程で発生し、マーガリンやファットスプレッド、ショートニングなどにはかなりの量が含まれるのです。先進各国ではなんらかの対策が常識となっているトランス脂肪酸が、日本では何の疑問も抱かれず、商品化され、スーパーに当たり前のように並んでいるということを、皆さんはどう感じますか？

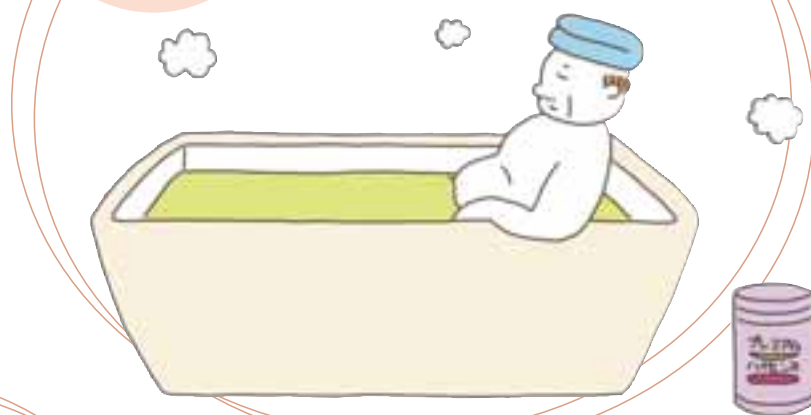
国内で流通されている食品の トランス脂肪酸含有量

食品名	試料数	平均値 100g中
ショートニング	10	13.6 g
マーガリン・ファットスプレッド	34	7.00 g
ラード、牛脂	4	1.37 g
食用調合油等	22	1.40 g
ビスケット類	29	1.80 g
マヨネーズ	9	1.24 g
バター	13	1.95 g

いますぐ始めよう!
脳を健康にする
生活習慣
生活編

冷え取り生活

しっかり湯船に浸かる、こまめな足湯で
体の冷えを撃退!!



運動

楽しく長続きできて、
少し汗ばむくらいの
運動を習慣に!



酸素・水分を しっかり摂る

のどが渴いていなくても、
こまめに水分補給を心がける。



趣味を持つ、 家族や友人と談笑!

時間を忘れて、集中できる趣味や
声を上げて、大笑いすることは
脳の活性化にもいい。



後藤先生オススメ!

健康になる油!

いますぐ始めよう!
脳を健康にする
生活習慣
食事編

現代社会を生き抜くために、脳の健康を守ることが大切です。
脳の健康のために食生活の中で、ぜひ考えてほしいのが、油の質。
後藤先生がおすすめする健康にいい油をご紹介します。

高品質な油の 基本的な選び方

1. コールドプレス製法（低温圧搾）
2. 有機栽培（オーガニック）
3. 無ろ過、無精製、無添加



アマニ油

◆ α -リノレン酸（オメガ3系）が多い!

体内でEPAやDHAに変化し、細胞の再生、生まれ変わり、血液をつくるうえで大切な成分となる。えごま油（シソ油）にも同じ効果がある。

魚油

◆ EPA、DHA（オメガ3系）の代表格!

動脈硬化予防、血圧低下、抗アレルギー、抗炎症作用がある。
現代人は肉食に傾きがち。日ごろから週に2回程度、青魚を食べると効果的。



ココナッツオイル

◆ 天然の中鎖脂肪酸がすばやくエネルギーに!

消化吸収が長鎖脂肪酸の約4倍、代謝は10倍とすばやく
体のエネルギーになるから、体にたまらない!
さらに脳の栄養にもなることがわかっている。

川村先生のロコモ対策で健康長寿! 第11回

食生活からの対策も大切!

春の訪れ? 花粉の季節到来!

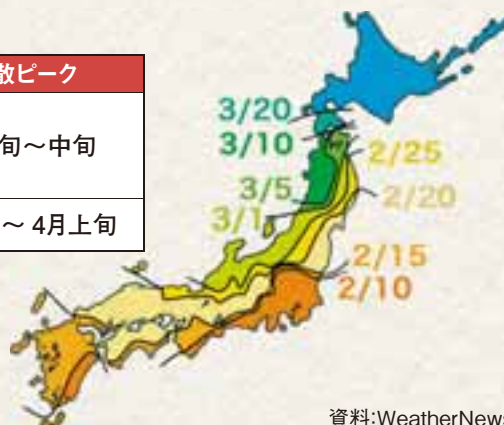
花粉症の方は、もうそろそろ気になりだす今年の花粉飛散量、そして、時期。

早め早めの対策を講じている人も多いのでは?

さらに今年は食生活、特に油に気を遣ってみることを提案します。

◆2月上旬から花粉シーズン到来

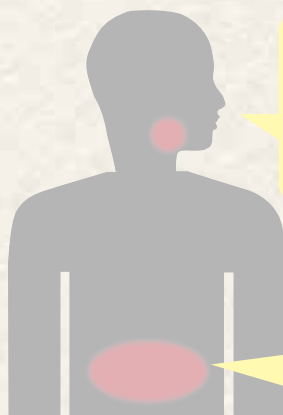
地方	飛散開始時期	飛散ピーク
関東地方、九州南部	2月初旬	3月上旬～中旬
東海・西日本	2月中旬	
北陸・東北地方	2月下旬～3月上旬	3月下旬～4月上旬



資料:WeatherNews

昨年の夏は猛暑だったため、雄花の生産量が多くなっています。早め早めの対策を心がけましょう。

花粉症を緩和する食事のポイント



◎アレルギー反応を抑制
(ポリフェノール、EPA、DHA)

◎粘膜の強化
(ビタミンC、Eなど)

◎腸内環境を改善
(乳酸菌、プロピオン酸菌、食物繊維、オリゴ糖、EPA、DHA)

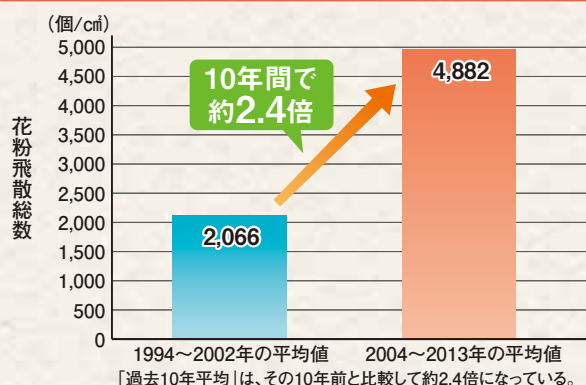
花粉症の症状を和らげるために生活習慣をしっかりと正すことが大切。免疫力を整え、アレルギー症状の緩和に役立てましょう。今、注目したいのは、食用油です。油にはいろいろな種類があり、体に悪い油が、アレルギー症状を起こす原因の1つにもなります。食卓の油をちょっといいものに変えてみるのもいいかもしれません。



Profile

川村賢司 (かわむら・けんじ)
医学博士。元北里大学薬学部准教授。東京科学技術研究所・所長。各種健康食品の分析・診断、明晰な解説が好評を博している。

花粉飛散総数 10年間の平均値推移 (船橋市の例)



女性が男性に求めるものは？

文／高野誠一

イラスト／藤田マサトシ

例

え小さな子どもからであって
も、「おじさん」と呼ばれ
ると、「おい、おい、ちやうやろ」と
と反射的に突っ込んでしまう。

もちろん子どもからしたら、十分
おじさんの部類に入るわけだが、い
わゆる「おじさんくさい、おじさん
にはなりたくない！」というささや
かな心の抵抗があるのだ。それはな
ぜか？

「おじさん」という言葉からイメー
ジするものは何？と問えば、返って
くるものは圧倒的にネガティブなも
のが多い。「体臭」「フケ」「不潔」「デ
ブ」「疲労感」などなど、あげれば
切りがないほど、世間の皆さんは「お
じさん」に対して辛辣なのだ。

これでは、若者がおじさんに憧れ
るはずがないのである。きっと僕と
同じような、「まだまだおじさんにな
りたくない」男性諸君も多いのだ
ろう。近頃、世の中では「メンズビュー
ティー時代」の波がやってきている。
男性だって美しく格好よくあり続け
たいのだ。スキンケアやまゆ毛のお
手入れで男っぷりが上がれば、自分
に自信が湧いてきて、人間関係やビ
ジネスにもよい影響を与えてくれ
る。確かに自信に満ちあふれた、爽

やかな笑顔の人のほうが好感度が高
く、どんなビジネスでも上手くいく
に違いない。

男性よりも「美」にこだわる女性
たち。□には出して言わないものの、
8割を超える女性が無意識のうちに、
男性に対して求めているものがある
という。それはズバリ「清潔感」。

ルックス以上に「清潔感」が大事
なのだそう。そして爪の先から髪
の毛、靴まで、清潔感を何よりも
チェックしているらしい。「なんかあ
の人、いつもクサくない？」「肩にフ
ケがのつてるよね」とか、生理的
に受け付けられないほど女性から嫌
われてしまつては、どんなに有能な
営業マンだって前途多難。

そこで今、「コーヨービューティーセ
ミナー」で盛り上がっている高陽社
では、初の男性向け「ダンディー講
座」がスタート！ 興味のある皆さ
ん、どしどしご参加あれ！ これま
で数々のセミナーを見てきた僕が実
感したのは、参加者の驚くべき変化。
女性同様、男性だって美しく格好よ
くなれば、その日のうちに気分はも
ちろん、生活する姿勢までガラリッ
と変わってくる。人生が驚くほど楽
しくなるチャンスをお見逃しなく！



全国へ広がる「美しくなる喜び」

初開催
コーヨー
ビューティー
パーティー
2013/12/21

Koyo Beauty Party

昨年のコーヨービューティーセミナー開催後、
人から人へ伝わり、ますます広がりを見せる
「美しくなる喜び」。
その感動を実感した方々が全国から集い、
豪華なパーティーが開催されました。

ステキな音楽と華麗なダンス!
最高の夜を過ごせました!

ヘアメイクやウォーキング、
さらにポージングまで!
美しく見せるための
コツが盛りだくさん!

美しく、カッコいい!
そんな男性になれるように
頑張ります!



全員参加の写真撮影会

昼のパーティーヘアセット&メイクアップレッスン終了後、パーティー参加者全員による写真撮影会! 皆さんの魅力が存分に引き出されています!



まずはウォーキングとポージングのレッスン!



レッスン終了後はステージで撮影会! 皆さんの見事なポージングで会場は大盛り上がり!



わあ〜、なんて美しい姿。

congratulation



各地からメンバーを動員し続け、活躍した特約販社へ特別賞が贈られました。



左から藤原和子、上林妙子、山内照子、渡辺ハマコ特約販社、コーヨービューティーセミナー担当講師の今川明美特約販社とメイクアップアーティストのshihoさん

全国各地から約250名参加! 大好評で幕を下ろしたコーヨービューティーパーティー

メイクアップレッスンに撮影会、豪華なディナーとともに過ごす最高のひととき...

自分を美しく魅せるための技術が満載の『コーヨービューティーセミナー』。昨年から始まり、クリスマス間近の12月21日にパーティーが開催され、全国から大勢の方々が高陽社に集まりました。

当日はメイクレッスンからスタート。参加者はデイナーショーなど華やかな場面で活かせるメイクテクニックや立ち居振舞いなどを学びました。レッスン終了後は参加者全員を対象にステージ上で撮影会が行われ、見事なポージングを決める参加者に拍手喝采! 皆さんが持つそれぞれの美しさを表現していました。そして締めくくりは皆さんお待ちかねの豪華デイナー。ピアノやヴァイオリン、ダンスを鑑賞しながら、優雅な時間を過ごしました。

大盛況のため4月中旬には、第2弾となるビューティースプリングパーティーを開催予定! セミナーに参加して、実感する「美しくなる喜び」。これからの感動の灯火は人から人へ伝えられ、無限に広がっていくでしょう。

参加者大満足の豪華ディナー

ホテルコーヨーが豪華なディナーでおもてなし。素敵なダンスと音色とともに楽しむディナーに笑顔があふれます。

大きなログスター! とってもおいしそう!



さらなる美を目指してがんばーい!



華麗なダンスと美しい演奏に皆さんのお箸も休憩中。



プロダンサーの小杉具也さん・伸江さん、ヴァイオリニスト小杉まりさん、ピアニスト羽毛田文史さん

毎分90ℓのジェット噴流
とミクロの気泡の温熱
効果で、体を芯からじっ
くり温めます。

管理医療機器承認番号
20700BZZ00279000

Pick Up Item
ツインジェットセンス



この感覚は、 体験した人だけが 味わえる極楽。

寒い冬には欠かせない！

人気の秘密は「超微細気泡」

入浴は体の「冷え」を取るために必要なこと。しかしただ普通に入るだけじゃ、効果はイマイチ。そこで冷え取りアイテムとして、長年人気を集めるツインジェットセンスがオススメです。魅力はなんといっても体を包み込む「ミクロの泡」、そして毎分90ℓの「ジェット噴流」。それらの相乗効果により全身の血行を促しながら、体を芯から温めることができます。

ほんの少しの外出でも、寒さが堪える季節。「家でツインジェットセンスが待っている」という幸福感に勝るものはないでしょう。

プレミアムハイセンスを入れると、
さらにミクロの泡が発生！



ミクロの気泡がぶつかり合って、破裂するときに超音波が発生！超音波により血行を促し、体を芯から温めることができます。

細かすぎて
見えないほどの
ミクロの泡！



浴槽（180ℓ）に対し
専用スプーン 3 杯の状態



みうちちゃんママの

夢を育てる子育て通信

「子どもの可能性を伸ばしたい」「夢を実現させてあげたい」と願う、すべてのお父さん、お母さんに送る、子育てのヒント。「天才卓球少女」として注目される平野美宇ちゃんを育てる母・真理子さんの子育て法をご紹介します。



第32回「世界ジュニア選手権大会、試合中継！」

今回は昨年12月にモロッコで行われた世界ジュニア選手権大会の試合中継をお届けします。

その前に卓球用語講座。卓球では「セット」ではなく「ゲーム」。11点で1ゲーム獲得。今回の団体戦は、3ゲーム先取した方が勝利。サーブスの時、自分の服や体に当ててしまった場合はミス。相手の得点となります。

では中継スタート。予選リーグを1位通過し、決勝トーナメントを勝ち進み、いよいよ準決勝。相手は香港。2対2で迎えたラストの勝負を決める5番手は美宇。勝てば決勝進出。ゲーム数2対1美宇リードの4ゲーム目。10対9マッチポイント。あと1点で美宇の勝利という時、相手のサーブスが本人の体に当たってから台に入りました。サーブミス。11-9で美宇の勝利！日本の勝利！のはずでしたが、審判がこのミスを見落とし、判定は相手の得点。抗議も受け入れられず10対

10の同点に。結局このゲームを落とし、5ゲーム目までもつれます。一時リードを許した場面もありましたが、終盤の攻撃が冴え渡り逆転。11対7で美宇の勝利！決勝進出！ベンチに戻り、JAPANチームとハイタッチしているキラキラした笑顔。涙が出そうなほど感動の試合でした。

決勝で中国に敗れ準優勝。やはり中国の壁は高かった。中学1年生と高校生。体つきから違いますが、技術も完全に一枚上でした。美宇はインタビューで「自分の力がまだまだだと思った。悔しい。もっと強くなるようにがんばりたい。」と答えていました。微妙な判定に対しての質問には「自分の判断だけで相手のミスと決め、レシーブをしっかりと返さなかった自分が悪い。すぐに気持ちを切り替えて試合に挑む事ができたのがよかった。」という答え。美宇の成長を感じました。皆様今後とも応援よろしくお願いします。

文・平野真理子（ひらのまりこ）さん

平野英才教育研究センター卓球部（平野卓研）監督。2012年に卓球の全日本選手権女子シングルスで最年少勝利記録を更新した、平野美宇選手の母。美宇ちゃん所属のミキハウスJSC山梨の監督も務める。筑波大学卒業後、静岡県で10年間教鞭をとる。現在は山梨県の平野卓球センターで、子どもたちから高齢者の方まで、30人の卓球人を指導している。二女の世和ちゃん、三女の亜子ちゃんも卓球選手。



右上：緊張の連続の試合。
左下：準優勝おめでとう！
（写真提供：ITTF）

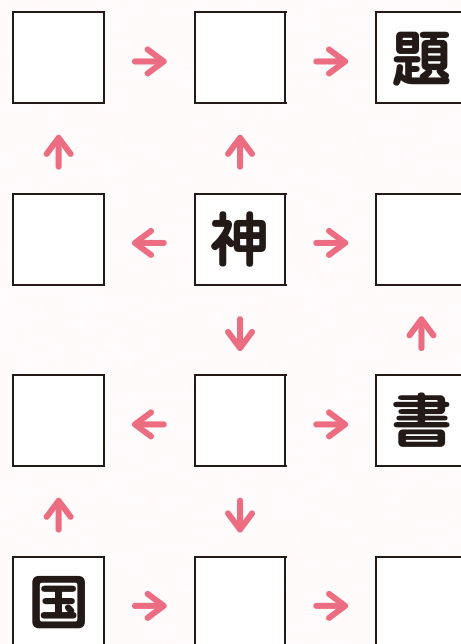
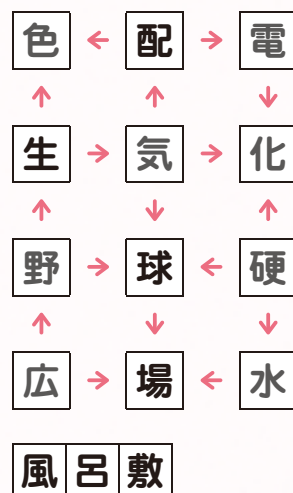
脳を鍛える 漢字パズル



候補の中にある漢字を、空白のマスに入れて、矢印の方向に読む熟語を作る問題です。最後に残った漢字を組み合わせることができる熟語が答えです。
※一度使用した漢字は再度使用できません。

作者:かみふじこうじ
クイズパズル作家。「世界中の人に楽しんでもらえるクイズパズルを作り出す」ことがモットー。
※この問題は『ポケット漢字パズル3』(ソフトバンククリエイティブ)P20より転載です。

前号の答え



候補

道	会	定	社	策
誉	秘	栄	話	宝

残った漢字を組み合わせることができる熟語

□ □



正解者にプレゼント

P22の宛先に、答え、住所、氏名、電話番号を書いてハガキでご応募ください。抽選で5名様にプレゼントをさしあげます。
応募締切:2014年2月28日 ※必着
※当選者の発表は商品の発送にてかえさせていただきます。

VOL.11

気付かないぜいたく病「脂質異常症」にご注意!

最近食の欧米化に加えて運動不足などが原因で、中高年だけでなく子どもや若い人もコレステロール値が高くなっているといわれています。

血液中にコレステロールが異常に増えると、脂質異常症という状態になります。別名「サイレントキラー」といわれ、自覚症状がなく、健康診断などで発見されることがほとんどです。脂質異常症は動脈硬化を併発させ、さまざまな重篤な疾患のキッカケとなるので注意が必要。



海洋深層水の研究において、海洋深層水のミネラルバランスには血液の粘性を低下させ、血液をサラサラにする効果、さらに血中のコレステロールを低下させる効果があることが明らかになっています。

「気付いたときにはもう手遅れ」ということがないように、普段から脂質の多いものは避け、野菜中心の食生活にすること、そして海洋深層水でコレステロール値の上昇を防ぐことを心掛けましょう。



私たちが普段から飲んでいる水。

ここでは水がカラダにどれだけ大切なものかお伝えします。

みなさん! しっかり水を選んで飲んでいませんか?

参考文献:『身体に効く海洋深層水のパワー』角川春樹事務所

welcome to Hietori Cafe ひえとり CAFE

ちょっと空いた時間に、お茶飲みのお供に、そんな気軽に立ち寄るカフェのようなコーナー。

食べてびっくりシーグルト!

「シーグルト? 何それ...?」で早速試してみたところ、食べてびっくり! 今までのヨーグルトと全くレベルの違うおいしさに感動しました! 毎日欠かさず食べています!

田中義光さん(岐阜県)

使い続けて10年目です!

娘の嫁いだ先のお母さんからハイセンスを紹介されて、もう10年も月日が経ちました。お風呂から出ておいても体がポカポカしていて、とても気に入っています。ハイセンスの残り湯は、洗濯やお花の水やりにも使っているので水道代も安くなり、とても助かっています!

深田はや子さん(静岡県)

岐阜羽島で目にしたのは!?

年末に新幹線に乗って帰郷するときに岐阜羽島駅で、マハ口の巨大看板を見かけました! びっくりしました! 笑

松本亮子さん(神奈川県)

今年こそは目標達成!

今年こそはダイエット!と意気込んでいます。目標は1年でマイナス10キロ!

家にいるときはできるだけ足湯で体の冷えを取って、やせやすい体作りを心掛けています。あと便秘もやせにくい体を作ると聞いたので、シーグルトも毎日食べるようにしています! シーグルトは毎日食べても飽きませんね!

宇野妙子さん(静岡県)

ココダイヤ生活しています!

ココダイヤを飲み始めて3か月になります。外出するときもボトルを持ち歩き、食べるようにしています。寝る前と起きた後もしっかりと食べているおかげで、体の調子もよく、大変助かっています。これからもココダイヤ生活を続けていきたいと思っています。

佐野美津子さん(兵庫県)



宛先はコチラ!

〒170-0013
東京都豊島区東池袋5-40-9
サンユースビル2F
高野編集事務所「ひえとりcafe」係
FAX/03-6907-2114
mail/mac2@kenko-j.co.jp

みなさまの声を募集しています!



冷え取り健康の楽しいエピソードやクスクス川柳をお寄せください! 採用させていただいた方にはヒエトリくんグッズ(どちらかひとつ)をプレゼント!



貼ってにぎやか! ヒエトリくんシール

付けてかわいい! ヒエトリくんストラップ

川柳募集

笑いは百薬の長
今月のクスクス川柳

初詣今年も願いは
発毛で
波平さん(三重県)
お年玉
田中泰造さん(千葉県)
孫が来た顔をみるなり
どの顔も
寒さこらえて
シワ増える
横地景子さん(愛知県)
寒い夜、
温泉気分で
ハイセンス
山口あさえさん(岐阜県)

(上記の内容は個人の感想であり、商品の効能を標榜するものではありません)

ぬくもりセルフマッサージガイド

第2回 左鎖骨リンパ節



冬の倦怠感やむくみ、冷え症に効果的！

鎖骨のリンパを刺激し、
たまったゴミをきれいに
お掃除！

左鎖骨リンパ節

左側の鎖骨リンパ節は全身を流れるリンパ液が集まる場所。ここから「鎖骨下静脈」と合流して心臓に戻るので、数ある体内のリンパ節のうちで、もっとも重要なポイントです。鎖骨リンパ節が滞ると、慢性的な肩コリ、肌トラブル、老化、倦怠感などが起こります。



ゴッドスバを使ったリンパマッサージは『GODBOOK』でも紹介しています。

【ツボの押し方】

- 鎖骨のくぼみに人差し指、中指、薬指をそろえて置き、みぞおちに向かって、リンパを流すように上から下へ動かしましょう。
- 強過ぎず、気持ちがいい程度の強さで押さえましょう。



ゴッドスパセミナー講師
高橋博（たかはしひろし）さん
特約版社の傍ら、講師として全国の体験会を回り、魅力の普及に務める。

リンパ液のスムーズな
流れで体の不調を解消！

冬は新陳代謝が鈍り、血行不良で毒素や老廃物などが蓄積しやすい季節。そうしたゴミが体にたまっていくと肌荒れや便秘、むくみ、老化など体に悪影響なところがあります。

そこで皆さんに試してもらいたいのが鎖骨リンパ節のマッサージです。リンパとは全身に網の目のように張り巡らされている「リンパ管」とその管の中を流れる「リンパ液」を総称したものです。リン

パは細胞から出てきた老廃物や毒素を回収して運ぶ「ゴミ収集車」のような役割を果たしています。特に左鎖骨付近のリンパは全身のゴミが集まる最終到着場所、そこで静脈と合流し、心臓に注ぎます。つまりそこを刺激すれば、滞ったリンパの流れがよくなり、ゴミを排出しやすくなるというわけです。

きれいに掃除された部屋は住み心地がいいように、ゴミのない体は調子がいいもの。毎日、ほんの数分のマッサージで定期的なゴミ出しを心掛けましょう！

PRODUCT CATALOG

※ 流通システム KOMO はご愛用者、協力店資格を持った方限定のご注文方法です。専用注文書で(株)高陽社の商品(一部商品を除く)を協力店は定価の 70% でご注文いただけます。

ご愛用者は定価 9,000 円以上、協力店は協力店価格で 63,000 円以上(冷え取り君マイコンプレミアムを除く)で、ご注文ください。

※ 協力店になるには、所定の商品購入等が必要です。ご紹介及びご登録の際は、必ず「高陽社ビジネスの概要」(概要書面)を受領し、内容をよくお読みいただいた上で、手続きを行ってください。

※ 掲載商品の表示価格は税込価格となります。

温度の環境を整えましょう

TEMPERATURE



うるおいと温熱の、
やさしいぬくもり。

遠赤蒸しマット ULMO ウルモ

定価 37,800 円

サイズ／約 720×380×15mm (本体カバー装着時)

肌にやさしいほっとするおいで蒸しながら、『植物性炭素繊維』の遠赤外線で体の内側までぽかぽかに。生命のミネラル源『サンゴ砂』の自然で均一な温熱が、体をやさしく温めます。

NEW



新感覚のセルフエステで、ぬくもり手クノロジー

メディカルゴッドスパ

管理医療機器承認番号 221AGBZX00113A01

定価 90,000 円 商品番号 A-967

マッサージ器による精巧な動きと心落ち着く人肌のぬくもりが融合した、まったく新しいセルフエステ。指先から伝わる微細な振動が、肌をやさしくノックするように癒しと美しさを呼び覚まします。



ラベンダーの精油と贅沢な美容成分で、夢心地バスタイム

プレミアムハイセンス

定価 3,600 円 商品番号 A-146

※ 協力店は 2 箱 (6 缶) 単位のご注文となります。
1 缶あたり 2,520 円となります。

内容量／1 缶 2.0kg

主成分／ユビキノ (エモリエント成分)、バントエアグロメランス／コムギ粉発酵エキス (保湿成分)、ホホバ油 (エモリエント成分)、スクワラン (エモリエント成分)、ラベンダー油 (芳香成分)、ニガリ (保湿成分) 等

水溶性 Q10 を始めとした数種類の贅沢な美容成分、高級ラベンダー精油を配合し、健康的で美しい毎日をサポート。ラベンダーの香りが広がる、夢心地バスタイムで、一日の疲れを癒します。

※ ユビキノ (エモリエント成分)



贈答・お試し用に

プレミアムハイセンス分包

定価 1,800 円 商品番号 A-998

内容量／1 箱 (50g×15 袋)

※ ご愛用者は 1 セット (6 箱) 単位、協力店は 1 カートン (12 箱) 単位でのご注文となります。



温まり方が違う！
冷えを取る薬用入浴剤

パインハイセンス

定価 3,000 円

商品番号 A-101

医薬
部外品

内容量／1 缶 2.1 kg

主成分／松葉油 (パニンニードルオイル)

パニンニードルオイル (松葉油) を配合し、保温効果をもつ数種類の成分で作られた弱アルカリの薬用入浴剤 (医薬部外品) です。温泉に入ったような気分での一日の疲れをほぐし、心身のリラックスを助けます。

効能／神経痛・リウマチ・腰痛・冷え症・産前産後の冷え症・痔・肩のこり・うちみ・くじき・疲労回復・荒れ性・アセモ・しもやけ・あかぎれ・にきび・しっしん

※ 協力店は 1 ケース (6 缶) 単位でのご注文となります。



贈答・旅行・お出かけ用に

パインハイセンス 分包

定価 1,500 円

商品番号 A-002

医薬
部外品

内容量／1 箱 (50g×18 袋)

主成分／松葉油 (パニンニードルオイル)

※ ご愛用者は 1 セット (6 箱) 単位、協力店は 1 ケース (12 箱) 単位でのご注文となります。



いつでも快適 足湯タイムを

冷え取り君 マイコンプレミアム FB-C80

定価 42,000 円 商品番号 A-824

足のせ台の傾斜により自然な姿勢でリラックスできる深型の足湯器。ハンドル・キャスターつきで移動も簡単！愛用者の声を元に改良を重ねた足湯器の決定版がリニューアル。

※ 冷え取り君を KOMO で他の商品と一緒に注文する場合、冷え取り君の金額を除いてご愛用者は定価 9,000 円以上、協力店価格で 63,000 円以上になるようにご注文ください。(冷え取り君は単独でも注文可)



ミクロの気泡で芯からポカポカ
全身マッサージで体がほぐれる

ツインジェットセンス JS-H20

管理医療機器承認番号 20700BZZ00279000

定価 270,000 円

※ ご購入を希望される方は紹介者にご注文ください。



毎分 90 リットルのジェット噴流で、全身を優しくマッサージ。ミクロの気泡が毛穴に詰まった汚れをかきだし、パワフルなジェット噴流で、温熱、マッサージ、洗浄効果が得られます。

おなかの環境を整えましょう



フランス発の注目の善玉菌「プロピオン酸菌」配合

プロピオフィズス (大) プロピオフィズス (小)

定価 12,000 円 商品番号 B-950

1 箱 60 カプセル (15 カプセル×4 シート) 入り
フラクトオリゴ糖、マルトデキストリン、プロピオン酸菌粉末 等

定価 6,000 円 商品番号 B-971

1 箱 30 カプセル (15 カプセル×2 シート) 入り
フラクトオリゴ糖、マルトデキストリン、プロピオン酸菌粉末 等

生活環境を整えましょう



歯みがきにも電解還元性イオン水
コーヨーデンタルジェル
ナニコレ

定価 3,600 円 商品番号 H-970

内容量／70g

電解還元性イオン水のマイナスイオンの力で口内を浄化し、口臭を防ぎます。



シルク成分配合でサラサラしっとり
うれしいハリ・ツヤ感を実現！
繭ごこちシャンプー 商品番号 G-940

繭ごこちトリートメント 商品番号 G-941

各 定価 3,600 円 350ml

※協力店は各 1 ケース (5 本) 単位でのご注文となります。

シルク成分を贅沢に配合しているほか、髪の手へのやさしさも追求。ノンシリコンのシャンプー&トリートメントで、いろいろな髪質の方に自信を持ってお勧めします。



世界初！ プロピオフィズスのヨーグルト

マハロシーグルト

定価 9,000 円

1 箱 (45.7g×6 袋) 約 36 食分入り

乳等を主要原料とする食品、乳たんぱく、乳酸菌・酢酸菌末 (脱脂粉乳、マルトース、酵母エキス)、キシロオリゴ糖、プロピオン酸菌末、ソルビトール

毎日スキンケア・ヘアケアに。全身化粧ミスト 高陽ミスト (電解還元性イオン水)



定価 9,000 円 商品番号 H-966

1 箱 [180ml (トリガーノズル付き) ×1 本、180ml (詰替え用) ×2 本、携帯用空ボトル 60ml ×1 本]

電解還元性イオン水 100% の全身ケア・ミスト。肌の余分な脂分、古い角質を除去し、潤いを与えます。頭皮・毛髪を健やかに保ちます。



贅沢絹泡で全身
うるおいエステ
繭ごこち
ボディソープ

定価 3,600 円 500ml 商品番号 H-952



馬プラセンタとバントエアの
ダブルパワー！頭皮専用エッセンス
WP スカルプエッセンス

定価 9,000 円 150ml 商品番号 G-159

いきいきとした毛髪のための馬プラセンタエキスとバントエアの2つの保湿成分の P (WP) を配合。頭皮の角質層に浸透し、フケ・カユミを抑えます。

※協力店は 2 本単位でのご注文となります。



バントエア菌配合で
全身潤いボディ
ラ・バント
美肌ボディジェル

定価 6,000 円 300g 商品番号 H-953

ボディジェルがリニューアル！ボディラインを整えるのに役立つうえ、バントエア菌配合で潤いのある肌へと導きます。



バントエア菌配合。
子どもから大人まで
安心して使える保湿クリーム
バントエア
モイストクリーム

定価 3,600 円 100g 商品番号 H-143

モイストクリームがリニューアル！バントエア菌配合で、さらに保湿力がアップ。乾燥から肌を長時間しっかりガードしながら、潤いのある肌へと導きます。



しっとり潤う
バントエア菌配合ジェル
バントエア
モイストジェル

定価 3,600 円 100g 商品番号 H-144

バントエア菌配合のさらりとした使い心地のジェルで、肌のキメを理想的な状態に整えます。



ギリシャ・ヒオス島原産
新感覚歯磨き
コーヨー
マスティデンタルジェル

定価 3,600 円 90g 商品番号 H-428

研磨剤、サッカリン、発泡剤不使用。安全性が高いマスティック樹脂とビタミンP、キシリトールを配合。



ヤシの実・岩塩等の
天然素材が原料
粉末洗剤
クリスタルパワー
プレミアム

定価 3,000 円 2kg 商品番号 H-130

※協力店は 1 ケース (6 箱) 単位でのご注文となります。

無リン、無蛍光剤でありながら高い洗浄力があります。



繭心地
MAYUGOKOCHI
医薬部外品

定価 9,000 円 120g 商品番号 H-465



ブザマシシリーズ
「コレ爽やかナノ」

定価 9,000 円 1 箱 (50ml ボンブ付き×3 本) + 詰め替え用サービスボトル (50ml) ×2 本 商品番号 P-920



ブザマシシリーズ
銀のちから
「びっくりシャワー」

定価 10,000 円 1 箱 (5L) 商品番号 P-928

※販売は 2 箱単位となります。



多用途除菌消臭液
プラズマシリーズ
コーヨー
プラズマシャワー

定価 9,000 円 商品番号 P-921

1 箱 (300ml ボンブ付き×3 本) + 詰め替え用サービスボトル (300ml) ×2 本
ニオイやジメジメが気になったらすぐにシュシュッ！暮らしのあらゆる場面で使える家庭用の銀ナノ入り除菌消臭液です。

水の環境を整えましょう



母なる海からの贈りもの
超☆海洋深層水100%マハロ (1.5ℓ)

愛用者

1 本あたり定価 630 円 → 定期宅配 450 円 (税込・送料別)

定期宅配／1 口 (1.5ℓ×24 本)、1 箱 (1.5ℓ×12 本)

1 箱 6,450 円 [税込・送料込]

1 口 12,900 円 [税込・送料込]

協力店

1 口 9,660 円 [税込・送料込]

※定期宅配は 1 口 (2 箱) 以上、1 箱単位で 1.5ℓ ボトル 24 本を 12 か月間、毎月お届けします。

※特にお申し出がない限り、継続してお届けします。

※上記金額は送料 [1,050 円 (税込) / 1 箱] を含んでおります。

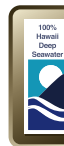
※ご注文方法は上位代理店もしくは東京事務センターまでお問い合わせください。

「海洋大循環」によってつくられた「ハワイ島・コナの海洋深層水マハロ」は、生物が生きるために必要な微量元素やミネラルをバランスよく含んでいます。



ハワイ島・コナから玄関先まで
お届けします。

(株)高陽社はハワイ州立自然エネルギー研究機構「NELHA (ネルハ)」と正式契約を結び、ネルハ内に工場を建設。ハワイ州との協力体制でマハロをお届けします。



世界一の海洋深層水研究機関NELHA (ハワイ州立自然エネルギー研究機構) 正式認定

この製品は、米国食品医薬品局 (FDA) 並びにハワイ州保健局 (DOH) の厳格なる基準及び検査に合格し、全米初の海洋深層水として製造販売許可を受けたボトル飲料水です。

酸素の環境を整えましょう



注いだ瞬間にわかる！酸素の泡が目に見える！！
高濃度酸素ブレンダー
マハロックス (W)

1 台あたり定価 540,000 円

▼

【レンタル】1 か月 3,340 円

※マハロ (1.5ℓ) 定期宅配 (2 箱以上) を申込・継続中の方に限りレンタルをお申し込みいただけます。

※機器保証金はございません。

※初回月は無料となります。

※本製品は品質改良のため予告なしに変更する場合があります。

※詳しくは所属代理店もしくは特約販社へお問い合わせください。

酸素ブレンダーマハロックスがスタイリッシュなボディにリニューアル！酸素濃度もさらにアップ。注いだ瞬間、コップに湧き出たたくさんの泡！ご家庭やオフィスで高濃度酸素入りマハロをお気軽にどうぞ。

■セット内容／マハロックス本体 (1 台)、ボトルカバー (1 個)

※本体にはマハロは含まれません。

超☆海洋深層水100%マハロ定期宅配 (1.5ℓ) + 酸素ブレンダーレンタル

マハロ定期宅配 9,660 円 / 1 か月 + 酸素ブレンダーレンタル 3,340 円 / 1 か月 = 酸素のある暮らし 13,000 円 / 1 か月

WATER

超☆海洋深層水100%マハロ (ハーフボトル)



愛用者

1 本あたり定価 420 円 → 定期宅配 300 円 (税込・送料別)

定期宅配／1 口 (710ml ×48 本)、1 箱 (710ml ×24 本)

1 箱 8,250 円 [税込・送料込]

1 口 16,500 円 [税込・送料込]

協力店

1 口 12,180 円 [税込・送料込]

※定期宅配は 1 口 (2 箱) 以上、1 箱単位で 710ml ボトル 48 本を 12 か月間、毎月お届けします。

※特にお申し出がない限り、継続してお届けします。

※上記金額は送料 [1,050 円 (税込) / 1 箱] を含んでおります。

※ご注文方法は上位代理店もしくは東京事務センターまでお問い合わせください。



深海ミネラルの結晶
SiO (HAWAII DEEP SEA SALT)

定価 1,200 円 商品番号 A-913

1 袋 (200g) ※1 ケース 15 袋

※協力店は 1 ケース (15 袋) 単位のご注文となります。

「SiO」の原材料は、海洋深層水マハロの源水。ミネラルが豊富に含まれている海洋深層水マハロの源水から丹誠込めて作られるハワイの天然塩です。

OXYGEN

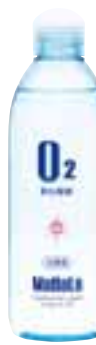


溶解型酸素をミネラルで包み込んだ
手軽に持ち運べる
「飲む酸素リキッドタイプ」
マハロオーツ

定価 18,000 円 商品番号 C-806

1 箱 (60ml ×3 本)

海洋深層水マハロ専用の酸素サプリメント。溶解型酸素を海洋ミネラルで包み込んだサプリメントで、マハロコップ 1 杯に数滴入れていっしょに摂れば、お腹の中で溶け込む酸素を摂取できます。



詰め替え用、ご家族用に
マハロオーツ (お徳用)

定価 18,000 円 商品番号 C-955

300ml

皆さまの声にお応えして、ついにマハロオーツのお徳用が登場！通常サイズの 5 本分の容量がこの一本に収まっているから、お得でエコ！詰め替え用として、またご家族用にオススメです。

栄養の環境を整えましょう



クロダイヤ NEW

定価 9,000 円
1箱 27g (10粒×9シート)
たら肝油、有機コウ素 (海藻抽出物)、ゼラチン、香料

ストレス社会に負けない
体作りをサポート!



ココダイヤ NEW

定価 3,600 円 1本 (1粒 580mg×250粒)

ココナッツオイル、セラチン、グリセリン

希少な100%オーガニックヴァージンオイル。素早くエネルギーになる中鎖脂肪酸を豊富に含み、カラダに脂肪をつきにくくし、ビタミンやミネラルの栄養吸収を促進します。

※KOMOでの取り扱いはありません。詳しくは、紹介者にお問い合わせください。
※1〜4本は定価、1箱(5本)単位で1割引となります。



エーシーメロン

定価 15,000 円
1箱 (140mg×300粒入)
商品番号 B-140

メロン抽出物、キャッツクロー抽出物、エリスリトール、パントテン酸、ナイアシン、葉酸 等



リメインヤング

定価 9,000 円
1本 (300mg×90粒入)
商品番号 B-105

「スッポン卵」の「生命力」がサプリメントに



リメインヤング分包

定価 90,000 円
(10粒×50袋×2箱)
商品番号 B-019

持ち運びに便利な10粒入り分包で元気に



リメインヤングツイスト

定価 9,000 円
1袋 (1.5g×18粒入)
商品番号 B-112

粒タイプが苦手な方でも摂取しやすい形状に



極黒酸塊 (きわみくろすぐり)

(大) 定価 6,000 円 (小) 定価 1,500 円
1箱 (4粒×60包) 1箱 (4粒×10包)
商品番号 B-932 商品番号 B-965

黒酸塊 (くろすぐり) エキス末、ルテイン含有マリーゴールド、米糠エキス末、キャッツクローエキス末 等
※協力店は (大) は1箱単位、(小) は4箱単位でのご注文となります。



パントの力 (お徳用)

定価 9,000 円
1箱 (0.8g×120包入)
商品番号 B-942

毎日一包、家中元気、マクロがんばれ!!

※協力店は1ケース(2箱)単位でのご注文となります。



長生ドラジ
エキスロイヤルプレミアム

定価 90,000 円
1箱 (50ml×30包入)
商品番号 B-423

韓国・智異山の土の「気」が育てた

長生ドラジ (キキョウ21年根) 抽出エキス、カンゾウ、エビスグサ 等



ノーカツ

定価 9,000 円
1箱 (2g×30包入)
商品番号 B-114

健康な体と考える力のために

核酸DNA、キチンキトサン、腸内細菌、イワシペプチド、赤松抽出物、イチヨウ葉エキス



グリーンビーズ

定価 9,000 円
1本 (300mg×300粒入)
商品番号 B-128

細胞壁完全破碎クロレラ。天然アミノ酸・天然葉緑素たっぷり



アイデアルC

定価 9,000 円
1本 (300mg×210粒入)
商品番号 B-117

天然のビタミンCで元氣とキレイを応援

アセロラエキスパウダー、ヘム鉄、ブルーベリーエキス、ビタミンE 等



コンシウムH

定価 9,000 円
1本 (300mg×280粒入)
商品番号 B-116

健康な体を支えるための栄養補給

サメ軟骨、アセチルグルコサミン、カルシウム、マグネシウム 等



高陽野菜54

定価 9,000 円
1箱 (1.5g×60包入)
商品番号 B-119

現代人の野菜不足に! 自然野菜食品

人參、ブロッコリー、トマト、ほうれん草、大根、大根の葉、明日葉、アルファルファ 等



アクアQ10+マカ

定価 36,000 円
1箱 (1包10g×60包入) 商品番号 B-417

元気な体と美しさを応援する

イソマルトオリゴ糖、はちみつ、コエンザイムQ10、マカ粉末、果糖ぶどう糖液糖、L-カルニチン 等



プリコラーゲン10000

定価 12,000 円
1箱 (50ml×10本入)
商品番号 B-469

特許取得



サンバイタル

定価 9,000 円
1本 (200mg×180粒入)
商品番号 B-111

※「凍結乾燥法」によって熱に弱い酵素やビタミンを守っているため、加熱調理される食品に混ぜるときには、ヤケドをしない温度60〜50℃まで下がったときに加えてください。

美の環境を整えましょう

アルガンシリーズ

“モロッコの黄金” 高級オーガニックアルガンオイルを配合した贅沢エイジングケアシリーズです。



お肌にやさしい高級オイルクレンジング

モロッコの涙

定価 5,000 円 150ml 商品番号 E-960

※協力店は2本単位でのご注文となります。

生命力溢れる、美の滴

美肌アクセス エッセンスローション

定価 9,000 円 90ml 商品番号 E-944

24時間キメ細やかな、なめらか肌に

美肌アクセス 美容クリーム

定価 9,000 円 29g 商品番号 E-945

乾燥から肌を守るオイル美容

美肌アクセス オイルセラム

定価 12,000 円 31ml 商品番号 E-973

紫外線ダメージを受けた肌を整える、新発想のUV

美肌アクセス UV・ベースクリーム

定価 5,000 円 30g SPF値36 PA++ 商品番号 E-939

スキンケアのような軽いつけ心地

美肌アクセス リキッドファンデーション

定価 5,400 円 35g SPF値27 PA++

● ノーマル 商品番号 E-961 ● オークル 商品番号 E-962
● ピンク 商品番号 E-963

ダメージヘアを美髪へ導く

美肌アクセス ヘアクリーム

定価 5,000 円 内容量／1箱(75g×2本) 商品番号 E-972

貴方だけの美しい肌に仕上げるカラーパウダー

アルガンシリーズ 美肌アクセス フェイスパウダー

定価 6,000 円 10.5g 商品番号 E-968

レフィル (バフ付)

定価 4,500 円 商品番号 E-969



UVクリーム50

定価 6,000 円
30g×2本 商品番号 E-425



KCR エッセンスローション

定価 6,000 円
120ml 商品番号 E-187



KCR クリーム

定価 9,000 円
40g 商品番号 E-188



**プラスマシリーズ
プラスマナノヴェールソープ**

定価 9,000 円 110g
商品番号 P-916



カバーしながらスキンケアする
**コーヨールスティング
リキッドファンデーション**

各 定価 5,400 円 32ml

● ナチュラルピンク 商品番号 E-927

美容液成分を配合し、さらに心地よいしっとり潤いファンデーション。

エスタージュシリーズ 人生は一度きりのステージ——輝きをあなたに。



**シュッシュュと炭酸美容ライフ
エスタージュ・シュッシュュ10**

炭酸美容器本体 定価 36,000 円
[単品販売不可]



**炭酸ガスカートリッジ※
(5本セット)**

定価 9,000 円 商品番号 E-959

※協力店は10本単位のご注文となります。



肌にハリ・ツヤを与える、
**フラーレン・ユグレナ配合
エスタージュ・美容液※**

定価 9,000 円 200ml 商品番号 E-958

※協力店は2本単位のご注文となります。



ラベンダーの香りで
**リフレッシュ
エスタージュ・ボディローション※**

定価 6,000 円 200ml 商品番号 E-964

※協力店は3本単位のご注文となります。

エスタージュ瞬美セット

愛用者 定価 100,000 円

協力店 定価 70,000 円

〈セット内容〉
エスタージュ・シュッシュュ10 炭酸美容器本体
エスタージュ・美容液 (200ml)
炭酸ガスカートリッジ (5本セット)
モロッコの涙 クレンジング (150ml)
美肌アクセス エッセンスローション (90ml)
美肌アクセス 美容クリーム (29g)
美肌アクセス UV・ベースクリーム (30g)
マハロオーツー〈お徳用〉(300ml)

※ご紹介および登録の際は、必ず「高陽社ビジネスの概要」(概要書面)を受領し、内容をよくお読み頂いた上で手続きを行ってください。詳しくは上位代理店・特約販社にお問い合わせください。

※ご購入にはエスタージュ瞬美セットを1セット以上購入していることが条件となります。

愛子さんの白寿記念
パーティーに密着!



たくさんの人が集まりました!

愛子さんが元気でしっかりと過ごすために欠かせないことは、規則正しい生活を送ること。毎日決まった時間にきちんと食事を摂り、家の中で歩いたり、運動を行っているそうです。頭のトレーニングのためには、毎週必ず4冊は雑誌や本を読み、漢字の書き取りを欠かさず行っているそうです。家で二人のときは、テレビといっしょにおしゃべりします。「言葉を忘れないように、書いたり口に出したりして使っていくことが大事

なの」と、愛子さん。そんな愛子さんがココダイヤを始めた理由は、「いつまでも若々しく、キレイでいたいから」とのこと。それもそのはず、愛子さんは、毎日アルガンシリーズできちんと肌のお手入れをし、出かける予定のない日でも、お化粧とおしゃれは欠かさないほど美意識の高い方なのです。「ココダイヤを飲むようになってから、肌つやがよくなったと言われるんですよ」とかわいらしく微笑みます。



ひ孫さんから白寿の記念メダルを贈呈!



娘の小島和子さん、孫息子の森久厚徳さんとパチリ!

いつまでも若々しく、
キレイでいたい!

上品で朗らかな笑顔がとてもステキな山崎愛子さんは、今年99歳を迎えます。昨年家族に囲まれて白寿をお祝したそうですが、「100歳よりもっと先まで元気に頑張れそうよ!」と、はつらつとした、頼もしいお答えが返ってきました。

なの」と、愛子さん。

ココダイヤを飲むときは、熱いお茶やコーヒーに溶かして飲むのが愛子さん流。カプセルがのどにつかえないので飲みやすく、ココナッツの甘い香りを楽しめるのでお茶の時間がよりいっそう楽しくなるのだそう。お茶の時間といっしょなら飲み忘れもないので、しっかり栄養が摂取できますね。

おばあちゃん
おめでとう!



こんなに立派なメダル!

新連載!

今をときめく人、

ココダイヤさん

岐阜県 岐阜市
山崎愛子さん (98歳)

ココダイヤで、
ずっと元気に!

100歳なんて、
まだまだこれからよ!

新連載第1回目は、山崎愛子さん。
いつまでも輝いていられる秘けつについてお伺いしました。



世界が注目！

ココナッツオイルの サプリメント！

中鎖脂肪酸が
豊富で、すばやく
エネルギー源に！

希少な
オーガニック
ヴァージンオイル
100%

トランス脂肪酸
ゼロ！
コレステロール
ゼロ！



オーガニックヴァージン
ココナッツオイル 100%
ココダイヤ



(株)高陽社 お客様相談室

☎058-398-6544 FAX 058-398-6550

〈10:00～17:00 土・日・祝日を除く〉

※商品のご購入に関しては、本誌の配布者までお尋ねください。

■ 商品のご購入・お問い合わせは

あ り が と う 素 晴 ら し き 冷 え 取 り 健 康 美 容