

Koyo Life

8

Aug. 2016
Vol. 209

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】

【特集】

夏の汗、ああミネラルが
逃げていく！



スポーツマンの体をサポートする水、マハロ



上石神井 剛柔館

〒177-0044 東京都練馬区上石神井4-1-6 武林接骨院1F
[稽古日] 毎週木曜 (祝・祭日は休館)
少年部 18:00~19:30 一般部 19:30~21:00
[問い合わせ] 03-5372-0970

ための術を身につける、日本の文化を学ぶため、などそれぞれの目標のために毎週稽古に通うのだ。
そんな老若男女の武道家たちに平田館長が勧めているのが、海洋深層水マハロ。ハワイ島のコナ沖に湧き上がってくる海水を採水、ろ過し、ミネラルバランスのよい水に仕上がっている。
スポーツ時には、汗をかき、ミネラル不足に陥りがち。健康な体と精神のために、道場でもマハロ！

スポーツ時の水分補給にマハロ!



元気いっぱいの子どもたちが通っています!

少年部のみんなで
前列中央が平田哲也館長、両隣には表紙を飾った平田拓也さん、可菜さん兄妹



プロのアスリートにも愛されている海洋深層水には、選ばれる理由がありました!

飲みやすいから好き! という声、多数

マハロは飲みやすいから、いつでもどこでもこまめな水分補給に適しています。スポーツ時には水分補給のタイミングがパフォーマンスに影響するほど重要。

スーッと体に浸透する感覚

マハロを飲んだ人のほとんどが言うのがこのセリフ。「体にスーッと入っていく感じ」。これがマハロの海洋深層水たる所以でしょうか。飲み心地も水分補給には大切です。

おなかにはたまらない

汗をかいたら、水分補給をしなければならないのはもちろん、のどが渇いたと感じる前のこまめな水分補給が理想的。マハロのスーッと入っていく飲み心地をぜひ体験してみてください。

東京都練馬区にある道場、「上石神井 剛柔館」。小さな子どもから大人まで、しっかり帯を締め、大きな声を出し、稽古に励んでいる姿はとても清々しい。

「礼!」「ありがとう!」と、子どもたちが声を張り上げて挨拶をする。小さな声で、猫背でゲームばかりしている最近の子どものイメージはここにはない。
礼に始まり礼に終わる武道。小さなころから武道に触れることで、礼儀と節度を身につけることができる。「1時間半という短い時間ですが、稽古中は集中力を切らさず、言われたことに大きな声で返事をする、すぐに行動する、自分の考えをしっかりと話せる、そんなふうにご子どもたちには指導しています」と、館長の平田哲也氏。

確かに道場に集まっている子どもたちは、ちょっと隣の友達と話すことはあっても、平田館長が指示を出すときははっきり聞いて、自分で理解し、行動している。
「どんなに小さなことでも自分で考えて、積極的に前向きに取り組んでほしい。ここで教えているのは、将来、社会に出て大いに役立つことですよね」
精神と体をもとに鍛える。これは大人にも共通する。道場に入ってくる大人たちも背筋がピンツと伸び、しっかりと礼! 皆、ダラダラしていない。級を上げ、違う色の帯をもらう、身を守る



掛け声とともにすばい蹴りや正拳が飛び交う練習風景には圧倒される。

表紙の2人。こんなに小さかったのに立派に成長しました!!





教えて!シホさん♪

楽しそうだから
ママも飛び入り参加♪

平田雪江さん (45)



聞きたいこと
たくさん!

ワンランクアップのメイク術



ランタニア
マハロシリーズも!

ゴールドで、
高級感がある!

どんな色が
似合う?

メイクに興味津々! ランタニアでメイクパーティー♪

空手の稽古が終わったら、メイクの練習!!
メイクボックスを開けると、キラキラ輝く世界に心躍る♪
「どうどう?」「カワイイ~!」女子たちの楽しいメイクパーティーが始まります。



須藤美彩さん (20)

真剣な表情で
メイク中

平田可菜さん (18)



Q

夏はTゾーンなどのメイクが崩れやすい。
崩れ対策のポイントがあったら教えてください!!

A

崩れやすい部分に、マジックメイククリームをつけられることをオススメします! セラムファンデ→マジッククリーム→モイストパウダーの順に。Tゾーンなら、崩れにくくなるうえに鼻筋がキレイに立体感が出るので一石二鳥ですよ♪



Q

いつもアイシャドウがピンクなんですけど、夏っぽいメイクのオススメを聞きたいです! 夏カラーを取り入れたい!

A

ピンクがお好きなら、そのままピンク使用で合わせ技で夏らしくなる方法があります! ハイライト (まぶた上部分) にホワイト+アイホール (まぶた中央部分) にピンク+目のキワ (まぶた下部分) にブルーを。ブルーがほんの少し入るだけで涼しげに見えますし、3色合わせることで立体感が出て引き締まり、目もパッチリ大きく見えますよ♪



Q

まつげが直毛で、上げててもすぐに下がってきちゃう。ビューラー、マスカラ下地、マスカラで上がると聞いたのですが、まつげが傷みそう。まつげに負担がかからなくて、かつ、まつげが上がる方法ってありますか?

A

ランタニアボリュームマスカラは、通称 `よくばりマスカラ、です! ボリュームも長さもセパレートカールアップも叶えてくれます。
1.まずは根元からマスカラをつける。(上からつけずに、下からしっかり持ち上げるようにだけつけてください)
2.人差し指を約5秒まつ毛に押し当ててカールアップを固定させる。(目線を下にするとまぶたが伸びてやりやすいですよ♪ 手が温かいと効果絶大です!)

お気づきですか? ランタニアメイクセットの前にキラキラの女子オーラを放っているこの2人。前ページでは、凛々しい表情で、空手の稽古をしていました。このギャップ、素敵です!

「4月から大学生になり、本格的にメイクを始めた。だからまだそんなにうまくはないんです。だんだん慣れてきたかならうって感じ」と言うのは、可菜さん。一方、美彩さんは現在大学3年生。「いつも同じようなメイクになっちゃって。でも気分によって、洋服の色に合わせて、アイシャドウの色を変えたりとかはしますよ」とメイクを楽しんでいる様子。

「このクリームアイシャドウ、かわいい! 発色がきれいで、サラサラしてる!」「キラキラする!」ランタニアのメイクアイテムを次々とお試し、どんどん盛り上がるメイクパーティー♪ 美への探究は、始まったばかりです。

仲良し幼馴染みで
メイクパーティー♪

知ってたつもりのスキンケア。
目からウロコの技が満載!
メイクの悩みも楽しく学べる!!



メイクの裏ワザも
盛りだくさん!!

シホさん直伝のメイクの裏ワザが満載のビューティーレッスン。これを知るだけでも参加する価値あり! ですが、聞いたら、みんなに伝えたいくなること間違いなしです!



本当に正しい
スキンケア!

クレンジングからローションの入れ込み方、しっかりスキンケアをすることで潤ったハリのある肌にみなさん、驚きの表情。「いつもやってるのに全然違う!」



まゆげがキリッと、
目元パッチリ!
口元は華やかに!
若々しい印象へ



After



Before

ビフォー&アフターも
チェックして

今回のモデル：山中さん(72歳)

「若々しくなりたい!」とビューティーレッスンに参加した山中さん。72歳という年齢に「若い〜」とよめきがわきましたが、さらに若く!! ランタニアを使いこなしていきましょう。

「半分はシホさんにアドバイスをいただきながら自分でメイクをしましたが、いつもと違い! ビックリしました。友達にも教えてあげたい!」と意欲がわいている山中さん。

人をキレイにする側に
なれるよう、特訓します!



目指せ!
Rantanist!

目からウロコの ランタニアビューティーレッスン 潜入レポート!!

今までのビューティーセミナーとは、まったく違う!
ビューティーアドバイザー-shihoさんの技術をみっちり学び、ゆくゆくは、
周りの人もキレイにできる! そんな「ランタニスト」を目指します!

shihoさん直伝の技術!



ランタニアレディの方々がサポート!



モデルさんも
半顔は自分で!



エスタージュ美容液も
お試してきた!



今川明美講師もチェック!



私より
モチモチ!?

「ランタニアビューティーレッスン」。これが新しく始まるビューティーセミナーの名前です。しかし、内容は今までのビューティーセミナーとはまったく似て非なるもの。所定の日程を修了すると基本のスキンケア&メイクアップ法を修得することが出来ます。お客様ひとり一人に合ったアドバイスなどを自信を持って伝えることができるのです。

本日第1回目は、まずは自分をキレイにする方法。シホさんから、またランタニアレディの方々から、本当のスキンケア、メイクアップのコツなどを学びます。さらに今後は、人をキレイにする方法を学びます。人をキレイにするためには、まったく違う考え方が必要だけれど、やはり自分がキレイでなければ、人はキレイにできない。

楽しそうにメイクをしながらも、真剣にアドバイスをメモする表情から、今までのセミナーとは参加者の方々の気持ちも目指すところが違うのが伝わってきます!



自分磨きはもちろん!
 ランタニアで人をキレイにしたい!
 そんな方を応援する
 ビューティーレッスン。
 楽しみながら、スキンケア・メイクの
 基礎を学びましょう。

ビューティー
 レッソンは、
 人を美しくしたい!
 人の学びの場です

男性も今や
 ビューティーの時代...



真剣にシホさんの技をメモ!



目の前で
 シホさんの技を見られる!



スキンケアで
 こんなに変わるんだ!



続きはご自分の目・肌で確かめてみて!!
 ビューティーレッスン参加者、受付中!

※詳しくは担当販売員までお問い合わせください。



shihoのお悩み相談室

メイクアップアーティスト・shihoの美容お悩みにお応えるコーナー。
“美はトータルの健康から”を合い言葉に
体の中からキレイになりましょう!



shiho
メイクアップスタイリスト

今月のお題

まつげをいたわる
優秀マスカラ

「まつげは短いし、まばらだからマスカラなんて全然しない!」という方、結構多いのです。そんな方にも「ひとぬりで簡単に目力アップできる!」と自信を持ってお伝えしたいのがランタニアボリュームマスカラです。

見た目年齢を大きく左右する目元。だからこそまつげを美しく整えることが大切。

ランタニアボリュームマスカラは、大人の細くハリのないまつげもしっかりキャッチ。ボリューム感を出し、さらにハリやコシをカバー。まつげを上げると、途端に立体感のある表情になりますよ。



RANTANIA
ボリューム
マスカラ

まつげをセパレートさせながら、しっかりキャッチ。ボリュームのあるまつげへ。

まつげをクルンッと上げましょう!

暑い夏も美まつげで颯爽と。
涙・汗・皮脂に強いのに、お湯で落ちる!



まつげの根元から

下から持ち上げるように
少し横に揺らしながら

使い方

まつげの根元から持ち上げるように、横にジグザグ揺らしながらつける。まつ毛一本一本をコーティングしながら、自然な上向きのまつ毛が完成。一回塗りだと自然な仕上がり。二回重ねつけすると、長さもボリュームも出て印象的でエレガントな目元になります。

スキンケア、メイクのお悩み募集中!
shihoさんがていねいにお応えします!
P23の宛先、またはメールでも!!

今月のひと言

美の種は
すべての女性の
中にある
shiho.

私はいくつになっても美力は育てていけるものだと思っています。

中には「私なんて…」と消極的だったり、もう歳だしとあきらめてしまったり、また、無関心なまま生きていたりする女性が皆さんの周りにもいるかもしれません。そんな女性たちでも、必ず平等に誰の中にも『美の種』は潜んでいます。

芽が出る、ツボミになる、開花するのはキッカケ次第。気持ちひとつ。実は簡単で真横に広がる世界だったりします^^

せっかく女性に生まれてきたなら、
そんな無限の可能性、をキャッチしましょう♡

まずは基本の台所!



ペーストを塗って、ラップ



置いたあと洗い流す!

調理後の気になるニオイや雑菌などにママこれは強い! 例えばまな板は、浸け置きや、ママこれをぬるま湯で溶かしたペーストをぬってラップし、一晩置いて。洗い流したあとの溶液は捨てずに、リビングやお風呂の掃除に使い回すとますます経済的!

最初にデモで、ママこれのパワーを確認!



リビングの大物も!



霧吹き溶液をかけて…



雑巾で拭く!

表面は比較的キレイでしたが、側面がカビとべたつき汚れにまみれていました! 霧吹きで溶液をふきつけて拭くと、するするっと汚れが落ちる!

汗をかきかき、デモがんばってまーす!



ママこれマイスター・上林敏夫さん

の。酒井さん、主婦ならではの目線で、そんな皆さんの疑問質問にやさしく答えながら実践!
実はまだ、ママこれにハマって半年も経たない酒井さん。洗浄力に加えて、その経済性も魅力だと熱く語ります。「もったいない使い方をしている方が周囲にも多いので、ぜひ、溶液の使い回しや、ママこれを使った効率的なお掃除の仕方をお伝えしていきたいです!」



洗濯パーティー実践編!

やるぞ〜♪

「ママこれ」の魅力をもっともっと広めたい!! と願う皆さん。今日は、地域の人たちをお招きして、家中の掃除に役立つママこれの使い方、丸ごと全部お見せします!

家中丸ごと、ママこれですっきりキレイ・サツパリ!

自然に囲まれた酒井家で、ママこれの輪、広めます♪



やっぱり、ママこれ! 魅力をたっぷりご紹介!

全国各地で洗濯パーティー旋風が巻き起こっています!

今日お邪魔したのは、ママこれ普及への熱意あふれる、酒井裕子さん宅での洗濯パーティー。参加者の皆さんでぎつしりになった応接室では、まずママこれの洗浄パワーを実際に目で見てもらうため、プラコップや浸け置き衣類のデモが行なわれました。ママこれ溶液入りのコップがどんどん透明になる様子にまぶびっくり! さらに眼鏡や腕時計まできれいになって、参加者の皆さん大満足です!

家中のお掃除、見せちゃいました!

さらに今回は、酒井さんが、ご自宅のリビング、台所、お風呂などをすべて開放! 実際にお掃除をして、結果を見せてくださいました。ママこれを手にしても…、量は? 浸け置き時間は? うーん自信がないわ…つてなっちゃう方が多いも



After

お気に入りのぬいぐるみが真っ白になったよ!



Before



子どものおもちゃも!



一晩浸け置き

すすいで、天日干し!

酒井裕子さんのお孫さん 宮原柚樹ちゃん (3歳)、酒井玲奈さん (9歳)

霧吹き溶液が大活躍

大掃除から、日常の掃除・洗濯まで!



霧吹き溶液の作り方
霧吹きに、300ccのぬるま湯を用意

+

ママこれ



窓ガラスや網戸には
たったの、
耳かきひとさじ量!

汚れが気になったら、
シュッシュ!!



その他の汚れには
計量スプーンの
底面が隠れる量!

溶液がしっかり汚れに浸透したのを見てから拭いて。

※霧吹き溶液のフタが飛ぶこともあるので、密閉しないで開けておきましょう。

子どもたち、孫たちのためにも、選ぶのは、ママこれ。

愛知県豊橋市嵩山^{すせ}にお住まいの酒井さん一家。辺りには美しい里山と豊かな田んぼが広がり、家の脇には清水の流れる小川が。夏には蛍も来るそうで、「この嵩山の自然を、子どもたち、孫たちの世代に残していきたい。だから、酸素と酵素の力で汚れを分解するママこれを、これからも使います」と酒井さん。

洗濯パーティーには、酒井さんの娘さんや息子さん一家の姿もありました。「ママこれのことは、母から聞いていました。子どものぬいぐるみを持ってきて、前日から浸け置きしておいたんですが、今日見たら、汚れがとれて真っ白に。嫌なニオイもありません。子どもの衣類やおもちゃなど、もっとママこれを活用したい!」と思いましたが、「家族想いの皆さんの気持ち、きつと次の世代にもつなげていきますね!」

眼鏡、時計などの小物類も!

※べっ甲、革ベルト、金属の材質によっては使えない場合があります

濃いめの溶液で!

時計のバンド部分



軽くすすぐと、黒ずみがとれて輝きがよみがえります!

※時計の文字盤部分は、溶液に浸けしないでください。

番外編 贈答にも♪



洗濯ネットとパンフレットをセットで! 皆さんに喜ばれています

洗濯パーティー主催の酒井裕子さん

霧吹きで!

眼鏡のレンズ



あら〜きれいになったわぁ♥

※眼鏡は、レンズ部分の霧吹きだけで、溶液には浸けしないでください。

便利なママこれいいねワンパックタイプ

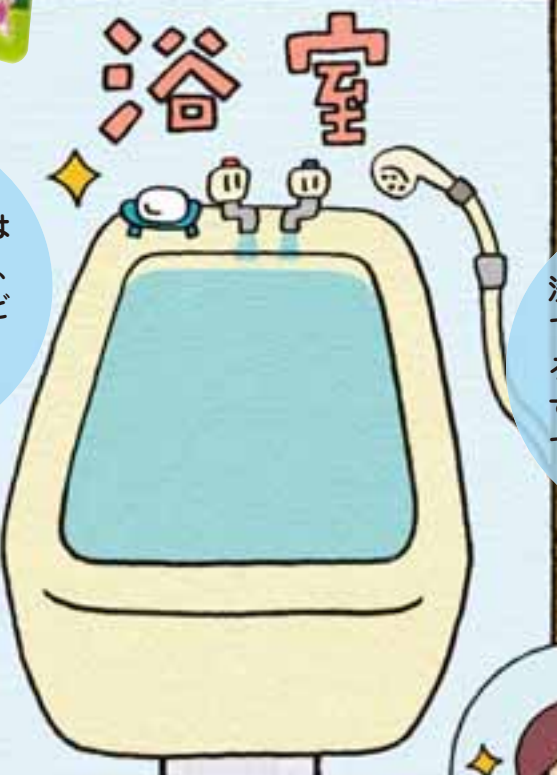


界面活性剤0 (ゼロ)、蛍光漂白剤、柔軟仕上剤、着色料、香料無添加の洗浄剤ですので安心してお使いいただけます。ワンパックタイプは、使用量が分かりやすく、小分けの状態を持ち運びができて便利!

洗いにくい排水管のカビ菌・ニオイも流すだけでキレイに!!



お風呂の排水口は髪の毛や水アカ、カビ、ヘドロなど汚れの宝庫!



洗面所の排水口って本当に口のところが掃除ができず、中がどうなっているのか不安...



トイレの気になるニオイ、さぼったリングなど、ママこれでキレイさっぱり!



生ゴミのニオイやヌルヌルが気になる季節。ママこれで洗えば、流水で排水管もキレイ!

清潔な家で子どもを守る!

家中スッキリでママHAPPY♪



私たちが掃除できないところを「ママこれ」の酵素くんと酸素くんが掃除してくれています!

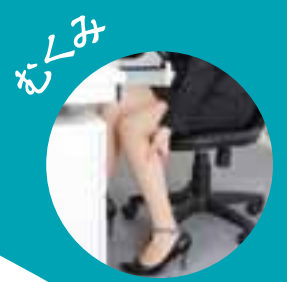


夏バテ予防の秘訣は、ミネラルバランスにあり!

夏の汗、あぁミネラルが逃げていく!

ミネラルは、体の中では作れない!

「今年の夏は異常気象だ!」なんて話、毎年聞くような気もするけれど、それでもやっぱり、今年の夏は、本当にスゴいらしい。猛暑にゲリラ豪雨と、年々過激になっていく夏を乗り切るために、忘れてはいけない栄養が「ミネラル」。夏は汗といっしょにミネラルが排出されて、知らぬ間に不足しがちに……。微量ながらもカラダの中で大きな働きをしているミネラルを知っておこう!



その夏の不調、思い当たったら、ミネラルバランスの乱れかも!?



K

むくみ 予防に!

【カリウム】

ナトリウム量を調節する。不足すると脱力感が起こる。

Cu

【銅】
血液づくりをサポートし、鉄を助ける働きをする。

Se

【セレン】
ビタミンEとともに働き、強力な抗酸化作用を発揮!

Fe

【鉄】
血液の成分となる。不足すると、貧血が起こる!

Co

【コバルト】
悪性貧血を予防したり、神経の働きを正常に保つ!

Mg

【マグネシウム】

不足すると筋肉にトラブルが起こり、筋肉痛や心筋梗塞になる。

Mn

【マンガン】
骨を作ったり、3大栄養素をエネルギーにする。

P

【リン】
カルシウムと結合して骨をつくる。新陳代謝に関わる。

Ca

【カルシウム】

骨や歯をつくり、血管の壁を強くする。イライラを鎮める働きも。

Cr

【クロム】

糖質と脂質の代謝を促して、糖尿病を予防する。

V

【バナジウム】

脂質やコレステロールの代謝に関わるとされている。

Na

【ナトリウム】

カリウムと協力して体内の水分量を調節! 細胞の働きを守る。

Li

【リチウム】

そううつ病の治療薬に使われる。作用はまだ研究段階。

Ni

【ニッケル】

タンパク質の最終産物で、尿素の分解に関わる。

Mo

【モリブデン】

糖質や脂質の代謝、肝臓や腎臓の働きを助ける。

Zn

【亜鉛】
タンパク質を合成する。不足すると味覚障害になる。

必須ミネラル!

16

「ダル過ぎる」。朝からずっと体がダルい。これじゃ、仕事も遊びもやる気が出ない！」



エネルギーがレベルアップする!

K
【カリウム】



ほうれん草やきゅうり、大豆などに豊富!

Mg
【マグネシウム】



アーモンドなど、ナッツ類に豊富!

冷房の効いた屋内と猛暑の屋外を出たり入ったりで、体温調整がうまくできない、1日中やる気が出ず、エネルギー不足…。夏特有のダルさの原因は、タンパク質やビタミンだけでなく、ミネラル類が不足していることが多い。ミネラルなら、マグネシウムとカリウムを補おう。慢性疲労者に投与すると、約9割の確率でエネルギーのレベルがアップするという報告がある。

「暑くてなんだかイライラ!」些細なことに、キレそうになる」



神経の興奮を鎮める!

Ca
【カルシウム】



丸ごと食べられるイワシや小魚を!

地獄のような暑さのせい、近頃やけにイライラする! 暑さは人を狂わせるといふけれど、もしかしてそれ、ビタミン、ミネラル不足かも。イライラ症状を抑えるには、ビタミンCとカルシウムがいい。ビタミンCは、ストレスと戦うホルモンの分泌に関与し、カルシウムは、興奮や緊張などの刺激に対する神経の感受性をやわらげ、ストレスに強くなる効果がある。血液中のカルシウムの濃度が減少するとイライラ、ピリピリ、感情のコントロールが乱れると覚えておこう!

「炎天下でのスポーツ中、したたる汗、めまいに襲われて…」



汗で失うミネラル No.1

Na
【ナトリウム】



塩、みそ、醤油梅干しなど!

スポーツ活動時の熱中症による死亡数が増えることも多いのが野球。屋外での練習時間が長く、発汗量が多いことが原因のひとつ。発汗が少量の場合、塩分があまり失われないため、水やお茶を飲めば十分だが、大量に汗をかくと、水分と同時に体内の塩分も排出される。そんなとき、水だけを飲んでしまうと、練習中に気分が悪くなったり、フラフラして力が入らなくなったり、熱中症の症状に襲われる。こまめにナトリウム濃度が高いめの水分を補給しよう。

「寝起きは顔がむくんでいるし、夕方はふくらはぎがパンパン!」



むくみ防止に有効!

K
【カリウム】



アボカド、納豆、イモ類にも!

Mg
【マグネシウム】



大豆やきな粉、玄米にも!

1日中冷房の効いた室内にはばかりいて、ついつい運動不足になりがち。夏は血行が悪くなり体が冷えることにより、体がむくみ、老廃物をため込みやすい季節だ。便秘にもなりやすい。むくみを解消するには、カルシウムとマグネシウムをバランスよく補給しよう。さらに利尿作用を促して体内の余分な水分を排せつするカリウムも欠かせない。

大量に

水だけ飲んでも「熱中症」になる!?
熱中症対策には、

汗をかいたら、 ナトリウム補給!



ナトリウムなどの、適度なミネラルを含んだおいしい水をこまめに飲みましょう!

猛暑になればなるほど体調管理の要となってくるのがミネラルの力。特に意識したいのが「ナトリウム」です。
今年、6月27日から7月3日までの1週間に全国で2847人が熱中症で搬送され、搬送者数は、昨年同期の5倍超。中には「水分補給していたのに、なぜ?」という人も。その答えの一つが「ナトリウム不足」です。血液中のナトリウム濃度は約0.9%の食塩に相当し、汗の中には塩分が多く含まれています。腎臓の機能が正常で、暑熱順化

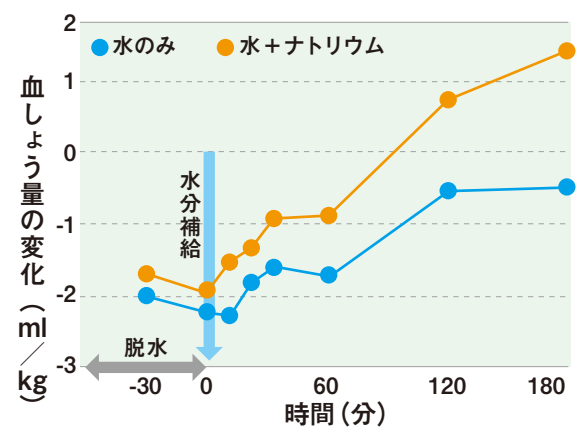
された人の場合、体内のナトリウム量は一定に保たれます。しかし大量の発汗のあとに真水だけ飲むと、体液が薄まって体内のナトリウムが不足。水分の排出が起こって、逆に熱中症になりやすい脱水状態に陥ります!

熱中症からカラダを守る!

Na
[ナトリウム]



ナトリウムが体内の水分回復を促進!



【実験内容】高温高湿度の中で、男性6名がエアロバイクをこぎ脱水状態をつくる。休憩をはさんでから水分を補給し、血しょう量の変化を測定。水だけの人に比べて、ナトリウム水溶液を飲んだ人のほうが血しょう量の回復が早かった。水分摂取から2時間経過後には、脱水前の血しょう量を上回るほどになった。
(データ: JAppl Physiol, 65,325-331,1988)

「冷え取り」で暑熱順化しよう

とここで最後にもう一つ。右ページの本文中に出てきていた「暑熱順化(しよねつじゆんか)」という言葉を知っていますか? 暑熱順化とは、体が暑さに適した状態になること。暑熱順化ができていれば、簡単に熱中症に負けません。水を飲んでいたのに熱中症になって

しまった人は、もしかするとこの暑熱順化度が低かったことも原因の一つかもしれません。暑熱順化するためには大切なのは、汗腺の機能を高め、しっかりと汗をかけるようになることです。そこで、冷え取り。夏でもゆつくりと入浴し、体温コントロール力を整えることは、熱さに負けない体作りにも役立つですね。

暑い環境にさらされたとき…

暑熱順化していない

- 汗が出にくい (体温が上がりやすい)
- 汗で排出されるナトリウムが多い (ベタベタ汗)
- 水分補給で体液量が回復しにくい

暑熱順化している

- 汗が出やすい (体温が上がりにくい)
- 汗で排出されるナトリウムが減る (サラサラ汗に)
- 水分補給で体液量が増加する傾向になり脱水しにくい。

熱中症になりやすい

熱中症になりにくい

自分は大丈夫と 思っていたけれど… こんな熱中症にご注意!

ええっ!これって熱中症なの!?
発熱した1歳の娘をだっこして小児科へ、次に3歳の息子の歯医者へとあちこちハシゴをしていたら、翌日、寒気と吐き気に襲われて私が病院へ。診断はなんと熱中症! 激しく運動したわけじゃないのに、まさかの体験です。(30代・女性)

部活に励むのもいいけれど…
猛暑の中、校庭で部活動をしているときに熱中症になりました。水はときどき飲んでたのに、やられました。一週間くらい発熱が続いて、死ぬんじゃないかと思ったほどです。夏の運動は、本当に注意してください。(10代・男性)

仕事で外出中、急な脱力感に!
夏の昼間に、ほんの少しの間外出していたら、体がだんだんとだるく重くなって、脱力感に襲われました。何か悪い病気かと心配しましたが、これが熱中症だったのです。思えば、あの日は朝から脱水状態でした……。 (50代・男性)

気づかぬうちに、屋内で熱中症!
私は、寝ている間に熱中症になりました。冷房が苦手な、夜はいつもエアコンを消して寝ているのですが、その日は格別蒸し暑くて…、きっと汗をたくさんかいたのでしょね。めまいと体のほてりで大変でした。(70代・女性)

目指せ!2020東京五輪! 平野美宇選手応援ライフ!

「天才卓球少女」と呼ばれた平野美宇ちゃんももう高校生。
オリンピックという夢に向かって一直線に走り続けています。
娘の夢を応援する日々を綴る、美宇ちゃんママ真理子さんのエッセイ。

Vol.61

平野卓研チーム、 女子優勝! 男子準優勝!!

やった〜!!

今回は、我が平野卓研チームの嬉しいニュースです。子どもたちが、やってくれました。山梨県小学生大会団体の部 兼全国ホープス大会県予選会 兼東日本ホープス大会県予選会（長い大会名ですみません）にて、女子優勝! 男子準優勝! みんな、よく頑張ってくれました!(#^.^#)

三女亜子率いる女子チームは、全ての試合を3-0のストレート勝ちで完全優勝達成。男子は、3-2のラスト勝負を2度制しての嬉しい準優勝。しかもゲームオールの大接戦という白熱した試合を制し、保護者応援団も大々盛り上がりでした。

男子は、比較的最近になって卓球を始めた選手が多いので、技術力はまだまだなのですが、一生懸命な選手たちです。女子チームの優勝はもちろん嬉しいのですが、私にとって、男子チームの準優勝は同じくらい嬉しい結果でした。

大会後、ある男子チームの保護者から、嬉しいお便りをいただきました。

Profile



文・平野真理子(ひらのまりこ)さん
平野英才教育センター卓球部(平野卓研)監督。2014年にワールドツアーでダブルス最年少優勝を果たした、平野美宇選手の母。現在美宇さんは、オリンピック選手育成のために国が運営する「JOCエリートアカデミー」所属。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。



「卓球を始めて、新しい世界に出会ったり、様々な経験をさせていただいたり、親子共々、よい体験をさせていただいています。ありがとうございます。」

私は、卓球の勝敗結果そのものよりも、「子どもたちが卓球を頑張ることにより様々な経験をし人として成長すること」。これがやりたいくて、卓球教室を始めました。そういう意味で、とても嬉しいお便りでした。

女子チームは、8月に全国ホープス大会へ出場します。

男子チームは、9月に東日本ホープス大会へ出場します。みんな、精一杯頑張ろー!(^o^)/

日々、成長中の平野卓研の選手たち!!



誇らしげな表情の子どもたち。次の大会も頑張れ〜!!



金色と銀色のトロフィーが輝いています!! おめでとう!

楽しいお便り、
ご紹介します♪

welcome to

ひえとり カフェ



元気いっぱい
ヒマワリのような
笑顔を咲かせよう♪

ココナッツオイルの
パリパリアイスに
ハマっています☆

ココナッツオイルでのお料理にすっかりハマっている私。ココナッツオイルを食べ始めると、おいしくてヘルシーで、いろいろと試したくなりますね。そんな私はこの夏、アイスにココナッツオイルをかけて、オイルのパリパリを楽しむことにハマっています。安いアイス（失礼！）でも、ココナッツオイルをかけるだけで贅沢なパリパリトッピングが楽しめて、まるで高級アイスのようにグレード



韓国誌『SPORTS 朝鮮』に掲載されました!

顧客満足度、NO.1

Newハッピーラックは、日本のみならず、世界が注目しているサプリメントだということをご存知ですか? 「Newハッピーラック」の前身ともいえる韓国の健康食品は、この度、韓国において「顧客満足度No.1」のすぐれたサプリメントとして選出されました。まさに健康や美容において関心度の高い国ならではの選択ですね。

毎日スッキリ! 気分爽快でありたいのは万国共通。実感するのも万国共通! 今後もぐんぐん世界に広まっていきたい勢いです。「Newハッピーラック」のスッキリ感、まだ実感していない方、ぜひお試しあれ!

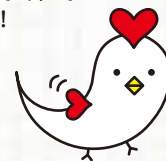
🐣 アイスにココナッツオイルのトッピングとはステキ! そんなアイスでもてなしされたら、カフェ気分になっちゃいますね。



アップ! お客様へのおもてなしにも、喜ばれております♪
(東京都 ココルビーさん)

ヒエトリくんギャラリー

切り絵でこんなに上手に作ってくれてうれしいな!



▲新潟県・さんのイラスト

(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)

下の5つの文字をすべて合わせてできる「二字熟語」は何でしょうか。

色 夫 糸 貝 夫

正解者にプレゼント

答え、氏名、住所、電話番号を書いて右上の宛先まで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: 2016年8月31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。

7月号の答えは「結晶」でした。

お便り募集中

〒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
「ひえとりカフェ」係

FAX/03-6907-2114
mail/mac2@kenko-j.co.jp

掲載者には、
ヒエトリくんの
メモ帳プレゼント!



トランス脂肪酸
0 (ゼロ) の
ココナッツオイル



脳を鍛える
漢字パズル

パインハイセンス・パインハイセンス分包

温まり方が違う! 冷えを取る薬用入浴剤

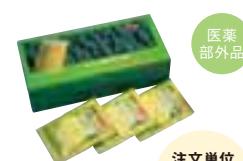
贈答・旅行・お出かけ用に



注文単位
1箱(3缶)

価格 3,000円
商品番号 A-101

内容量/1缶 2.1kg
主成分/松葉油 (パインニードルオイル)



注文単位
1ケース
(12箱)

価格 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)

冷え取り君
マイコンプレミアム FB-C80

いつでも快適
足湯タイムを



価格 42,000円
商品番号 A-824

※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協力店価格で25,000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)

ツインジェット
センス JS-H20W

ミクロの気泡でポカポカ
全身マッサージで体がほぐれる



管理医療機器認証番号 20700BZ200279000

価格 270,000円

※KOMOでの取り扱いはありません。詳しくは、販売員にお問い合わせください。



温度

天樹精シリーズ



メディカルゴッドSPA

新感覚ぬくもり手クノロジー

遠赤蒸しマット
ULMO (ウルモ)

うるおいと温熱マット



トリートメント
ヘアカラー
価格 6,000円
内容量/230g

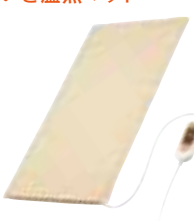
- ソフトブラック
- ダークブラウン
- ノーマルブラウン
- ゴールドブラウン
- レッドブラウン

商品番号 E-052
商品番号 E-053
商品番号 E-054
商品番号 E-055
商品番号 E-056



管理医療機器認証番号 221AGBZX00113A01

価格 90,000円
商品番号 A-967



価格 38,880円
商品番号 A-981

サイズ/約720×380×15mm (本体カバー装着時)

潤いある暮らしに



コーヨー
ブラズマクリームGS
価格 9,000円
内容量/100g
商品番号 H-982



コーヨー
ブラズマ
クリームGS (ノンケール)
価格 9,000円
内容量/100g
商品番号 H-985



高陽ミスト (電解還元性イオン水)
価格 9,000円
1箱 [300ml (トリガーノズル付き) ×1本、
300ml (詰替え用) ×1本、
携帯用空ボトル50ml×1本]
商品番号 H-966



コーヨー
フットクリーム
価格 5,000円
200g
商品番号 H-420



コーヨー
デンタルゲルナニコレ
価格 3,600円
内容量/70g
商品番号 H-970



コーヨー
マスティデンタルジェル
価格 3,600円
90g
商品番号 H-428

プロビオフィズス

フランス発の注目の善玉菌
「プロピオン酸菌」配合



(大)
価格 12,000円
商品番号 B-950

1箱60粒 (15粒×4シート) 入り



(小)
価格 6,000円
商品番号 B-971

1箱30粒 (15粒×2シート) 入り

マハロシーグルト



世界初!
プロビオフィズスのヨーグルト



価格 9,000円
商品番号 B-147

1箱 (45.7g×6袋) 約36食分入り

食用ココナッツオイル



サラッとおいしい油を食卓に

価格 1,800円 内容量/480g

トランス脂肪酸0 (ゼロ)、コレステロール0 (ゼロ)。
甘い香りが少ないから毎日の調理に使いやすい! 家族の健康をサポートする油です。



高陽社 商品カタログ

高陽社流通システムKOMO

KOYO PRODUCT CATALOG

※高陽社流通システムKOMOとは、プレミアム販売店がFAX注文書にて価格63,000円以上 (冷え取り君マイコンプレミアムを除く) のご注文でご利用いただける流通システムです。プレミアム販売店は表示価格の70%となります (一部商品除く)。
※プレミアム販売店になるには、所定の商品購入等が必要です。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。
※プレミアム販売店の所定の単位はカタログ内に注文単位として表示してあります。一部KOMOでの注文ができない商品があります。詳しくは担当販売員までお問い合わせください。
※価格はすべて税込価格となります。



このマークの画像は、COCOARで動画が見られます。

ママこれいいね・ママこれいいねワンパックタイプ



掃除、洗濯、
食器洗いにも!

価格 3,600円
内容量/1,000g
商品番号 H-984

注文単位
5個

界面活性剤0 (ゼロ)、蛍光漂白剤、柔軟仕上げ剤、着色料、香料無添加。酸素と酵素のチカラで頑固な汚れや臭いを落とします。衣類の色もハッキリ! これひとつで頼もしい洗浄剤です。

ワンパックタイプ
30g×32袋入り



使いやすくて便利!!

価格 3,600円
内容量/960g
商品番号 H-994

注文単位
5個

ココダイヤ



ココナッツオイルは
優れたエネルギー源!
人のチカラを輝かせる!

価格 3,600円
1本 160g
商品番号 B-980

注文単位
5本

原材料/ココナッツオイル、ゼラチン、グリセリン
トランス脂肪酸0 (ゼロ)、コレステロール0 (ゼロ)! の希少なオーガニックヴァージンオイルを100%使用。素早くエネルギーになる中鎖脂肪酸を豊富に含みます。

Newハッピーラック



家族の健康を
サポート



体にうれしい植物素材の
サプリメント

価格 18,000円
内容量/1箱 (5g×60包)
商品番号 B-121

主成分/プランタゴ・オパタ (インドオオバコ) 種皮末、食物繊維 (イヌリン)、難消化性マルトデキストリン、米糠発酵末、大豆発酵末、マリアアザミ種子末、ラクチュロース (乳由来)、プロポリス、ウコン末、モリンガ葉末、緑茶末 等

プレミアムハイセンス・プレミアムハイセンス分包



ラベンダーの精油とぜいたくな美容成分で、
夢心地バスタイム

価格 3,600円 内容量/1缶 2.0kg
商品番号 A-142

注文単位
2箱(6缶)

主成分/ユビキニン (エモリエント成分)、パントエアアグロメランス、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ぜいたくな美容成分、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。
※ユビキニン (エモリエント成分)

贈答・お試用に



価格 1,800円
商品番号 A-998

内容量/1箱 (50g×15袋)



グリーンピース

細胞壁完全破砕クロレラ。
天然アミノ酸・天然葉緑素たっぷり



価格 9,000円
1本 (300mg×300粒入)
商品番号 B-128

クロレラ、オリーブリーフ、キシトリン
製造特許 特許第3393132号

アイデアルC

天然のビタミンCで元氣とキレイを
応援



価格 9,000円
1本 (300mg×210粒入)
商品番号 B-117

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

健康な体を支えるための栄養補給



価格 9,000円
1本 (300mg×280粒入)
商品番号 B-116

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

極黒酸塊 (きわみくろすぐり)

ルテインを新配合! 見ることを大切に



(大)
価格 6,000円
1箱 (4粒×60包)
商品番号 B-932



(小)
価格 1,500円
1箱 (4粒×10包)
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
エキス末 等

長生ドラジ エキスイロイヤルプレミアム

韓国・智異山の土の「気」が育てた



価格 90,000円
1箱 (50ml×30包入)
商品番号 B-423

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

アクアQ10+マカ

元氣な体と美しさを応援する



価格 36,000円
1箱 (1包10g×60包入)
商品番号 B-417

インマルトオリゴ糖、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

サンバイタル

13種類の自然由来成分



価格 9,000円
1本 (200mg×180粒入)
商品番号 B-111

アガリクス、シタケ、レイシ菌菌
糸体、プラセンタエキス (豚)、ニ
ンニクエキス 等

自然野菜食品 高陽野菜54

現代人の野菜不足に!



価格 9,000円
1箱 (1.5g×60包入)
商品番号 B-119

人参、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

ノーカツ

健康な体と考える力のために



価格 9,000円
1箱 (2g×30包入)
商品番号 B-114

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 等

ビューティーケア



シュッシュと炭酸美容ライフ
エスタージュ・シュッシュ10
炭酸美容器本体 価格 36,000円
商品番号 E-957



炭酸ガスカートリッジ (5本セット)
価格 9,000円
商品番号 E-959



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
価格 6,000円 200ml
商品番号 E-964



光のマジックで肌にフィット!
コーヨーマジック メイククリーム
(SPF25 PA++)
価格 6,000円 内容量/35g 商品番号 E-874



目元の乾燥を防ぎ、ハリと弾力のある肌へ!
ビバリ<BIBALI> エッセンスシート
価格 12,000円 1箱8枚入り (2枚入り×4袋)
商品番号 E-974



プラズマシリーズ
プラズマノヴェールソープ
価格 9,000円 110g 商品番号 P-916

アルガンシリーズ



"モロッコの黄金"アルガンオイルを
配合したぜひいたくシリーズ。

モロッコの涙
価格 5,000円 150ml
商品番号 E-960

美肌アクセス UV・ベースクリーム
価格 5,000円 30g
SPF値36 PA++
商品番号 E-939

美肌アクセス エッセンスローション
価格 9,000円 90ml
商品番号 E-944

美肌アクセス リキッドファンデーション
価格 5,400円 35g
SPF値27 PA++
●ノーマル 商品番号 E-961
●ピンク 商品番号 E-963

美肌アクセス 美容クリーム
価格 9,000円 29g
商品番号 E-945

美肌アクセス ヘアクリーム
価格 5,000円
内容量/1箱 (75g×2本)
商品番号 E-972

美肌アクセス オイルセラム
価格 12,000円 31ml
商品番号 E-973

美肌アクセス フェイスパウダー
価格 6,000円 10.5g
商品番号 E-968

美肌アクセス フェイスパウダー
数量限定 (単色)
価格 6,000円 9.5g
商品番号 E-877

※これらの商品にはレフィルはありません。

超☆海洋深層水100%マハロ



母なる海からの贈りもの

「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。



(1.5ℓ)
愛用者 1本あたり価格 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 6,480円 [税込・送料込]
1口 12,960円 [税込・送料込]
販売店 1口 9,720円 [税込・送料込]
※定期宅配は1口 (2箱) 以上、1箱単位となります。
※上記金額は送料 [1,080円 (税込) / 1箱] を含んでおります。
※ご注文方法は上位代理店までお問い合わせください。
※毎月1回 (2箱) を継続してお届けすることにより、定期宅配価格となります。
(自動更新)

(ハーフ: 710mlℓ)
愛用者 1本あたり価格 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 8,280円 [税込・送料込]
1口 16,560円 [税込・送料込]
販売店 1口 12,240円 [税込・送料込]
※定期宅配は1口 (2箱) 以上、1箱単位。
※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 [1,080円 (税込) / 1箱] を含んでおります。
※ご注文方法は上位代理店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)

価格 1,200円 商品番号 A-913 1袋 (200g) ※1ケース15袋

「SiO」の原材料は、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産の塩です。

注文単位
1ケース
(15袋)

酸素のある生活



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台あたり価格 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売社へお問い合わせください。

どんな部屋にも自然と馴染む、スタイリッシュな酸素ブレンダーマハロックス。
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。

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 9,720円 / 1か月 + 酸素ブレンダーレンタル 3,340円 / 1か月 = 13,060円 / 1か月

※上記定期宅配の送料は平成26年5月お届け分から改定となります。



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」
マハロオーツー

価格 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
マハロオーツー
(お徳用)

価格 18,000円 商品番号 C-955

300ml
皆さまの声にお応えて登場したマハロオーツー
のお徳用! 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。

リメインヤング



「スッポン卵」の「生命力」がサプリメントに
商品番号 B-105
価格 9,000円 1本 (300mg×90粒入)



持ち運びに便利な10粒入り分包で元気に
リメインヤング分包 商品番号 B-019
価格 90,000円 (10粒×50袋×2箱)



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 商品番号 B-112
価格 9,000円 1袋 (1.5g×18粒入)

スッポン卵、無臭ニンニク、サフラワーオイル 等

エーシーメロン

主役はあなたです!
60兆の助人数人



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

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

グッドラック



あなたの生き生き
人生をサポート!



価格 54,000円
内容量 / 69g (1150mg×60粒) ×6袋
商品番号 B-990

主成分/グアーガム酵素分解物 (食物繊維)、
アシア食物繊維、L-カルニチン脂肪酸塩、
オリーブ葉抽出物、マルトデキストリン 等

ハワイ島で、超☆海洋深層水100%マハロの自社工場を持つ高陽社だから実現した、海洋深層水を贅沢に使ったスキンケアをお試しください

ランタニア基礎セットにヘア&ボディケアの3商品(モイストクリーム、ボディジェル、スカルプエッセンス)を加えた「ランタニアフルセット(9商品)価格364,600円」もございます。詳しくは担当販売員までお問い合わせください。

RANTANIA
マハロ クレンジング

やさしく潤いクレンジング
1本(200g)
価格:6,000円
商品番号 R-040

ウォータープルーフのマスカラやメイクをしっかりと落としながら、潤いもしっかりキープ。ジェルタイプなので、スルスルと汚れを落とし、洗いあがりはしっとりさっぱりクレンジングです。

RANTANIA
マハロ ローション

海の水でお肌を潤し引き締める
1本(130mL)
価格:8,000円
商品番号 R-041

マハロを贅沢に配合したローションは、ミネラルバランスに優れています。肌なじみがよく、お肌をしっかり引き締めながらたっぷりと潤いを閉じ込めます。

RANTANIA
マハロ セラム

乾燥が気になるお肌に
1本(50mL)
価格:9,000円
商品番号 R-042

保湿能力に優れた高機能セラムです。乾燥したお肌にしっかりとアプローチし、潤いに満ちた贅沢なお肌へ導きます。内側からもっちりとしたハリのあるお肌を実感してください。

RANTANIA
マハロ P-7

敏感なお肌を育み守る
1本(60mL)
価格:9,000円
商品番号 R-044

敏感なお肌の方にもお使いいただきたい、いきいきと輝くお肌に導く美容液です。外の刺激からお肌を守りながら、やさしく潤いを与えます。

RANTANIA
マハロ クリーム

長時間お肌の潤いキープ
1本(45g)
価格:9,000円
商品番号 R-043

海洋成分配合で保湿力に優れ、べたつかない、なめらかな美容クリームが長時間お肌の潤いをやさしく保ちます。

RANTANIA
UVクリーム

SPF50 PA+++ やさしく美しく紫外線カット
1本(30mL)
価格:3,600円
商品番号 R-045

しっかりと紫外線をカットしながら、さっぱりとした使い心地でお肌になじみ潤いをキープ。ウォータープルーフタイプでしっかりお肌を守ります。メイク下地としてもお使いいただけます。

ランタニア基礎セット

自分らしく輝くための第一歩。
1セット(6点)
価格:44,600円 商品番号 R-890

<クレンジング、ローション、セラム、P-7、クリーム、UVクリーム>マハロススキンケアシリーズの基礎セットです。

RANTANIA
ボディソープ

きめ細やかな泡が全身を包み込む
1本(350mL)
価格:3,600円
商品番号 R-087

ベタイン系洗浄力は肌に優しく低刺激で、うるおいを保ちながらもしっかりと全身を洗い上げます。お顔にも使えますので、毎日の洗顔としてもお使いいただけます。



RANTANIA
シャンプー&トリートメント

しっとりしなやかに髪にやさしい潤いを
1本(350mL)
価格:3,600円
商品番号 R-086

髪や頭皮にやさしいアミノ酸系シャンプーです。たっぷりのキメの細かい泡が髪をしっとり、しなやかに洗い上げます。ヘアカールトリートメント等に適した処方となっております。

RANTANIA
マハロ モイストクリーム

全身潤いサポートクリーム
1本(100g)
価格:5,000円
商品番号 R-046

べたつかないのにひと塗りですっきり、もちもちのお肌をキープする全身用のクリームです。やさしく保護しながら潤いを与えます。

RANTANIA
ヘアパック

美髪へ導く濃厚ヘアパック
1本(350g)
価格:6,000円
商品番号 R-088

髪一本一本をしっとりふんわり仕上げる濃厚ヘアパックです。天然由来成分が髪へのダメージを修復し、健康でつやのある美髪へと導きます。

RANTANIA
マハロ スカルプエッセンス

海の水で頭皮を育む
1本(150mL)
価格:9,000円
商品番号 R-048

刺激がなく、すっきりとした使い心地にこだわり、マハロを贅沢に配合したスカルプエッセンスです。フケ・かゆみを抑え、みずみずしく清潔に頭皮を健やかに保ちます。

RANTANIA
マハロ ボディジェル

ジェルで全身潤い補給
1本(300mL)
価格:6,000円
商品番号 R-047

全身にお使いいただきたい、毎日使いたくなるボディジェルは、お肌にすーっとなじんで素早くしっとりすべすべに潤い補給。たっぷりと使える大容量で、いつでもあなたのお肌を乾燥から守ります。



RANTANIA
メイクセット

いきいきと自分らしく輝く、全ての女性に



セット価格:144,000円 商品番号 R-899
【期間限定】下記掲載のメイクシリーズ全商品及びUVクリーム×1、コヨーマジックメイククリーム×1を含んだお得なメイクセットです。
【ランタニアメイクセット特典】メイクボックス/ミラー/ネームタグ/オリジナルトートバッグ/カレンダー/パンフレット付



RANTANIA
リキッドコンシーラー

簡単リタッチで洗練された顔へ
ライト 商品番号 R-060
ナチュラル 商品番号 R-061
オークル 商品番号 R-062
価格:各6,000円

伸びがよく肌に自然になじみながら、顔色を整え洗練された印象に。使いやすい筆ペンタイプで補正したい場所を簡単にリタッチ。カラーメイクを際立たせるベースとしても効果的です。

RANTANIA
セラムファンデーション

さっとひと塗りで極上のなめらかな肌へ
ライト 商品番号 R-057
ナチュラル 商品番号 R-058
オークル 商品番号 R-059
SPF36 PA+++
1本(30g) 価格:各6,000円

みずみずしいテクスチャーで、さっとひと塗り上品な肌へ。毛穴や色ムラを忘れさせるなめらかな仕上がりで、やさしくうるおいを与えながら、メイクしたての肌を長時間キープします。

RANTANIA
モイストパウダー

うるおいを肌にまとわせ、きめ細かい肌へ
1個(15g)
価格:9,000円 商品番号 R-063

しっとりとうるおいを肌にまとわせるパウダーは、ふんわりときめが細かく肌にびたっと密着。皮脂や汗にも負けず、さらさらとした仕上がり。メイクの仕上げや化粧直しに最適です。

RANTANIA
コンパクトパウダー

透明感が生まれる色と光のヴェール
価格:9,000円 商品番号 R-064

カラーパウダーをミックスして使うフェイスパウダーは、自然に肌色補正し、くすみをOFF。肌に明るさを与え、ふんわり軽い付け心地です。メイク直しに使えば簡単に透明感ある肌へ。

RANTANIA
コンパクトチーク

カラーミックスで遊ぶ大人のチーク
価格:9,000円 商品番号 R-065

左右の異なるチークカラーでメイクを楽しめる逸品。専用のブラシでカラーを自由に選びミックスすれば、様々な印象が自由自在。明るく自然な発色で内側から輝いているような肌へ。

RANTANIA
リキッドアイシャドウ

目元に華やかな輝きと彩りを
ホワイト 商品番号 R-270
ピンク 商品番号 R-273
ベージュ 商品番号 R-271
パープル 商品番号 R-274
ゴールド 商品番号 R-272
ブルー 商品番号 R-275
価格:各5,000円

みずみずしいタッチで均一に目元を彩るリキッドアイシャドウは、まぶたにフィットし華やかな印象へ。

RANTANIA
リキッドアイライナー

印象的な目元を作るアイライナー
価格:3,600円 商品番号 R-280

ひと塗りで描けるくっきりとしたラインは素早く乾いてメイクをロック。ラインの太さを簡単に調整できるよう、こだわりのブラシを採用しました。お湯で簡単に落ちるので肌に負担をかけません。

RANTANIA
ボリュームマスカラ

ひと塗りで簡単、上品な大人まつげ
価格:5,000円 商品番号 R-281

ひと塗りでまつげをセパレートさせながら、たっぷりとマスカラが密着。上品なボリュームのあるまつげへ。涙・皮脂・汗に強いのに、お湯ですり落ちるフィルムタイプです。

RANTANIA
アイブロウペンシル

太さ自由自在、1本で自然な眉の完成
ソフトブラック 商品番号 R-282
ブラウン 商品番号 R-283
価格:各3,600円

抜群の密着感となめらかな描き心地のペンシルは、太くも細くもかける独自の芯を採用。付属のスクリュープブラシをキャップで筆を出す使いやすいブラシです。

RANTANIA
リップブラシ

唇にスツとなじむリップブラシ
価格:2,000円 商品番号 R-865

唇あたりがやわらかで、描きやすくてやさしい使い心地のオリジナルリップブラシ。筆がコンパクトにしまえて、キャップで筆を出す使いやすいブラシです。

RANTANIA
リップスティック

続く、鮮やかな発色とうるおい
オレンジ 商品番号 R-092
ピンク 商品番号 R-093
レッド 商品番号 R-094
ワイン 商品番号 R-095
価格:各6,000円

鮮やかな発色と、なめらかな塗り心地を備えたリップスティックは、唇にしっかりとフィット。つけている間中、唇にうるおいを与え上品できめ細かいツヤを保ちます。

RANTANIA
セラムリップ

唇に輝きを集めふっくら立体的に
価格:5,000円 商品番号 R-091

輝きを唇に集め、グラマラスな口もとに仕上げるクリアグロス。べたつかないテクスチャーで軽やかなつけ心地。美容液成分配合でとろけるようなツヤ感を演出します。



【質問】

どうしてコンプライアンスが、大切ななの？

誠実な姿勢が心に響く

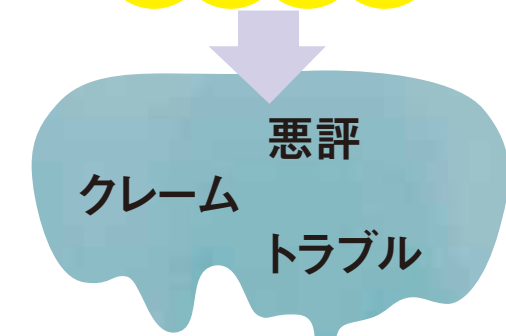
自分がおすすめる商品のよさを伝えたいがあまり、他社製品の欠点を批判してしまうことはありませんか？ もしもあなたが「〇〇社の洗剤は粗悪品だ」だとか、「〇〇社のサプリは体に悪い」などと、むやみやたらに他社製品を批判しているのなら、それはコンプライアンス違反(名誉毀損)となります。

そうした他社批判は、一見説得力があるように思えるかもしれませんが、しかし普段その商品を愛用している人や、その企業に関わる人が聞いたらどう思うでしょうか？ また、エスカレートした他社批判は妄信的に見えて、話を聞く気を失うお客様も多く、かえって自分の印象を悪くしてしまうこともあります。確かに悪口ばかり言っている人のそばには、近寄りたくないですよ。他社製品の批判は慎み、自社製品を誠実にアピールすることを心がけていきましょう。

おひさまのように
正々堂々とした
ビジネスを！



法律を **守らない** ビジネス



暗いムード・悪循環

発展させるための大きな力となっていくことでしょう。
また、思いがけないトラブルに巻き込まれてしまったとき、日頃から法律を守ってビジネスを行っていれば、法律があなたを守ってくれることがあることも忘れてください。たとえば書面をきちんと交付していれば、クーリング・オフを悪用する悪質なクレームなどに対応するときも、冷静に対処できます。

法律を **守る** ビジネス



みんな幸せ・好循環

私たちの生活は、法律によって守られています。特に、信頼関係を基盤とするビジネスを行っている私たちにとって、法律を守り信頼を維持することは、とても重要なことです。
大切なのは「相手の立場に立つて考える」ということです。そうすれば自然に法律を守り、相手に喜ばれるビジネスを実現できます。それは、あなたのビジネスを

【回答】

法律を守ることで、みんなが守られて、ビジネスが発展します。

コンプライアンスという言葉は直訳すると「法令遵守」。つまり「法律を守ること」です。コーポレートビジネスにおいては「特定商取引法」や「薬機法」などで定められているルールを守り、トラブルのないビジネスを心がける必要があります。とはいえ「ちょっと難しいぞ」「あれしてはダメ、これもダメ」ということばかりで堅苦しいよ。そんなふうにとらえてしまう人もいるかもしれません。
でも、ちょっと立ち止まって考えてみてください。何のために私たちはルールを守る必要があるのでしょうか？



ハワイ島コナ
からの贈り物

MAHALO MINERALS

マハロミネラルズ

極っ！とミネラルズ。



(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。



COCOAR

左のアプリをインストール後、マークのある
写真を読み込むと動画が見られます。

iPhone の場合は「App Store」から Android の場合は
「Playストア」から「COCOAR」をインストールしてください。

ココアル ※機種によって対応していない
場合がございます。

本誌掲載記事、写真、イラスト等を他媒体に
無断複写（コピー）、複製・転載することを禁じます。

■ 商品のご購入・お問い合わせは

ありがとうございます 素晴らしい 冷え取り 健康 美容