

笑顔あふれる健康生活マガジン*月刊コーヨーライフ





Koyolife

2

February
2012
Vol.155

特集

美人酸素で
もっとキレイに!



ほ～んわか
温もりの時間
届けます。

体の冷えを取って、心も体も健康に!



入浴剤
パインハイセンス
定価 3,000円 2.1kg



足湯器
冷え取り君
マイコンプレミアム
定価 42,000円



気泡風呂装置
ツインジェットセンス
定価 270,000円



表紙の写真／ウォーターリリー

ウォーターリリー、日本名は姫睡蓮。ハワイでも淡水池などでよく見かけるポピュラーな花。派手さはないけれど、木の影でひっそりと光るように咲く姿は神秘的な魅力を放ち、人々の目を惹き付けます。花の中心部は鮮やかな黄色、花びらは白、ピンク、紫、黄色、淡いブルーなど多様です。昼に花びらを開き、夕方には眠るように花を閉じます。そしてまた朝になると花を開くのです。まさにこれが語源となり、「睡眠をとる蓮」＝「睡蓮」となったのです。

撮影

高山 求 (たかやま・もとむ)

1980年からプロカメラマンとして活躍し、2004年からハワイの島々にて本格的に写真作家として活動を始める。LINO (リノ=輝く) MAKANI (マカニ=風) をテーマにハワイの美しさを撮り続けている。写真集「LINO MAKANI」(エイ出版)。高山求オフィシャルサイト <http://motomuhawaii.com>

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)

笑顔あふれる健康生活マガジン*月刊コーヨーライフ

Koyo Life

February 2012 Vol.155

CONTENTS

04 Business News

2012年は「躍動の年」
水王元年、元気に開幕!

08 特集

酸素を満たして、ずっと健やかな素肌

美人酸素でもっとキレイに!

16 マハロ de 紅茶 おもてなしレッスン

第11回 ラベンダーブレンドティー

ラベンダーのやさしい香りに癒されるひととき。

17 医学博士 川村先生の家庭の医学 いざというときの応急処置講座

File.10 動悸・不整脈の応急処置

18 Information

こんなとき、どう入るの? タイプ別入浴法!

20 ひえとりCAFE

22 みうちちゃんママの夢を育てる子育て通信

第8回 子どもの才能を伸ばすためのプラス思考①

28 Pick Up

野菜嫌いさんのお悩みをズバッと解決!
高陽野菜54

の年」 開幕!



1月10～11日、会場いっぱいの参加者とともに、にぎやかに始まった2012年第1回目の代理店セミナー。全国各地から集まったかつてないほど多くの代理店に、高野泰樹社長も「今年は特約販社100名誕生の年」と意気軒高。活気づく今年の高陽社に期待せずにはられない!

ハワイキャンペーン2012が始まってから半年。さらに勢いを加速させる代理店が全国各地から日本の真ん中、岐阜羽島に集結しました。参加者は1日目と2日目の2グループで合計約1200名にもものほり、セミナー開始前にはすでに会場は満席状態。「今年一年の大躍進を予感させる素晴らしいセミナーにして参ります」と高野誠一副社長のあいさつでセミナーが始まりました。

2012年は「躍動 水王元年、元気に

水王元年、「高陽社創業40周年」「マハロ生誕10周年」という待ちに待った佳節を迎え、水を制する王、水王としてマハロを手に、世界へと走り始める躍動の年。

水王元年の幕開けにふさわしいおめでたい報告!

新規特約販社2店誕生!

「負けん気・根気・根性」で
わずか7か月の短期間で
特約販社へスピード昇格!



松永 賢一Gより
岡田 利津子
特約販社
(福岡県 福岡市)

この7か月間は夢中で仕事に取り組み、気が付けば代理店を32店作り、あっという間に特約販社になっていました。

今年の目標は、スピードを上げて、どんどん飛躍していくこと! やると決めたことに挑戦していくのが私のポリシーなので、『負けん気、根気、根性』で前進あるのみです!

「絶対、特約販社になる!」
グループのみんなのためにも
決意してからは、
トントン拍子で昇格!



山科 和子Gより
栗本 タカコ
特約販社
(徳島県 板野郡)

「グループのみんなのために頑張って特約販社になる」と決意してからは、特約販社チャレンジセミナーや代理店セミナーにも積極的に参加しました。

特約販社になれたのは、グループのみんなの支えがあったからこそだと思うので、その人たちに還元できるように、頑張っていきます!



充実した2日間! 大盛況の代理店セミナー!

半顔デモでみんなのやる気に火が点いた! 本気度120%の^{代理店}セミナー&パーティー! 「本気で学んで、本気で楽しむ」 それが高陽社スタイル!!

なんと参加者、
約1200名

講師陣、そして商品メーカーの方も勢ぞろいし、今年も代理店の皆さんをバックアップする体勢が整った高陽社。高野誠一副社長からハワイキャンペーンの期間限定ポイント対象商品の説明がされると、ハワイ行きの切符を手にするため、必死に聞き入る代理店の皆さん。その姿にやる気が表れています。

ハワイ行きの切符をつかむために必要なのが、商品の魅力を伝えること。高陽社商品の特長といえば、「体験デモで即体感! 体感できるから納得できる」ということ。ツインジェットゼンス、酸素ブレンダーなど簡単にデモンストレーションでき、魅力を伝えやすい商品はなかなかありません。さらにそれら従来の商品に加え、続々と登場する新商品に参加者も興味津々。デモンストレーションを自ら体験し、代理店の皆さんも確かな手応えを感じていました。

お昼のセミナーが終わると、夜は盛大にパーティーが開かれました。大人数の参加者で、メイン会場「飛翔の間」だけでは収まりきれない状態。外のラウンジに12人





6



5

1, ハワイキャンペーンの期間限定ポイントを説明する高野誠一副社長。まだまだキャンペーンは盛り上がっていきますよ!

2, 発売予定のエステ美容機器が大人気。半顔デモを体験した代理店さんから驚きの声が多数! 3, 大ホールを埋める人、人、人! 満員御礼! 皆さん真剣な表情。

4, 酸素ブレンダー前にも列ができて、大人気。酸素補給で集中力アップ!

5, 乾杯はやはり地球の恵みマハ口に限る! これから楽しい新春パーティーが始まりますよー! 6, ラウンジにテーブルが増席され、メイン会場とテレビ中継。中でも外でも大盛り上がり! 7, 2日目の午前中に開かれたステップアップ講座の様子。今川明美講師(右)、小島和子講師(左)。

8, パーティーの締めは、今年の躍進を祈願し、会場全体で「高陽社、万歳!」

掛けの大きなテーブル12台とテレビ2台が設置され、メイン会場の様子がライブ中継されました。そのかいあって、メイン会場はもちろん、ラウンジでも大にぎわい! 高陽社には欠かせないカラオケも、有志を募り、壇上で歌う代理店がたくさん! パーティー終盤では、ガッツポーズを高く突き上げ、今年の目標と決意を胸に刻みました。

今年で高陽社創業40周年、マハ口

生誕10周年を迎え、メンバーは今ま

で以上に勢いがあります! 「今年は、

特約販社100名誕生の年」と高

野泰樹社長もメンバーの勢いに確かな

自信を感じています。

『21世紀は水の世紀』と世界中でい

われる中、地球の恵み「海洋深層水

マハ口」を手にしている高陽社はさら

なる飛躍が約束されています。そんな

マハ口を筆頭にアルガンシリーズや発

売予定の新商品など最高の布陣で挑

む2012年。今年は数多くの代理

店が特約販社を目指し、活気つけて

くれるに違いないでしょう! 皆さん

一丸となつて、世界にすばらしい商品

を発信していきましょう!

今年はまだに躍動の年!


水王元年、開幕です!



8

7





ハリ、ツヤ、欲しかった透明感…。
“美人酸素”が満ちた肌は、
季節や年齢を問わず美しい。
今年はもっと酸素を意識して、
「キレイですね」といわれる肌へ。

酸素を満たして、ずっと健やかな素肌

美人酸素で
もっとキレイに!

ココロ、カラダにGOOD! 酸素のチカラ

いつも当たり前のように吸っている酸素。
でも実は、この酸素が体内で満ち足りているかどうか、美容にとって重要な問題なのです。

肌しっとり、すべすべ。 あこがれ素肌

誰もがキレイだな、と思う肌。それは肌の細胞が常に活性化して、健やかなターンオーバーが行われている肌。そのために欠かせないのが酸素なのです。

気持ちもさわやかに リフレッシュ!

酸素不足の脳では、1日中ボーっとして仕事に集中できなかったり、わけもなくイライラしたりと、快適な精神状態をもたらしてくれません。いつもさわやか、スッキリとした状態であるためにも酸素が必要です。

太りにくい体型を キープできる!

血液中の糖や中性脂肪からエネルギーを作り出したり、余分な脂肪を燃焼させるのも酸素の働き。有酸素運動がダイエットに役立つのは、酸素を効率よく取り入れることで、全身の代謝がアップするからです。

むくみ知らずの、 若々しいカラダ。

足がむくむと血行が悪くなり、全身が酸素不足になって、さらに血行が悪くなるという悪循環を招きます。まずは酸素を十分に補給し、よく歩き、足湯やマッサージで血流を促してむくまない体づくりを!

肌荒れ注意報!



冬の肌荒れの原因は、 空気の乾燥と酸素不足です!!

「冬は空気が乾燥して、肌がかさがさ〜」なんて声をよく聞きます。でもこの肌荒れ、ただ単に乾燥だけが原因ではありません。気密性の高いビルやマンションで、エアコン、ストーブ、電気カーペットなどの暖房器具を使いながら、換気もおろそかになりがち。さらに冬の運動不足が拍車をかけて、気付かぬうちに体はかなりの酸素不足。酸素を取り入れ血流をよくするための生活改善が、しっとり潤った美肌への近道です。

美肌と酸素の関係

ハリ・ツヤアップ、 酸素は美肌のもと!

肌のハリ、ツヤをあきらめない!
美人酸素を補給して、
肌の悩み、トラブルにサヨナラ!

まずは、28日間。 美人酸素で、透明美肌に!

美しい肌をつくるために、女性にとって最大の味方となるのが酸素。不足しがちな酸素を補うことで血流がよくなり、そこから順調な肌の新陳代謝（ターンオーバー）が始まります。健康な20代は28日周期ですが、加齢とともに周期は乱れ、40日、50日と次第に延びていきます。古い細胞と新しい細胞の入れ替わりを助けるのは、酸素に満ちた血液です。酸素をいかに上手に補うかが、美しい肌を維持するための秘けつと言つてよいでしょう。

美肌の決め手は、体内の酸素量!



3

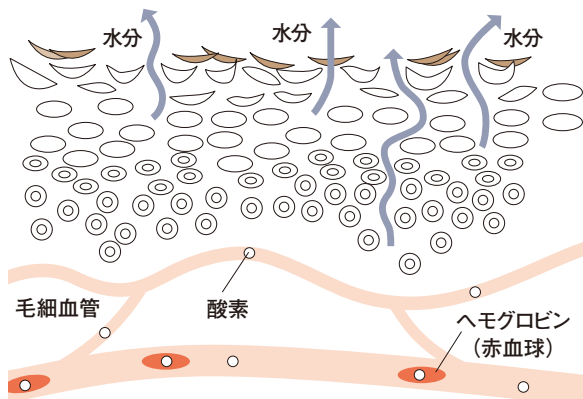


2



1

乾燥によって ハリ・ツヤが失われる!



酸欠、血流不足で、 肌は内側から乾燥する!

正常な肌のターンオーバーに必要なのが、酸素、栄養分、水分。どれが欠けてもしっとり潤った美肌は手に入りません。それらを運んでくれるのが血液です。ですから「血液の流れが悪いこと」は肌にとっては致命的。なるべく血流がスムーズになる生活を心がけ、血管にコレステロールや老廃物がたまらないように食事や水分、酸素補給に気を配りましょう。

肌のくすみ、目の下のクマは、「ヘモグロビン」の減少が原因。

くすみ肌の原因は、加齢やストレスで毛細血管が萎縮し、血流が悪くなることによってヘモグロビン(赤血球)が減少するため。酸素不足でもヘモグロビンは減少します。鮮やかな赤色をしたヘモグロビンがしっかりと行き渡れば、肌色は自然と明るくなり、ツヤも戻ります。



肌のくすみ



目の下のクマ

寝不足や疲労がたまると現れる目の下のクマ。目の周りの皮膚は、ほかよりも薄いので、血行不良の状態が透けて見えるというわけ。パソコン作業などで目を酷使する人は、深呼吸で酸素を取り入れたり、指圧やホットアイマスクで目の周辺の筋肉をよくほぐしましょう。

酸素が肌の代謝を高め、シミ、シワを予防!



3



2

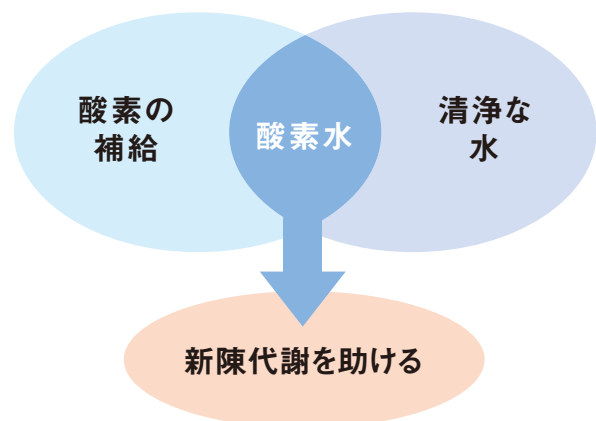


1

血流を促すためには、「酸素と水」が必要!

血液の流れが悪いと、皮膚からの発汗力や余分な皮脂の分泌力が衰えてしまい、体内でもあちこちで老廃物が滞るようになります。老廃物の滞りは、血液を汚すだけでなく、細胞そのものの代謝を低下させ、肌荒れやくすみ、シミの原因となるのです。透明感のある健康的な美肌づくりは、血行の改善が第一条件。酸素と清浄な水をたっぷりと補給して、血液がサラサラと流れる体を目指しましょう!

酸素水を補給して
イキイキした体に!



ダイエットと酸素の関係

酸素で脂肪燃焼!!

ダイエットにも◎

酸素が足りないと肥満体質になって、
ダイエットしたくてもうまくいかない。
やせたい人にも、やっぱり酸素です!

酸素を補給し、
もうため込まない体に!

食べ過ぎ、運動不足による肥満、糖尿病、
高脂血症など、食事の改善やダイエットを必
要とする人にも酸素補給は欠かせません。酸
素を有酸素運動などで取り入れることで、全
身の細胞の代謝が活発になり、血流がよくなっ
て、体内にたまった老廃物がスムーズに排せつさ
れます。

酸素をしっかりと取り入れることで心肺機
能も高まりますし、肥満の元凶となる脂肪も
燃焼する、といいことづくめなのです。

酸素があれば、脂肪はどんどん燃える!



3



2



1

酸素濃度96%未満で やせにくい体質に!

血液中の理想的な酸素濃度は、なんと96~99%。
96%未満になると、代謝が悪くやせにくい体質にな
り、90%を下回るようなら、急性呼吸不全と判断され
ます。血液中の酸素濃度が1%高いだけで、1日30
分間のウォーキングをしたのと同様のダイエット効果
があるというから驚きです。酸素は、脂肪燃焼酵素「リ
パーゼ」の働きを活発にして、ため込んだ中性脂肪を
血中へと促し、効率よく燃焼させてくれます。

酸素でダイエット効果アップ!

血中の
酸素濃度が
1%高いと...



30分間の
ウォーキング
効果!

脳と酸素の関係

酸素補給で、 ココロも美人に!

脳細胞は、もっとも酸素を欲している細胞。
だから酸素不足にも弱いのです。
酸素たっぷりなら、いつでも気分爽快!

肩こり、首の筋肉のこり、 脳の酸素不足がわかる!

なんか頭がボーっとするな、スッキリしない
など感じたたら、それは脳の酸素不足のサイン。
脳はとっても酸素不足に弱いのです。よく肩や首がこる人も要注意。これは脳への血液の流れが滞り、脳細胞に栄養も酸素も届きにくくなっている状態なのです。

そんなときはまず深呼吸でたっぷり酸素補給。首を左右に回したり、後頭部から肩にかけてマッサージするなど血流の改善を!

酸欠状態のイライラ、ストレスも解消!



3



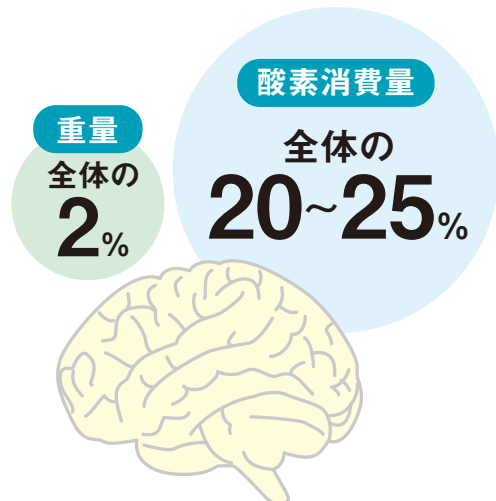
2



1

脳の酸素消費量は こんなにすごい!

体重のたった2%の重量しかない脳ですが、酸素の消費量は、全体のなんと20～25%。脳は酸素をもっとも欲している臓器なのです。脳に酸素を補給するために巡っている血液量は、1日に約2,000リットル。血流が滞り、酸素が行き渡らないと2～3分後に脳細胞の破壊が起こってしまうほどデリケート。集中力や思考力の低下、物忘れなどが気になる人は、脳の最大の助っ人である酸素を補給しましょう。



足りない酸素を今すぐ補給!

効果的な美人酸素の摂り方



1

液体酸素、酸素水で補給!



毎日の生活の中で酸素補給を習慣にすることが大切です。だから手軽に飲める酸素水! 清浄で、体のミネラルバランスに近い海洋深層水といっしょに酸素を補給すると、体への浸透もよく、効率よく摂取することができます。携帯できる液体酸素もおすすめです。

2

有酸素運動が効果的!

運動不足は酸素不足に直結します。酸素不足の生活は、酸素を摂取する力や酸素を使う能力を低下させ、体の不調を招きます。酸素を取り込み、体内で酸素を働かせることのできるウォーキングなどの有酸素運動をしましょう!



3

体が冷えていると酸素も巡らない!

酸素は血液によって、全身を巡ります。体が冷えていると、血流が滞り、体のすみずみまでしっかり酸素を運ぶことができません。酸素を効率よく補給すると同時に、半身浴・足湯などで体を温め、血液の巡りをよくすることを心がけましょう。



これで
納得!

酸素のギモン? Q & A

Q 酸素をたくさん
摂り過ぎると
活性酸素になるのでは?

A 酸素不足による
活性酸素増加の方が
心配。

ストレス、環境汚染、タバコの煙などが原因で活性酸素は過剰に発生。さらに酸素不足によっても活性酸素が増えるのです。酸素の摂り過ぎを心配するよりも、不足しないよう酸素を日常的に取り入れて、活性酸素発生を防ぐことが先決です。

Q 毎日呼吸している
酸素では
ダメなの?

A 現代人は、日常的に
酸素不足の状態です。

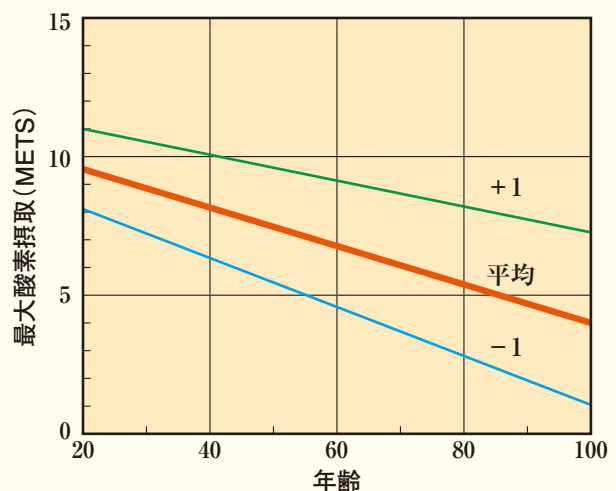
空気中の酸素濃度自体が、100年前は24%あったのが、現在は20.9%と低下。さらに運動不足や呼吸の浅さなど現代人特有の原因も考えられます。日頃から意識的に酸素を補給することで慢性的な酸素不足を解消できるのです。

Q 酸素摂取能力って
人によって違うもの?

A 酸素を使う生活習慣で
維持することも
できます。

人間の最大酸素摂取量は年齢とともに低下します(右グラフ)。これは老化現象で仕方のない面もありますが、酸素摂取能力、酸素を体内で使う力は日頃から有酸素運動などで、酸素を取り込み、使うことにより、維持することもできるのです。

年齢と最大酸素摂取率(平均)の変化



中央の太線は平均値。上下は標準偏差ですが、年齢が進むと偏差が大きくなっていきます。年をとると体力のある人となない人の差が大きくなるということ。

出典:『酸素はからだになぜ大切か—いつも酸素は不足している!』(諏訪邦夫・著)

牟田富喜子さんのマハロde紅茶おもてなしレッスン

[第11回 ラベンダーブレンドティー]

ラベンダーのやさしい香りに 癒されるひととき。

リラックス効果の高いラベンダー。
紅茶とブレンドすれば、
たちまちやさしい香りの一杯に。
良質な茶葉と天然のドライハーブ、
そして、すっきりとおいしいマハロで
紅茶を淹れれば、
気持ちを鎮めてくれるラベンダーが
より一層やわらかく薫って、
思わず「ホッ」とひと息。
忙しいときこそ、
大切にしたい時間ですね。



ラベンダーブレンドティー

材料(1人分)

茶葉(ニルギリ)：ティースプーン2杯

ラベンダー(ドライハーブ)：ティースプーン1杯

作り方

- ① 温めたティーポットに、茶葉とラベンダーを入れる。
- ② 沸騰したお湯をティーポットに勢いよく入れ、茶葉を蒸らす。
- ③ 温めておいたティーカップに、ストレーナー(茶こし)を使って注ぐ。

【ラベンダー】シソ科の植物で、甘くやさしい香り。鎮静効果があり、イライラや不安、緊張を取り除き、不眠にも効果的。リラックスしたいときにぴったりのハーブです。

牟田富喜子(むた・ふきこ) 紅茶コーディネーター

オリエンタルジュノー株式会社代表取締役。テレビ局、外資系映画配給会社、化粧品・食品関連企業の広報・マーケティング担当を経て、現在は紅茶コーディネーターとして紅茶、食品関連の販売やコンサルティングを行う。茶葉の選び方、パーティーでのマナーを楽しく学べる紅茶レッスンが大好評。

オリエンタルジュノーネットショップ

<http://www.oriental-juno.com/shopping.html>



医学博士 川村先生の
家庭の医学

いざというときの 応急処置講座

通りすがりの人が突然倒れたり、身近な人が突然痛みを訴えたりしたとき。もし、応急処置方法がわかっていたら…、と思わないために。知っておいてほしい、応急処置術を川村先生に教えていただきます。

File.10 動悸・不整脈の応急処置

動

悸とは、心臓の拍動を自分で感

数やリズムが一定ではない状態のこと
をいいます。原因としてもっとも多いも

のが加齢。誰しも少しずつ不整脈に
なっていく傾向があります。また、不規
則な食事、長時間の仕事、たばこ、酒の
飲み過ぎ、運動不足などの生活習慣、
人間関係、将来への不安などの精神的
なストレスが自律神経系のバランスを
くずし、それが刺激となり、動悸・不整
脈の原因になります。

健康な人でも緊張すると、動悸に
襲われることもあり、同じ病気の症状
としても人によって起こり方が違い、頻
度も違います。脈拍の異常、発熱、呼
吸困難などと同時に現れることがあ
るので、それらの症状に注意してみま
しょう。

不整脈も現れ方はさまざまで、心電
図などの検査では不整脈が現れても、
特に症状がないという場合も多くあり
ます。いつ検査しても現れる場合、とき
どき思いついたように発生する場合、
また発作のように一定の時間に限って

持続するものなど、さまざま。病院で
は現れるが自宅では現れない、逆に自
宅でのんびりしていたり安静時に現れ
るものなどもあります。

応急処置としては、

●楽な姿勢で休んだり、深呼吸をし
て気持ちを落ち着かせる。

●イスに座って、目を閉じ、片目を人
差し指と中指で軽く押さえます。
眼球をゆっくり圧迫すると、神経
が刺激されて心拍数が減少しま
す。この方法は、スポーツドクター
が試合中などの緊急時によく行う
方法で、1〜2分で効果が現れま
す。

●冷たい水を飲むと、舌から神経が
刺激されて、心拍数が減少しま
す。水を飲んでから深呼吸をすれ
ばさらに効果的。

心配のない一過性の症状の場合も
多いですが、大きな病気の症状となっ
て現れている場合もあるので、自覚症
状を感じたら、内科・循環器科を受診
し、正確な判断を求めましょう。



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。

病気の症状
としての動悸



- ・脈が途切れたり不規則。脈が極端に
速い(100/分以上)または遅い(50
/分以下)
- ・動悸以外の症状がある(発熱など)
- ・心電図に異常がある(末期の場合も)

健康な人の
動悸



- ・緊張したり不安の時だけ起こる
- ・脈は速くても規則的
- ・心電図が正常
- ・血液検査、胸部X線検査が正常

冷え症・腰痛・便秘・ストレス

湯温：38～39℃前後
時間：20～30分

POINT ぬるま湯の半身浴で長く湯船に浸かる。

冷え症の人は長めにお湯に浸かり、血行をよくすることが大切です。お風呂に長く浸かるには、ぬるま湯(38～39℃)での半身浴がオススメ。さらに気泡風呂で温熱効果を高めたり、腰痛や便秘でお悩みの方は、腰やお腹に気泡を当てて、マッサージをしましょう。

入浴スタイルで、健康維持を目指そう！

入浴法!

体の症状や悩みによって、お風呂の入り方にもいろいろな方法があることをご存知でしたか？ 冷え症や寝つきが悪い、ストレスなど体調に合わせた入浴法をご紹介！ ふだん何気なく入っているお風呂を見直し、充実したお風呂ライフを送りましょう！

血圧が低め

湯温：43～44℃

POINT 反復入浴法と上がる前のかけ水。



熱めの湯船に1分ほど浸かったら浴槽から出て、体の一部を洗って再び入る**反復入浴法**が効果的。こうした反復浴を5回くり返し、風呂から上がる前に水を2、3杯かけると入浴後の血圧低下を最小限にとどめられます。

※心臓の弱い方はくれぐれも気をつけて行ってください。

血圧が高め

湯温：36～38℃
時間：20～30分

POINT 浴室と脱衣所の温度差をなくし、ぬるま湯で半身浴。



まずは浴室と脱衣所の温度差をなくします。これは急激な温度変化による血圧の急変動を防ぐためです。低温長時間入浴で血圧の上昇を抑え、心臓に負担がかからない半身浴を心掛けましょう。

寝つきが悪い

湯温：38℃前後
時間：20～30分

POINT

交代足踏みで
自律神経を整える。



就寝1時間前の入浴と交代足踏みがオススメです。浴槽で5分ほど足踏みをし、その後10秒間足首まで水につける。これを1セット、5回ほど繰り返します。自律神経のバランスが整い、入眠しやすくなります。

風邪気味

湯温：42℃前後
時間：約20分(足湯)

POINT

体力を消耗しない
足湯で汗をかく。



全身浴は体力を消耗し、さらに症状を悪化させます。そんなときは上半身を毛布でくるんで足湯するのが有効。42℃前後の熱めのお湯に約20分。全身から汗が出てきて、風邪を吹き飛ばしてくれます。

こんな入浴はNG!

間違った入浴方法は、体に悪影響を及ぼす場合もあるので、要注意!!

■食後すぐの入浴

…食事直後の入浴は、内臓器官の活動をストップさせてしまうので、消化不良の原因に。少なくとも1～1時間半の時間を空けましょう。

■さら湯の状態に入る

…さら湯だと浸透圧の影響で体のミネラルが体外に流出してしまいます。ハイセンスなど入浴剤を入れて浸かりましょう。

■スポーツ後すぐの入浴

…入浴で皮膚に血液が集中し、筋肉に疲労物質が残ってしまい、筋肉痛の原因になります。30～60分は時間を空け、できれば横になって休んでからにしましょう。

こんなとき、
どう入るの?

カラダの調子に合わせた

タイプ別

二日酔い

湯温：38℃前後
時間：約20分

POINT

水をたっぷり
飲んで入浴する。



水をたっぷり飲んで、ぬるま湯で半身浴。じっくり時間をかけて、汗といっしょにアルコールを排せつさせます。またゆっくり体を温めることで体に負担をかけず、体内の代謝を高め、肝機能の回復を促しましょう。

兄妹そろって、冷え取りでスクスク元気!

2008年10月号のコーヨーライフに載せていただきました未来くん(4歳)に待望の妹、花梨ちゃんが生れました。

未来兄ちゃんに快く自分のおせんべいをあげたり、とてもやさしい冷えとりベビーです。マハ口はもちろん、今では酸素まで愛用しています。ようやく歩き始めた花梨ちゃんも足湯器のお手入れのお手伝いをしてくれたり、未来お兄ちゃん同様、代理店パーパーのお手伝いをしてくれています。ふだんから遊んでいても、自分のマイ水筒でマハ口を飲んだり、いつも欠かさず愛飲しています! 日々、楽しみと元気をありがとう! マハ口!

竹内国代さん
(愛知県名古屋市)



左:未来君 右:花梨ちゃん



マイ水筒でゴクンゴクン♪



足湯器のお手入れ、お手入れ〜♪

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体験談をお寄せください! 採用させていただいた方にはヒエトリくんグッズをプレゼントします。



宛先はコチラ!

〒112-0004 東京都文京区後楽2-3-25金子ビル2F
高野編集事務所「ひえとりcafe」係

FAX/03-3813-5812
mail/mac2@kenko-j.co.jp



アセロラはビタミンCを豊富に含み、レモンのおよそ38倍といわれています。原産地の西インド諸島で「神の果物」と呼ばれるほど重宝されています。人工的に合成された安価なものよりも、天然成分を凝縮したものを選びましょう!

A ビタミンCが
とても豊富な
アセロラです。

Q 疲労回復を
助ける果物だと
何がオススメですか?

質問箱

皆さまの疑問・質問に
お答えします。
商品の気になる
あんなこと、こんなこと
なんでもお尋ねください!

あたためよう こころと言葉

高陽社高野誠一副社長が、日々のセミナーで感じたこと、あるいは日常のできごとや世の中の動きで気づいたこと、高陽社メンバーに伝えたい心と体がホッと温まるキーワードをお届けします！

vol.11

「沈黙」は、美德なり？

マ ハ口関連の仕事を経て、シンガポールの

す日本人に…。

日本人ってやっぱりコミュニ

バリ島クルーズの旅に参加してきた。乗客数2500名、世界54カ国から集まった多種多様な人々との旅。乗船翌日、朝食のテーブルに着くと、ななめ前に座ったオーストリアのご夫人が僕の様子をうかがい、目が合うやいなや英語で話しかけてきた。

ニケーションが苦手なのだ。それもそのはず、日本人は古来、「コミュニケーションなしで社会を成り立たせてきたのだという。「阿吽の呼吸」「暗黙の了解」、言葉にせずとも相手の気持ちを察する日本独特の文化があつてこそだろう。しかし一步海の外へ出たら、それでは通用しない。日本で美德とされる「沈黙」は、他国では無関心を意味する。世界の人々とより触れ合うために、「英会話の上達」を新年の目標に加えることにした。

「お国はどちら？」「旅のご予定は？」「あら忙しいわね。ホニヤラホニヤララ…ところでそのブルーボトルはなあに？」「海の水？それじゃ塩辛いんじゃないの？…あらま、おいしいこと。オホホホホ！」

とまあ、だいたいこんな具合だ。船内を観察するにつれ、僕は気づいた。すきあらば英語でコミュニケーションをとろうとする外国人と、なるべくなら話しかけないでほしいオーラを出

けないでほしいオーラを出



願いをかなえる「おそうじ風水」

人気風水師・林秀静先生直伝！ 風水を利用して運を味方につける方法、それが「おそうじ」です！ 開運&快適な生活を手に入れましょう。

今月のお願い 仕事でキャリアアップしたい！

仕事でもっと自分の力を発揮し、キャリアを積みたいと思っている人は、まずデスクの上をきれいにし、集中力を高めましょう。仕事に必要なものは、整理・収納し、事務用品は、集中力を表す金の色の、白やシルバーでまとめます。

さらに職場はもちろん、自宅でも床にもものを置くのは、仕事運を下げる要因になります。なぜなら、床のものを踏まないように、自然と視線が下がり、肩も下がり姿勢が悪くなりますよね。視線を上に向け、姿勢よく歩く人の方が、前向きに仕事に取り組み、いい仕事との巡り会いも増えていきます。そして床をピカピカに磨きます。床を広くきれいにしておく、地の気を得やすくなり、仕事をはじめ、全体の運気がアップします。

おそうじPOINT 床を片付け、ピカピカに磨く！



Profile

林秀静 (リン・シュウセイ)
中国命理学研究家。
10代の頃より東西の占術を学ぶ。
1992年より、台湾および中国の老師に教えを仰ぎ、風水学、中国相法、八字、紫微斗数などを習得し、1998年に独立。著書やインターネットで活躍し、篤い信頼を得ている。著書に「心がふっと軽くなる！ おはらい風水運のいい人、悪い人の違いがわかる127の方法！」(泉書房)など多数。



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8回 子どもの才能を伸ばすためのプラス思考①



人生は山あり谷ありです。いい時もあるしうまくいかない時もあります。そんな、いい時ばかりとは限らない人生で、才能を發揮し、伸ばすには、何が必要なんでしょうか？ 私は、心だと思っています。いい時もそうでない時もどんな境遇も自分にとってのチャンスと考えられる「プラス思考」だと思っています。同じ境遇でも不運と考えたらチャンスはない、ラッキーと考えたらチャンス到来！ これはスポーツにおいてだけ言えることではありません。

私は「プラス思考は人生を幸せにする」と思っています。誰にでもいい時、そうでない時とがあるのにたくさんの幸せを感じて生きる人と不運を嘆いて生きる人がいるようです。周囲が「あの人はついてる。幸せだね。人生の成功者だ」と思っている、本人は悩み苦しみ、中には自ら命を絶つという悲しいニュースも耳

にします。逆に、立派な肩書きがあるわけではなく、一般的には成功者とは言われない人生を送っていても、心の中があたたかく幸せな人もいます。幸せかどうかは、お金や肩書きではなく、本人の心が決めるものだと思います。

つまり「プラス思考は人生の幸せの鍵！」卓球などスポーツに限らず、一生懸命何かに打ち込んでいると、うまくいく時とうまくいかない時を必ず経験します。子ども達には、一生懸命取り組んでいること（美宇の場合は卓球）の様々な境遇において、プラス思考で乗り越えていく経験を積み重ねることによって、幸せな人生を歩む力を身につけてほしいと願っています。私は、こういう様々な経験が、子ども達の将来に役立つ生きる力を育ててくれると思っています。

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。今年1月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。二女の世ちゃん、三女の亜ちゃんも卓球選手。



（上）プラス思考への気持ちの切り替えがうまくいなくて自分のプレーが出来ず負けたときの一枚。

（下）次の年には心が成長し、涙をこらえて最後まで闘い全日本優勝！



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



松葉オイルの入浴剤で
芯から体を温める。
森の香りを吸い込めば、
芯から心も温まる。

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 2.1kg
主成分 / 松葉油 (パインニードルオイル)

パインニードルオイル(松葉油)を配合し、保温効果をも高める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

※ご愛用者は1セット(3缶)単位、協力店は1ケース(6缶)単位でのご注文となります。



医薬部外品

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

ふくらはぎまで温めることが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 20700BZ00279000

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。

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

内容量 / 1箱 (50g × 18袋)
主成分 / 松葉油 (パインニードルオイル)

※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。



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。



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。



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。



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。



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。

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。



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

NEW

【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、コップに湧き出るたくさんの泡! 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。



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

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。



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 = **13,000円 / 1か月** 酸素のある暮らし

生活環境を整えましょう

LIFE



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。

キメ細かいホイップクリームのような泡は、まるでシルクいつまでも洗って
いたくなるその感触を一度味わうと、もう手放せません。シルク成分を贅沢
に配合しているほか、髪の毛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。



パントエア菌配合で
全身潤いボディ

**ラ・パント
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! 改良に改良
を重ねて全身の美肌を追求しました。ボ
ディラインを整えるのに役立つつえ、パント
エア菌配合で潤いのある肌へと導きます。



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

シルク成分のほかアルガンオイル、
シアバター等配合。肌にやさしい
ホイップクリームのような泡に体を
包み込んで、極上のバスタイムを。



パントエア菌配合。
子どもから大人まで
安心して使える保湿クリーム

**パントエア
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! パントエア
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、
なめらかでスベスベな肌へと導きます。



しっとり潤う
パントエア菌配合ジェル

**パントエア
モイストジェル**

定価 3,600円 100g

商品番号 H-144

お肌に理想的な水分を補給し、内側から
潤います。パ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。



リニューアル中 **スカルプエッセンス**

定価 9,000円 150ml



艶やかに、しなやかにスタイリング

KTヘアクリーム

定価 4,500円 75g×2本 商品番号 G-168

高級ツバキ油配合のクリームが毛髪の水分を適度に保ち、髪にツ
ヤやしなやかさを与え、スタイリングしやすく整えます。



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。



塗ってみて、驚きの「なにこれ!」

プラズマシリーズ
**Nani Core コーヨー
プラズマクリーム
(クール・ノンクール)**

定価 12,000円 100g

クール 商品番号 P-905

ノンクール 商品番号 P-908

※清涼感のあるクールタイプと、ノンクールタイプの
2種類があります。

プラズマ現象から生まれた銀ナノ配合。整肌成分
がより深く届けられ、肌を内側から整えます。



天照石入り着圧靴下

**暖足
~だんそく~**

幻の石といわれる天照石を
繊維に練り込んだ靴下。

[Sサイズ(着圧ソックス)]/20~22cm

黒色の太陽マーク入り 商品番号 H-934

定価 18,000円 1箱(3足入り)

[Mサイズ(着圧ソックス)]/22~24cm

ロゴマーク無し 商品番号 H-935

定価 18,000円 1箱(3足入り)

[Lサイズ(着圧ソックス)]/24~26cm

黒色のVKマーク入り 商品番号 H-936

定価 18,000円 1箱(3足入り)

[夜用(ショートソックス)]

定価 18,000円 商品番号 H-924

1箱(23~25cm×3足、25~27cm×1足)

[5本指]各サイズ1箱(3足入り) 定価 18,000円

サイズ S: 20~22cm(黒色の太陽マーク入り) 商品番号 H-946

M: 22~24cm(ロゴマーク無し) 商品番号 H-947

L: 24~26cm(黒色のVKマーク入り) 商品番号 H-948



幅広く使える無リン・
無蛍光剤の液体洗剤

液体
クリスタルパワープレミアム

定価 1,500円 1,000ml

商品番号 H-115

※協力店は1ケース(12本)単位でのご注文となります。

幅広い用途に使い、泡切れもよく経済的な洗剤です。



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。



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ポンプ付き×3本)
+詰め替え用サービスポトル(300ml)×2本

ニオイやジメジメが気になったらすぐにシュッシュ! 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。



**繭心地
MAYUGOKOCHI**

医薬部外品

定価 9,000円 120g

商品番号 H-465



プラズマシリーズ
「コレ爽やかなノ」

定価 9,000円

商品番号 P-920

1箱(50mlポンプ付き×3本)
+詰め替え用サービスポトル
(50ml)×2本



プラズマシリーズ
**銀のちから
「びっくりシャワー」**

定価 10,000円 1箱(5L)

※販売は2箱単位となります。 商品番号 P-928

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。

ステップ1 ▶ クレンジング



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

120ml **商品番号 E-954**

※協力店は2本単位での
ご注文となります。



ステップ2 ▶ ローション



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**

ステップ3 ▶ クリーム



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

27g **商品番号 E-945**

ステップ4 ▶ UVケア



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

商品番号 E-939



プラズマシリーズ
**プラズマナノヴェール
ソープ**

定価 9,000円 110g

商品番号 P-916



プラズマシリーズ
**プラズマナノヴェール
ローション**

定価 12,000円 120ml

商品番号 P-917



プラズマシリーズ
**プラズマナノヴェール
クリーム**

定価 18,000円 35g

商品番号 P-918



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

各 定価 5,400円 32ml



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

● ノーマル **商品番号 E-925**

● オークル **商品番号 E-926**

● 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。



コーヨー
**メイクアップ
ベース**

定価 4,000円 20g

商品番号 E-909



コーヨー
チーク

定価 5,000円 **商品番号 E-910**



**UVクリーム
50**

定価 6,000円
30g×2本

商品番号 E-425

おなかの環境を整えましょう

BIOGENICS



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)

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

栄養の環境を整えましょう

NUTRITION



毎日一包、家中元気、マクロがんばれ!!

パントの力

定価 3,000円 商品番号 B-943
1箱 (0.8g×30 包入)
※協力店は1ケース (6箱) 単位でのご注文となります。
マルトデキストリン、小麦発酵抽出物

〈お徳用(右)〉

定価 9,000円 商品番号 B-942
1箱 (0.8g×120 包入)
※協力店は1ケース (2箱) 単位でのご注文となります。



主役はあなたです!
60兆の助人命人

エーシーメロン

定価 15,000円

商品番号 B-140

1箱 (140mg×300 粒入)

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



「スプーン卵」の「生命力」が
サプリメントに

リメインヤング

定価 9,000円 商品番号 B-105

1本 (300mg×90 粒入)

スプーン卵、無臭ニンニク、サフラワーオイル



粒タイプが苦手な方でも
摂取しやすい形状に

リメインヤングツイスト

定価 9,000円 商品番号 B-112

1袋 (1.5g×18 粒入)

スプーン卵、無臭ニンニク、サフラワーオイル



健康な体と考える力のために

ノーカツ

定価 9,000円 商品番号 B-114

1箱 (2g×30 包入)

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、イチョウ葉エキス



健康な体を支えるための栄養補給

コンシウムH

定価 9,000円 商品番号 B-116

1本 (300mg×280 粒入)

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



天然のビタミンCで
元気とキレイを応援

アイデアルC

定価 9,000円 商品番号 B-117

1本 (300mg×210 粒入)

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



現代人の野菜不足に!

高陽野菜54

定価 9,000円 商品番号 B-119

1箱 (1.5g×60 包入)

人参、プロコリン、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



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

グリーンビーズ

定価 9,000円 商品番号 B-128

1本 (300mg×300 粒入)

クロレラ、オリブリーフ、キシリトール
製造特許 特許第3393132号



元気な体と美しさを応援する

アクアQ10+マカ

定価 36,000円 商品番号 B-417

1箱 (1包10g×60 包入)

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



韓国・智異山の土の「気」が育てた

長生ドラジ

エキスロイヤルプレミアム

定価 90,000円 商品番号 B-423

1箱 (50ml×30 包入)

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



溶かして味わうベリーの王様

黒酸塊 (くろすぐり)

定価 6,000円 商品番号 B-932

1箱 (4粒×60 包入)

黒酸塊抽出エキス (抽出特許取得成分)、ジェリーブッシュハニー (オーストラリア産有機蜂蜜)、米糠抽出エキス、ac-11 (キャットクローエキス)、プラチナナノコロイド、シルバーナノコロイド 等



プラズマシリーズ 「コレラ兆ナ」

定価 18,000円

1箱 (10g×30 包入)

商品番号 P-911



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



サンバイタル

定価 9,000円

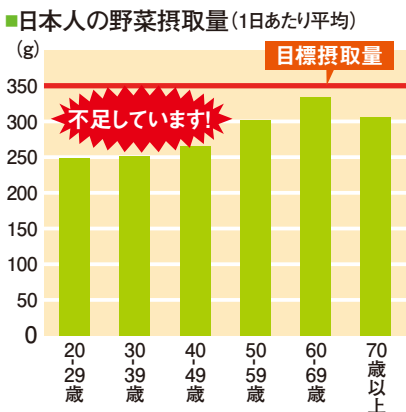
1本 (200mg×180 粒入)

商品番号 B-111



野菜嫌いさんのお悩みを 高陽野菜54がズバツと解決!

子どもの野菜嫌いで悩んでいるママに朗報!
高陽野菜を上手に使う野菜の不足を補えば、家族みんなでイキイキ生活!



こんな時代だからこそ野菜のサプリメントを上手に利用しましょう!

知しているのかも……。

ところが現状は、全世代で野菜不足。しかも野菜に含まれる栄養素は昔に比べて減っています。「日本食品標準成分表」によれば、ほうれん草100グラムに含まれるビタミンCは昭和25年には150mgでしたが、平成17年には35mg。最近の野菜は昔に比べて味が薄いと実感している人は、栄養の違いを敏感に察知しているのかも……。

厚生労働省では健康寿命を延ばすために、1日に野菜を350グラム(野菜料理1皿+野菜70グラム)と置き換えて5皿ぶんの野菜を食べるよう推奨しています。

野菜の栄養は昔よりも減っている

厚生労働省「平成19年国民健康・栄養調査結果の概要」より



この1包※2に54種類!

人参	ケール	小麦胚芽	ダルス	海藻	アセロラ
ブロッコリー	小麦葉	玄米	のり	ハーブ	コケモモ
セロリ	大麦葉	とうもろこし	ワカメ	甘草	りんご
トマト	キャベツ	もちあわ	昆布	パセリ	柚子
ビート	ニラ	大豆	デュナリエラ	オオアザミ	果物
ほうれん草	ピーマン	白豆	クロレラ	エキナセア	その他
ごぼう	ヨモギ	黒ゴマ	スピルリナ	イチョウ葉	花粉荷
大根	セリ			ルイボス茶	ブドウ種子
大根の葉	大豆もやし			緑茶	アマニ種子
明日葉	カボチャ			蝦夷ウコギ	
アルファルファ	ナス			松の葉	

※1 凍結乾燥法とは…4気圧の状態ですべて瞬間に零下40℃以下の状態にして、徐々に脱水し粉末化する方法で、通常の熱による乾燥に比べビタミン、ミネラル、酵素などの栄養素を損なうことなく粉末化できる。 ※2 約1.5g



庄内の冬の幸

海坂藩の城下町はその日、横殴りの雪が吹雪いていた。海坂藩とは故・藤沢周平の描く時代小説の多くの舞台となったところ。つまり山形の庄内藩の鶴岡であることはご存知のこと。

その海坂藩の城下町の一角に小料理屋「涌井」がある。四季の移ろいととも料理がなされ、冬の料理の一品に寒鯖のとんがら汁というのが

ある。
冬の日本海で獲れた真鯖を味噌仕立てにした汁だ。



寒鯖祭りに集まったマハ口大好き! な、いの上グループの皆さん。

ハワイ生まれ。日本育ち。



海の底から体の奥へ

Mahalo
HAWAII DEEP SEA™

<http://mahalo-water.jp>



「うまいー」

これが庄内の海の幸なんだな…。鰯の身、内臓、白子、岩のり、そして葱！ふふうふうと息を吐きながら、汁を飲む。

街の中に設営されたテントの中は、鰯を煮る鍋の湯気が立ち上る。汁をほおぼる人々の顔は至福のそれだ。

この鍋を食べるお祭が「寒鰯祭り」である。雪が吹雪けば吹雪くほど、このうまさは増すにちがいない。

郷土には故郷の味がある。

ばんけ味噌、クチボソの塩焼き、ハタハタの湯上げ、だだちや豆 民田茄子、赤蕪漬。

料理はその土地の人々の営みから生まれた知恵だ。その料理を引き立てるのが、水である。水の中の水、マハロがいかなる料理をも生かすから不思議である。

ハワイが、待っています。

行ったからこそ味わえる**感動**が、そこにはある。



MaHaLo誕生の地、ハワイ島コナへ ハワイキャンペーン2012

高陽社創業40周年、マハロ生誕10周年を記念して、現在ハワイキャンペーンを開催中。対象期間が長いだけでなく、代理店以上であれば、誰でもハワイに行けるビッグチャンス! 日本では決して味わうことのできない優雅なひとときを味わってはみませんか?

高陽社創業40周年

マハロ生誕10周年



【対象期間】2011年7月~2012年9月末まで

【対象者】代理店以上

※キャンペーンの詳細は各特約販社にお尋ねください。



■ 商品に関するお問い合わせは

(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

ありがとうございます 素晴らしき 冷え取り 健康 美容