

月刊コーヨーライフ

KOYO LIFE

8

Aug 2020
Vol.257

笑顔の花。
高陽社からお届けします!!



仕事中に眠気を感じる人、8割!※

Google社も奨励の 昼寝を活用しよう

仕事中に居眠りをし、だらしがないと叱られる時代はもう終わりました。光と周囲からの視線を遮るポッド空間にリクライニングシートを備えた昼寝専用マシンを置くのは世界的IT企業のGoogle社。社会心理学者ジェームス・マース氏が提唱した、日中20分程度の「パワーナップ（積極的仮眠）」が仕事のパフォーマンス向上につながるという理論に基づき、社員が“昼寝”をできる環境を整えています。

※「2018年度『企業の睡眠負債』実態調査」都内日勤企業を中心に会社員500名対象、株式会社ニューロスペース調べ

短時間の仮眠で、認知能力34%、 注意力が54%向上！

パワーナップの科学的効果を実証したのはNASA（アメリカ航空宇宙局）。被験者は、昼に26分間の仮眠をすることで認知能力が34%、注意力が54%も向上しました。適切な仮眠は、夜の睡眠の3倍の効果があるともされています。特に午後（食後）眠くなって仕事の能率が落ちることが多い人は、以下の点に注意して、積極的に取り入れてみてはいかがでしょうか。

power-nap!



1

あえて座った姿勢で眠る

机に伏せたり、椅子の背もたれに寄りかかって寝る程度が上手な仮眠。横にならないことで首にある交感神経節がほどよく刺激される。

2

光をシャットアウトする

周囲が明るいと睡眠の質が下がる。明るい窓際から離れて奥まった場所を選ぶ、パソコンの光は消し、アイマスクをつけるなど工夫しよう。

3

ホワイトノイズを利用

雨や波、風の音のような心地よい雑音のことを「ホワイトノイズ」と呼ぶ。アプリを使ってホワイトノイズを聴きながら眠るのも手だ。

4

仮眠前のカフェインで目覚めスッキリ

カフェイン飲料は、飲んでから覚醒効果が現れるまで約20～30分。仮眠直前に飲むことで、ちょうどよい時間での目覚めをサポートしてくれる。

5

タイムマネジメントが大切

アラームなどを活用し、仮眠の時間は30分以内に留めよう。また夜間の睡眠に影響するため、夕方以降はとらない方がよい。

特集

睡眠

眠りが「^{あなた}人生」を決める！



睡眠は1日のうちの約3分の1を占め、その間「何もできない」ように感じることから、睡眠を削って仕事や家事の時間にあてようとする人も少なくありません。しかし最新の科学は、睡眠が人間の心身のパフォーマンスに大きく影響していること、そして睡眠不足がパフォーマンスの低下のみならず生活習慣病や認知症などさまざまな病気のリスク要因となることを証明しています。しっかりと睡眠をとり、健康でやる気に満ち溢れた毎日を過ごしましょう！

眠れる「脳」は、働き者

人間の体は正常に機能するために、平均7〜9時間の睡眠が必要です。特に「脳」は眠りの影響を強く受けます。安全な場所で横になり、深く長い眠りを一晚とすることで、人間は自らの高度な脳を回復させ、日中の活動のための準備を整えます。



働き者の脳の仕事は？

ノンレム睡眠時

レム睡眠時

記憶が強化される!!

脳では、ノンレム睡眠中、不要な神経細胞同士のつながりを解除するなどして、記憶の再構築と強化が行われている。

お母さんのおなかの中にいる赤ちゃんは、大脳が形成されるまでは眠ることはないという。ノンレム睡眠は大脳が形成されたあとの新生児から見られるようになる。つまりノンレム睡眠は発達した脳のメンテナンスに必要不可欠なものなのだ。

脳の老廃物が排出される

睡眠時間の短い人ほど、認知症の発症リスクが高いという報告がある。認知症患者の脳内には、アミロイドβと呼ばれるタンパク質などの老廃物が異常に蓄積するのが特徴だ。実は脳は脳脊髄液により、これらの老廃物を洗い流しているが、その洗い流しは、起きているときよりも寝ている間の方がさかに行われることが研究により明らかになっているという。

夢を見ながら記憶も整理

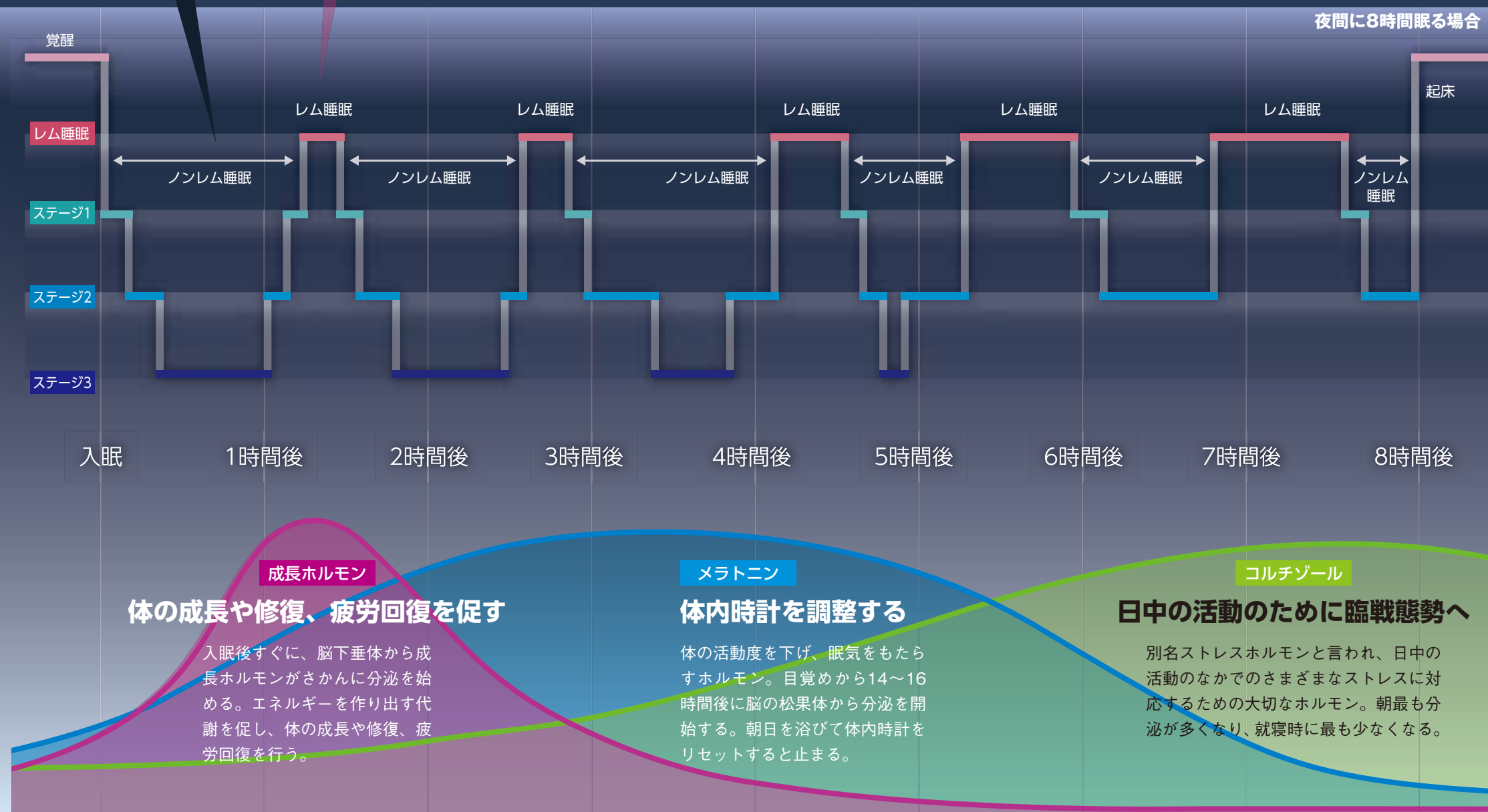
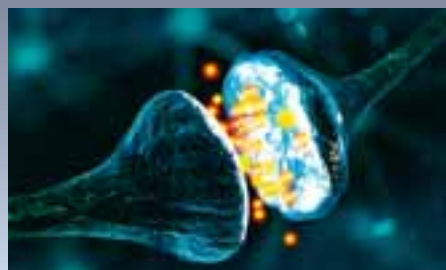
レム睡眠は、睡眠中にもかかわらず覚醒時に近い状態にある。理性的な判断に関わる活動は低下するが、視覚イメージを生み出す「視覚連合野」、感情をつかさどる「扁桃体」などは覚醒時よりも活発に活動。そのため奇妙な夢、不安な感情を伴う夢を見る。

また、記憶の形成に重要な「海馬」も、レム睡眠中に活発に活動している。

眠りのステージと血中ホルモン濃度

人間は入眠すると一気にノンレム睡眠に入り、脳波が切り替わりながら、より深いステージへと降りていく。その後、元に戻っていき、覚醒に比較的近い状態のレム睡眠に入る。この各ステージを数回繰り返すごとに眠りは浅くなっていき、約8時間後に目を覚ます。

脳波とは、脳の神経細胞（ニューロン）同士が交わす電気信号。眠りに落ちる直前はアルファ波、そこから振幅が大きくなり、一番深い眠りであるステージ3では、ゆっくりとした振幅のデルタ波の脳波が出ているという。





就寝前に、あえて1杯の水を飲もう

トイレが近くなるから、と寝る前に水を飲まない人も多いが、就寝前はあえて1杯の水を飲もう。体が水分不足になると眠りの質も下がるため、寝ている間にかく汗の分は水分を摂ることが肝心だ。

日中は、1日平均7000歩以上歩こう

「歩く量が増えた人は、睡眠の質が改善した」と、アメリカ・ブランダイス大学の研究チームが学術誌『スリープ・ヘルス』で発表した。1日平均7000歩程度から効果が見られたという。コロナ自粛で急に1日の歩く量が減った人は、眠りの質が落ちている可能性があるので注意しよう。

早起きがつらければ、自分なりの規則で起きよう

人間にはクロノタイプと言って、本来もっている体内時計があるという。例えばクロノタイプが夜型だと、早起きがどうしても苦手なことも…。その場合無理して朝型になろうとせず、自分が自然に眠れて、自然に起きれるパターンを探すのも手だ。

寝る90分以上前にぬるめのお風呂や足湯が吉

一度お風呂などによって上がった体温が下がっていくときに眠りに落ちるということを聞いたことがある方も多いだろう。しかし、無理に下げればいいというものでもない。特に就寝直前の熱い風呂は交感神経を刺激するためNG。寝る90分以上前に、ぬるめのお風呂や足湯を利用して、ゆっくりと自然に体温が下がるのを待とう。

光を制するものが睡眠を制す!

光の刺激と体内時計は深く関わっている。まず寝る前の光はメラトニンの分泌を抑制するため気を付けよう。蛍光灯の白色LEDの強い光、パソコンやスマホはNG。一方で朝の起床時は、日光を浴びることが最適。体内時計をリセットし、その日の夜の睡眠にいい影響がある。

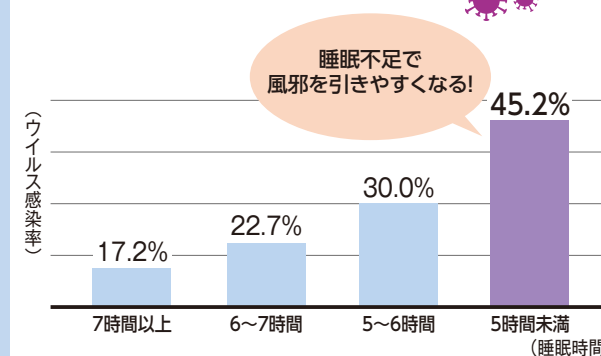


必須アミノ酸を含む食べ物を摂取しよう

タンパク質を構成するアミノ酸のうち、体内で十分な量を合成できず栄養分として摂取すべきなのが必須アミノ酸だ。なかでも睡眠のリズムを作るセロトニンやメラトニンの合成に必要なトリプトファンという成分に注目したい。乳製品・青魚・バナナなどに含まれている。他にもグリシン、GABAなどの成分が睡眠の質を向上させることが知られている。



睡眠時間ごとのウイルス感染率

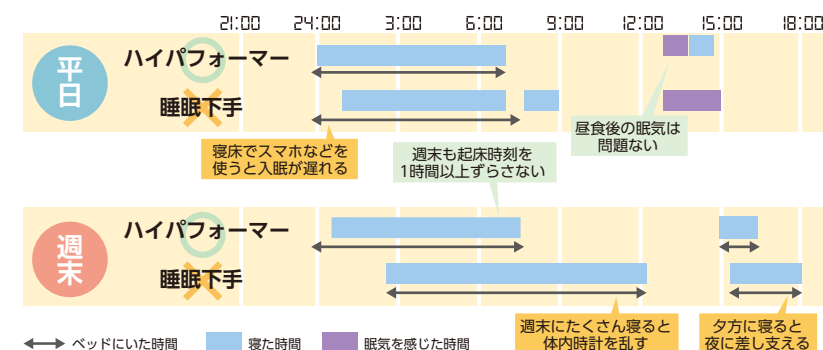


出典 "Behaviorally Assessed Sleep and Susceptibility to the Common Cold." Prather AA et al.,

カリフォルニア大学が2015年に発表。健康な男女164人が、ライノウイルスを含む点鼻薬を投与後、管理された睡眠時間で5日間過ごしたあとのウイルス感染率。

毎日、同じ時刻に起きるのが睡眠上手

休日であっても、毎朝同じ時刻に起きることが体内時計を整えよい睡眠に導く秘訣だ。まずはそこを意識して、自分の睡眠を見直していこう。



脳も体も、シャキッと元気に！
コロナにも負けない！よい睡眠7ヶ条

美ボディをつくる 銀座のエステが、 DENBA活用中!!

美容への感度が高い女性たちの間で話題となり、雑誌やテレビ番組でも紹介されることが増えている「筋膜リリース」。筋膜とは、筋肉を包み込むようにして存在する薄い膜で、頭から足まで一枚でつながっている。言わば私たちは天然のボディスーツをまとっているような状態だ。筋膜は柔らかい組織のため、委縮や、筋肉などの癒着が起きやすい。筋肉の可動域を狭めてしまうことで体の動きが悪くなり、血行や代謝

にも影響する。肩こりや腰痛の原因にも。この筋膜を緩め、体本来の動きや美しいボディラインを取り戻すのが「筋膜リリース」だ。この筋膜リリースに特化したメニューのエステを経営するのが水野志音さん。手技で筋膜を緩めていき、女性らしい美ボディを実現する。開業以来6年間、提供するのはこの筋膜リリースを土台としたメニュー1本のみ。同じ筋膜リリースを取り入れる他エステとは一線を画する料金にも

かわらず、SNSも活用したPRで、「ここなら結果が出る」と40〜60代の悩める女性たちの着実な支持を得てきた。東京・銀座の閑静なエリアにあるマンションの一室に、DENBA^Hヘルスハイグレードを敷いたベッドが一つ。ここに、水野さんの技術を求めて、全国から新幹線や飛行機を使ってまでお客様が訪ねてくる。

美体造形家 水野志音さん

お客様にはマハロミネラルズのペットボトルをプレゼント中。



筋膜リリースを行っている様子。エステ起業志望者向けの研修では、手技はもちろんSNSを活用したノウハウまで幅広く教える。



SPACE SHION

東京都中央区銀座2丁目
(完全予約制のため住所非公開)
<http://squeeze-body.com/>

筋膜リリースに特化した「スクイーズボディプログラム」を提供するエステサロン。大人の女性のさまざまな悩みに、少ない回数で確実に応えてくれる。



落ち着いた癒しの空間に設えられたサロン。「コロナのためサロンにいらっしゃれないお客様の体の状態も維持してあげたい」と、現在はオンラインでのセルフケア講座も行っており、好評だという。



目指す施術とDENBAの 相性がすごくよかった

DENBAを導入したのは、家族との雑談で、食品の鮮度保持をするテクノロジがあるらしいと聞いたことから。「DENBAを紹介した動画を見て、エステでも使えそうだな、とピンときたんです。設置してからお客様の感想もうかがってきましたが、ある方がとにかくすごく気に入られて。「これぞ私が求めていたもの」と即購入をされたこともありました」。

水野さん自身もDENBA空間で施術をしながら自分の予想が当たっていたことを感じとっていた。「今日はすごく力を入れてない?と聞かれたり、気持ちよさそうに眠ってしまうお客様もいらっしやいます。私は同じ手技を行っているだけなのですが、

90分の一連のメニューが70分で終わるようになりました。私の施術とDENBAテクノロジの相性が、とにかくすごくよかったんですね」。

自分の経験を元に、エステで起業を目指す方へ技術指導やビジネスコンサルも行う。DENBAは起業を目指す女性たちにも、驚きをもって受け入れられているという。

「少ない回数で確実に結果を出す。それが期待をもって来てくださるお客様に私たちがプロとしてご提供できることです。施術中、ハイグレードな空間で存分に癒しを感じていただきたいですね」。自らもDENBAのパワーを感じながら、水野さんはエステ経営者としてさらなる高みを目指す。



「施術の間、DENBA空間で水分子共振を感じていただいています」。



「私の施術は、骨が動く」

大阪市内のマンションの1室にある完全予約制の治療院。笑顔で出迎えてくれたのは、施術家の長沢偉志さんだ。体の骨を動かす手技をもつ、知る人ぞ知る美容整体のスペシャリストである。

かつて東京で治療院をオープンしたときは確かな技術が口コミで話題となり、その名は一気に知れ渡ること。当時の予約はなんと2年待ち。現在もお忍びで通う芸能人が後を絶たない。

特に身長は、世代を問わずコンプレックスを抱える人が多い部分だ。「身長とは遺伝にだけ左右されるものではないですね。特にお子さんのうちは生活環境や努力によって変えられる余地があるので」と長沢さんは語る。「身長を伸ばすためには、必要な三大原則があります。それは1に睡眠、2に食事、3に運動。健康的な生活習慣が何よりも大切ということです。特に質のよい睡眠は、群を抜いて大事ですよ。睡眠の質を高

めるためには、寝る前にしっかりと水を飲んだり、お風呂で温まってリラクゼーションするとよいですね」。

施術室のベッドの上にはDENBA^Hヘルススタンダードを設置。お客様には施術の間、DENBA空間で水分子共振を感じていただいている。また体あつての施術家の仕事だからこそ、長沢さん自身も高陽社商品をしつかり愛用している。

お気に入りにはDENBAはもちろん、超☆海洋深層水100%マハロ、KYO珪素、マハロオーツ、そしてプレミアムハイセンスと、枚挙にいとまがない。

「悩みを抱える人を救うためにも、やはり自身の健康も



施術を学ぶ弟子の中川智聖さんとともに。

大切にしています。施術中もDENBA空間の中にも敷いているので、夜もよい環境の中で過ごせますね。

プレミアムハイセンスはわが家では娘も大好き。たくさん入れて、肌がツルツル！と喜んでいきます。ラベンダーの香りに包まれて温まることで、やさしい気持ちでよい眠りにつくことができますね。

私の元には美容や健康のプロの方もたくさんいらっしゃいますが、高陽社の商品なら安心しておすすめができます。美容整体のスペシャリストが認めるアイテムの数々に、さらなる魅力を感じることは間違いありません。

身長を伸ばすには、運動、食事、そして何より睡眠が大事です



芸能人御用達の施術家に聞く！ 神の手×DENBAの可能性

DENBA^H
Health
プロフェッショナル
インタビュー

小顔全身骨格矯正研究所

〒542-0086 大阪府大阪市中央区西心斎橋1-6-3

☎06-7171-0101

<http://kokkaku.net>



骨に直接アプローチする痛みの少ない効果的な美容整体が口コミで話題。体の骨が動くことに着目したさまざまな施術を行う。



施術家 長沢偉志さん

メーカーに聞く！「マハロオーツ」



一方マハロオーツは「溶解型酸素」です。結合型酸素よりも分子が小さく、ヘモグロビンのバスに乗らなくても自ら血液や体液に溶け込んで体内を進んでいくことができるのです。これが溶解型酸

素は、酸素はもちろん毎日吸って生きていますね。この酸素は肺に入り、赤血球（ヘモグロビン）にくっつきます。これは一般的に「結合型酸素」と言われているものです。このヘモグロビンをバスに、全身の血管を道路に例えてみましょう。バスは酸素という乗客を乗せて体内をめぐる、バス停で酸素を下ろしていきます。しかし実はこのバス、年齢を重ねると台数、そして乗せられる乗客の数が減るのです。道路も傷み、渋滞をしようようにバスが進まないことも。これは加齢の影響で、誰しも避けられません。

Q. どうして「溶解型酸素」なんです？

皆さん、酸素はもちろん毎日吸って生きていますね。この酸素は肺に入り、赤血球（ヘモグロビン）にくっつきます。これは一般的に「結合型酸素」と言われているものです。このヘモグロビンをバスに、全身の血管を道路に例えてみましょう。バスは酸素という乗客を乗せて体内をめぐる、バス停で酸素を下ろしていきます。しかし実はこのバス、年齢を重ねると台数、そして乗せられる乗客の数が減るのです。道路も傷み、渋滞をしようようにバスが進まないことも。これは加齢の影響で、誰しも避けられません。

Q. メーカーならではの裏話を教えてください。

塩味は、溶解型酸素を包んでいるミネラルの味。つまり塩味の濃さは、溶け込んでいる酸素の濃度が高いことの証です。実はこの商品、販売開始からどんどん進化をしています。最初は無味、水の味しかありませんでした。つまり酸素の濃度が薄かったんです。ありがたいことにその後皆様にたくさんご愛用いただいたことで生産数を増やし、コストを下げることでできるようになりました。そこで高野社長は、その分をメンバーに還元したいと、同じ金額でより酸素の濃度を高めたものに商品を改良していったのです。その結果、通常はもっと薄めた状態で販売するものを、マハロオーツは濃度の高い状態でご提供できているのです。

Q. 塩味が強いのはなぜでしょう？

素のマハロオーツを健康のためにおすすめしている理由です。

Q. メーカー・竹内さんのおすすめの飲み方は？

マハロオーツという名前の通り、超☆海洋深層水100%マハロとの相性は抜群ですので、ぜひマハロに入れて飲んでください。

酸素は無意識に体に取り入れているものですが、その日の体調や天候（気圧）で体が必要とする酸素の量は変わると言います。「飲む酸素」が生活の中にあることで、皆様により毎日の体調に留意され、健康維持に努めていかれることを心より願っております。

マハロオーツの
ここがポイント！

●呼吸よりも取り入れやすい 酸素がある！?

肺から取り入れる「結合型酸素」よりも分子のサイズが小さい「溶解型酸素」が摂取できる

●酸素濃度の高さは随一。 どんどん進化してきました！

高地での活動向けの商品としてスタートし、濃度をさらに高めています

●冷え取り5本柱の一つ 生きるのに欠かせない酸素！

どんな人も酸素がなくては生きられない！
酸素の大切さを意識してみよう



1本（300mL）／価格18,000円（税込）

Maker's Profile

株式会社ヴィーヴォ代表取締役

たけうち かずひろ
竹内 一裕 さん

自然の恩恵をベースにした天然素材の研究を重ね2001年独立、現在の株式会社ヴィーヴォ設立。酸欠時代と言われるいま、「飲む酸素」マハロオーツが大人気！また、こだわり成分のボディフットクリーム、マスティデンタルハミガキのメーカーでもある。



飲む酸素
マハロオーツ

何かあったらすぐ酸素！

メーカーに聞く！「長生ドラジ」



結論から言いますと、根っこに含まれる成分が20年を境にぐっと量が増え、特殊な成分が加わるからです。

Q. なぜ21年も時間をかけて育てるんですか？

桔梗は通常3年くらいで枯れるのですが、この長生ドラジは、その名前が示すように非常に長生きで、20年以上生きた桔梗の根っこをこう名付けています。私がこの長生ドラジに携わるようになったのは2001年ですから、考えてみれば、いま販売している長生ドラジの根はそれよりも前に植えたもの。この1箱のエキスを一体どれだけの時間と手間がかかっているか、想像にかたくないでしょう。

Q. 長生「ドラジ」って何ですか？
ドラジとは韓国語で桔梗ききやうの意味です。日本では、桔梗はきれいな紫色の花の方が親しまれていますが、韓国では高麗人参などと同じく、食用の貴重な健康素材とされてきました。

Q. 長生「ドラジ」って何ですか？

私は韓国産ドラジ取り扱いの日本人代表という立場です。そのことから、昨年、ドラジを栽培する智異山のある韓国・晋州ジンジョ市より、「多く



Q. メーカーの、ここだけの話を教えてください。

3年で枯れる桔梗を21年育てる方法は、韓国の李聖鎬リソンホさんという方が編み出しました。3年ごとに植え替えをし、1回使った畑は10年間休ませるという栽培法です。100株植えて丹念に世話をしても、20年後には10株残るかどうかわからないくらい大変なものです。李さんはこの栽培の成功により、国家の産業発展に寄与したとして韓国の石塔産業勲章を授与されました。韓国にとって、ドラジ21年根が国を代表する貴重な素材であることがわかります。

3年で枯れる桔梗を21年育てる方法は、韓国の李聖鎬リソンホさんという方が編み出しました。3年ごとに植え替えをし、1回使った畑は10年間休ませるという栽培法です。100株植えて丹念に世話をしても、20年後には10株残るかどうかわからないくらい大変なものです。李さんはこの栽培の成功により、国家の産業発展に寄与したとして韓国の石塔産業勲章を授与されました。韓国にとって、ドラジ21年根が国を代表する貴重な素材であることがわかります。



18年根

21年根
エキスが
濃い！

Q. メーカー・脇原さんのおすすめの摂り方は？

長生ドラジはエキスを直接摂ることもできますが、超☆海洋深層水100%マハロで割ると飲みやすくなるのでお試しください。

一点気をつけていただきたいのは、長生ドラジエキスをマハロなどのペットボトルに入れ、それに直接口をつけて飲むことです。時間をかけて少しずつ飲んだり、ペットボトルを車などの暑い場所に放置したりするのは、雑菌の繁殖の原因になりますので控えてください。

防腐剤不使用、そしてドラジ以外にも植物由来の貴重な成分のエキ스가詰まっていますので、その恩恵を活かして、いまこの時期だからこそ、毎日の健康のためにご活用いただければと思います。

長生ドラジの
ここがポイント！



1箱(50mL×30包入)
／価格90,000円(税込)

●韓国では高麗人参などと同じく国を代表する産物

桔梗（ドラジ）は韓国では食用の貴重な健康素材として親しまれている

●その中でも21年根は僅かしか
収穫できず珍重されている

20年以上経過することで成分が増える！



●栽培に成功した李聖鎬リソンホ氏は
韓国の産業発展に寄与した賞を受賞！

韓国では国家プロジェクトのドラジ21年根栽培。栽培法は特許登録されている

Maker's Profile

株式会社長生ドラジジャパン

わきはら ひろゆき
脇原 弘行 さん

2001年から長生ドラジに携わり、2011年、輸入販売を手掛ける長生ドラジジャパンを設立。正規品の長生ドラジを国内で唯一取り扱えるメーカーとして活躍中。



長生ドラジ
エキスロイヤルプレミアム

21年モノの貴重な桔梗の根

ドクター陶の健康コラム

連載
vol.5

陶 恵栄

とう・けいえい
中国上海出身、1992年
来日。北海道大学医学部
で博士号取得。中国医学
の理論に基づいた伝統自
然療法「陶氏療法」で数々
の難病奇病の患者を救っ
てきた。

脳と糖質と主食

昨年、NHKスペシャル「食の起源」という番組が放送されました。

「健康長寿をもたらす食に関する情報があふれかえるなか、食が引き起こす病は増えるばかり。何をどのよう

に食べたらいいいのか。答えは人類の祖先と食との壮大な歴史に秘められていた！」との番組案内を見て、なるほどと思いました。人類の祖先の食と健康と病気を理解すれば、何を直すべきか、何を守るべきかわかるでしょう。

第1回目の放送は私たちの主食

「ご飯」でした。他の動物と違い、人類は糖質を摂取できたことで大脳を進化させました。でんぷんをブドウ糖にする調理は人間にしかできません。しかも「米」を食べる私たち

アジア人は、唾液の中に、でんぷんを糖に分解するアミラーゼ遺伝子をより多くもつようになったのです。これによって自然と肥満や糖尿病の予防をしてきました。

糖質の食べ過ぎはもちろんよくありませんが、現代の行き過ぎた糖質制限のように食べなさすぎるのも危険です。一番よいのは糖質の割合が摂取カロリー全体の50～55%になることだそうです。ちなみに西洋医学はこの糖質の量の研究までで、質の問題には至っていません。

中国医学の古典「黄帝内経」の処方に従って、私はぜひ玄米を主食とするようおすすめしています。白米という字は「粕(かす)」と書きます。せっかくのお米から大事な栄養分を

取り去ってしまったのは非常にもったいないです。

また、糖質は加工すると酸化することにも注意が必要です。さらに油や砂糖を加えて加熱するとうるまひしょう。健康の敵に回ります。

中国の俗語に「女大十八変」(女性)は成長するにつれ容貌や性格がさまざまに変化する)とあります。きれいになるだけでなく、性格や習慣が変わる場合もあるでしょう。私の娘は今年20歳。今まで玄米ご飯を食べなかつたのですが、最近白米に雑穀を入れたり、野菜を入れた味噌汁を自分で作るようになりました。

「女大十八変」、本当でした。次の変化も楽しみにしています。

人生
100年時代の
万華鏡

漢字の生い立ちは

「ええっ」という驚きばかり



高陽子・文

本誌の漢字パズルが人気だ。筆者もこのパズルに挑戦しながら、漢字という言葉の面白さを都度感じている。

漢字は三千数百年の歴史がある。この漢字の生い立ちを中国古代人の生活や文化を背景に、甲骨文字や金文をたずね「文字は神であった」という斬新な視点を打ち立てた日本人がいる。故・白川静先生だ。

筆者の机上にも先生の「字統」「字訓」「字通」の辞書が置いてある。もともと飾りのようなものになってしまっ



白川静氏が発見した、器を表す文字「サイ」と、それを用いる漢字の成り立ち。

例えば「口」は、ものを食べたりしゃべったりする口ではなく、神のお告げを受ける器のかたち……といった風に、昔の人の生き方や思想を明らかにしていく様子は、土器や遺跡から昔の生活を探ろうとするのに似ている。古、吾、吉、個、故、涸、枯、湖、固、言、減、語、悟、党、問、塔、唐、糖、頭、答、踏、闘、胡、固など、口がついている字は神の祝詞を入れる器から発していることがわかる。

先月の漢字パズルの答えは「星空」だった。星の旧字体は壘で本来「日」は太陽なのだが、晶は星の形で、多くの星が輝く形だという。そこへ草が発芽する様子の「生」を合わせ、星という字になったという。また「空」はもともと穴の意味があった。中身、実質がないという意味となる。つまり何もない空間は「そら」でもある。転じて空は墓だったりもする。「えっ」でしょ？

最近もっと驚いたのは「愛」という字だ。「心のこりに後を振り向いて嘆く女の形である」という字源には胸にずんと来るものがあつた。漢字はすごい言語だということがわかる。香港、台湾は昔の繁体字だが、中国本土は簡体字になってしまつて本来の言葉の力を無視しているのかも。韓国も漢字を捨ててしまったしね。

平野美宇選手応援ライフ!

世界ランキング11位!! がんばれ美宇ちゃん!

vol.
107

チャレンジの夏! マハロでパン作り!

本来ならオリンピックで熱く盛り上がっているはずだった夏。思いがけず自宅で過ごす静かな夏となりました。しかし平野M's卓球スクールは7月から再開。美宇の後輩たちの笑顔が卓球センターに戻ってきました。また今後楽しいニュースをお知らせしたいと思っています。

私はというと、以前英会話と断捨離に取り組むと約束しましたが、その後英会話は毎日続けています! 断捨離は、「ダ」くらいまで進みました(笑)。

そして、いま一番ハマっていることをご紹介します。ベーキング・ブレッド・エブリデイ・ウィズ・マハロ。つまり、超☆海洋深層水100%マハロを使って毎日パンを焼いています!

自粛期間中、パン作りは世界的な流行になったらしく、小麦粉やイースト菌が品薄のようです。しかし最近、三女の亜子と同じ名前の天然酵母を教えていただき、運命を感じて、酵母を育てるところからチャレンジをしています。

数日かけて発酵させると、コポッコポッと泡が出てきて、強いお酒のようなツーンとした香りがしたら酵母のでき上がり。

ホームベーカリーで食パンを焼くと約4時間で完成しますが、天然酵母パンは驚くほど時間がかかります。

天然酵母を育てたら、生地をこねて一次発酵にほぼ半日。その後ベンチタイムで約2時間生地を休ませ、さらに30℃で二次発酵を2時間。そしてようやくオープンで焼きに入ります。こね方や温度湿度など全てが影響を及ぼすので、素人の私は毎回違うパンができ上がります。

最近、パン作りは子育てに通ずるものがあると気づきました。こね方や焼き方も大事だけれど、実は生地に直接触れていない時間が、おいしいパン作りにはすごく大切な時間なんだと。一見ただ休ませているだけのようですが、実は天然酵母たちの働きで、パンが自力で成長しているのです。強い天然酵母が育っていれば、パンは自力で立派に成長するんですね。

私の腕はまだまだですが、長時間かけてゆっくり大事に育てた天然酵母パンは、どれもみんな愛おしいですよ♡これもなんだか子育てに似ていると思いませんか?



発酵させた天然酵母(左)と焼き上がった手作りパン(右)。パンは、美宇も大好きなマハロミネラルズと一緒に、ランチにいただいています♪



Profile 平野真理子(ひらのまりこ)さん

静岡県出身。約80名の老若男女に卓球指導する平野M's卓球スクールのチーム監督であり、三姉妹の母。著書に『美宇は、みう。』、講演会等にも多数出演している。長女美宇はワールドカップ、全日本卓球選手権、アジア選手権で史上最年少優勝するなど、世界のトップランカーとして活躍中。次女世和、三女亜子も卓球選手。

お便り募集中!

〒110-0007
東京都台東区上野公園18-8
グリーンパークマンション408

高野達也編集事務所
「ひえとりカフェ」係

FAX 03-5842-1407

mail koyolife.hietori@gmail.com

▼何かと大変な時代ですが、バスタイムでプレミアムハイセンスを1袋入れた瞬間、心身ともに癒やされほっこりします。1日の疲れがスーッとひいて、私にとっては至福の時間ですね。
(福井市 伊藤さん)
夏だからこそ、お風呂でしっかり冷え取りしてがんばりましょう!

脳を鍛える

漢字パズル

難易度: ★★☆☆☆

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。

白 ウ ー 心 女

正解者にプレゼント!

答え、氏名、住所、電話番号を書いて右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: 2020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「星空」でした。

hietori cafe ほっと、ひといき
ひえとりカフェ

7月号 p29 クロスワードの答えは「ルール」でした。

ク	ス	リ		ホ
ー		タ	カ	ノ
リ	サ	イ	ク	ル
ン		ア	イ	ル
グ	チ		ツ	

高野誠一の「発振」日記

心の壁、外していきませんか?



「メンタルブロック」という言葉を聞いたことがありますか? 「私にはどうせ無理」「できるはずがない」と、仕事、美容、ダイエット、筋トレ、恋愛などで、自分で自分を抑制してしまうブレーキのことです。世の中で大活躍している人は、メンタルブロックの外し方がとても上手か、そもそもこの「壁」がありません。イチローや大谷翔平は、子どもの頃から自分は必ずプロ野球選手になる、時速160km以上を絶対に投げる、と信じて疑っていないからこそ、大スター選手になったのです。

しかしほとんどの人は、意識してもつい負のスパイラルに陥ってしまうもの。それでなくても飲食や美容、旅行業界など、大変厳しい混迷の時代に突入しました。そんな閉塞感に負け、自分の心に知らな

い間にたくさんの壁を作ってしまったいませんか? 実はこの心の壁の外し方で簡単な方法があります! それは行動し続ける人と一緒に動くこと。例えば私は全国の会員の皆様や弊社代表の高野泰樹から、日々どれだけの勇気と元気をもらっていることか。皆さんの身近にもきつというしゃる、常に笑顔で前向きな方と一緒に動くことで、心の壁がとれ、成功できる気がしてきませんか!?

2020年の年初、私たちは岐阜羽島の本社に集まり、「今年は10倍!」と誓い合いました。想定外の出来事もあるなか走り続けてまいりましたが、いまこそ私は、あの大人気ドラマの登場人物のこぼれを借りて改めてこう宣言したいと思います! 「アフターコロナ、倍返しならぬ、10倍返しだ!!」

高陽社公式LINEアカウント「KOYO」

最新情報を配信中!



で登録!



LINEアプリを開き「友だち追加」の画面から「QRコード」を選択。←を読み込み、「追加」をタップ!

温度

パインハイセンス

薬用入浴剤

注文単位
1箱(3缶)



価格 3,000円
1缶 (2.1kg)
商品番号 **A-101**

有効成分と松葉油（パインニードルオイル）が保温効果を高める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ていただけます。
■有効成分／塩化Na、炭酸水素Na、塩化Na

パインハイセンス分包

贈答・お試し用に

注文単位
1ケース
(12箱)



価格 1,500円
1箱 (50g×18袋)
商品番号 **A-002**

プレミアムハイセンス

ラベンダーの香り

注文単位
1箱(3缶)



価格 3,600円
1缶 (2.0kg)
商品番号 **A-142**

水溶性Q10をはじめ、パントエア、ホホバ油、スクワランなど16種類の成分が皮膚にうるおいを与え、すこやかに保ちます。ラベンダーの芳香で、リラックスバスタイムをお楽しみください。
■主成分／ユビキノン（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

プレミアムハイセンス分包

贈答・お試し用に

注文単位
1ケース
(12箱)



価格 1,800円
1箱 (50g×15袋)
商品番号 **A-998**

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



価格 42,000円
商品番号 **A-824**

自分の最適温度で保温し、いつでも必要な時にすぐ使用できます。お手入れや移動、排水も簡単。省エネ設計。

遠赤蒸しマット ULMO（ウルモ）

蒸気温熱でやさしく温める



価格 38,880円
サイズ／約720×380×15mm
（本体カバー装着時）
商品番号 **A-882**

「植物性炭素繊維」の遠赤外線と「サンゴ砂」の均一な温熱が体を温めます。

メディカルゴッドスパ

新感覚ぬくもり手クノロジー



価格 90,000円
商品番号 **A-967**

管理医療機器承認番号 221AGBZX00113A01

マッサージ器の精巧な動きと人肌のぬくもりが融合した新しいセルフエステ。

水

超☆海洋深層水100%マハロ（1.5L）

母なる海からの贈りもの

愛用者

■定期宅配

1口（1.5L×24本）、1箱（1.5L×12本）
1箱 6,480円
1口 12,960円

販売店

1口 11,000円



【マハロ（1.5L）、ハーフ（710mL）】販売店申込の定期宅配は同サイズ1口（2箱）以上からとなります。お申込方法は担当販売員までお問い合わせください。毎月1回（2箱以上）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）【マハロミネラルズ（500mL）】1.5Lやハーフのお申し込みがない方でも、ミネラルズ単独のお申し込みが可能です（愛用者・販売店限定）。また、販売店価格のお申し込みは同サイズが1口あれば、1箱単位で好きなサイズのマハロを追加していただけます。詳しくは担当販売員までお問い合わせください。

ハーフ（710mL）

手軽に携帯できる

愛用者

■定期宅配

1口（710mL×48本）、1箱（710mL×24本）
1箱 8,280円
1口 16,560円

販売店

1口 13,520円



マハロミネラルズ（500mL）

ミネラル比率約2倍（当社比）

愛用者

■定期宅配

1口（500mL×48本）、1箱（500mL×24本）
1箱 8,280円
1口 16,560円

販売店

1口 13,520円



酸素

マハロオーツ（お徳用）

溶解型酸素をミネラルで包み込んだ「飲む酸素」

価格 18,000円
1本（300mL）
商品番号 **C-955**

溶解型酸素をミネラルで包み込んだ、海洋深層水マハロ専用の酸素サプリメント。コップ1杯に数滴入れてお召し上がりください。



高陽社商品ラインナップ

KOMO（コモ・高陽社の通販カタログ）もご利用できます。

こちらのラインナップでは、一部KOMOでは取扱いしていない商品もございます。詳しくは担当販売員までお問い合わせください。なお、表示価格はすべて税込価格です。

販売店になるには、所定の商品購入等が必要です。ご紹介及び登録の際は、必ず「高陽社ビジネスの概要」（概要書面）を受領（お渡し）し、登録者本人に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。

空間水分子共振テクノロジー

DENBA^H
Health



2200V・3400Vで切り替え可能
（大・中・小／3枚同時使用可能）

1800V
（大・中・小／2枚同時使用可能）

MOVIE
紹介動画が
見られます。



デンバヘルス
ハイレードタイプ
価格 900,000円

デンバヘルス
スタンダードタイプ
価格 540,000円

食品鮮度保持の上位モデル

DENBA⁺
Fresh Pro

出力電圧2000V以上
（3枚同時使用可能）

デンバフレッシュプロ
価格 480,000円



揚げ油にもDENBAの力を

DENBA^F
FRYER

出力電圧1200V以上
（2枚同時使用可能）

デンバフライヤー
価格 385,000円



冷蔵庫に後付け鮮度保持

DENBA⁺
Fresh



出力電圧1200V以上
（プレート2枚同時使用可能）

デンバフレッシュ
価格 198,000円

MOVIE
紹介動画が
見られます。



栄養

グッドラック

あなたの生き生き人生をサポート!



価格 9,000円

1袋 (69g)

商品番号 **B-123**

■主成分／グァーガム酵素分解物(食物繊維)、アカシア食物繊維、L-カルニチン、マルトデキストリン、オリブ葉抽出物、マルトデキストリン 等

長生ドラジェスロイヤルプレミアム

韓国・智異山桔梗21年根



価格 90,000円

1箱 (50mL×30包入)

商品番号 **B-423**

■主成分／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

元気な体と美しさを応援する



価格 36,000円

1箱 (10g×60包入)

商品番号 **B-417**

■主成分／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

極黒酸塊 (きわみくろすぐり)

ルテインを配合! 見ることを大切に



大 価格 6,000円
1箱 (4粒×60包入)

商品番号 **B-932**

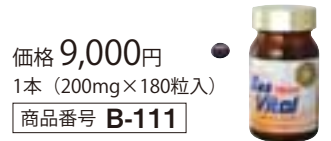
小 価格 1,500円
1箱 (4粒×10包入)

商品番号 **B-965**

■主成分／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、米糖エキス末、キャットクロウエキス末 等

サンバイタル

アガリクス主体の4種の菌糸体



価格 9,000円

1本 (200mg×180粒入)

商品番号 **B-111**

アイデアルC

アセロラ・ブルーベリー



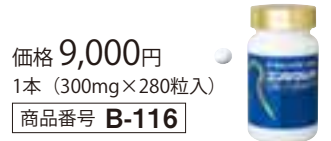
価格 9,000円

1本 (300mg×210粒入)

商品番号 **B-117**

コンシウムH

コンドロイチン・コラーゲン



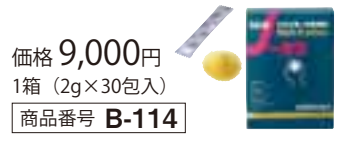
価格 9,000円

1本 (300mg×280粒入)

商品番号 **B-116**

ノーカツ

核酸DNA・キチンキトサン



価格 9,000円

1箱 (2g×30包入)

商品番号 **B-114**

暮らし

ママこれいいね (1kgタイプ)

掃除、洗濯、
食器洗いに!



価格 3,600円

1個 (1,000g)

商品番号 **H-984**

MOVIE

デモ動画が
見られます。



界面活性剤ゼロ、蛍光増白剤、柔軟仕上剤、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。衣類の色もはっきり!これひとつで多用途に使える、頼もしい洗浄剤です!

ママこれいいね (ワンパックタイプ)

使いやすくて便利!!



価格 3,600円

1個 (30g×32袋)

商品番号 **H-994**

高陽プラス・高陽クリーム

かるやかな毎日

価格 各 90,000円

高陽プラス10本

商品番号 **H-297**

高陽クリーム10個

商品番号 **H-298**

厳選した国産原材料を中心に配合したサプリメントと、ボディ用マッサージクリーム。組み合わせることで、毎日ウキウキに。

Ag Venus (エージーヴィーナス)

除菌・消臭。カビ&ウイルス除去宣言

価格 9,000円

1箱 (250mL×3本)

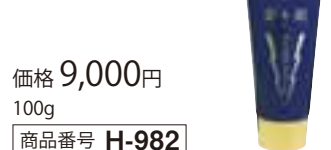
スプレー付1本、詰替用2本

商品番号 **H-895**

銀イオン抗菌水で除菌・消臭! 約260回スプレーできます。空間・室内・衣類・トイレ等快適な環境づくりに。
※全ての菌・ウイルス・カビ・ニオイを除去するものではありません。

コーヨー プラズマクリームGS

金ナノ&銀ナノが
肌へ浸透、整える



価格 9,000円

100g

商品番号 **H-982**

コーヨー プラズマクリームGS (ノンクール)

スーッとしない
やさしいクリーム



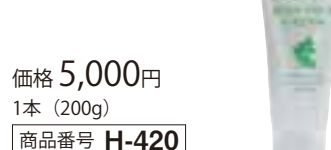
価格 9,000円

100g

商品番号 **H-985**

コーヨー ボディフットクリーム

こどもにもやさしい
全身に使えるクリーム



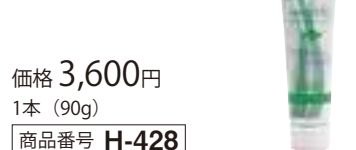
価格 5,000円

1本 (200g)

商品番号 **H-420**

コーヨー マスティデンタルハミガキ

マスティック樹脂使用の
新感覚ハミガキ



価格 3,600円

1本 (90g)

商品番号 **H-428**

栄養

KOYO珪素

体内で生成できない、恵みのミネラル



価格 18,000円

1箱 (100mL×6本入)

商品番号 **B-993**

1箱 (240mL×3本入)

商品番号 **B-996**

高濃度・濃縮珪素水溶液。8,600~9,600ppm含有 (100mLあたり860~960mg)。健康維持のため1日5mLを目安にお茶、コーヒーなどの飲料に入れ、十分に薄めてお飲みください (200mLに20~30滴程度)。

New ハッピーラック

すんなり、スッキリ!



価格 18,000円

1箱 (5g×60包)

商品番号 **B-121**

■主成分／プランタゴ・オバタ (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

リメイニング

スッポンの生命力を
サプリメントに



価格 9,000円

1本 (460mg×90粒入)

商品番号 **B-105**

製法特許 特許第2668269号

スッポンの「生命力」が丸ごと詰まっている卵をはじめ、53種類の栄養素がバランス良く含まれています。

■主成分／スッポン卵、無臭ニンニク、サフラワーオイル 等

リメイニング分包

持ち運びに便利な
10粒入り分包タイプ



価格 90,000円

4箱 (460mg×10粒入×25袋)

商品番号 **B-019**

リメイニングツイスト

粒タイプが苦手な方でも
摂取しやすい形状に



価格 9,000円

1袋 (1.5g×18粒入)

商品番号 **B-112**

リメイニングの中身を絞り出せる「ツイスト型カプセル」。一粒がリメイニング5粒分に相当します。

マハロシーグルト

水でつくるヨーグルト



価格 9,000円

1箱 (80g×6袋) 約36食分入

商品番号 **B-147**

プロピオン酸菌にクレモリス菌を加えました。コクが増し、まろやかな味で毎日続けられる美味しさです!

ココダイア

優れたエネルギー源
ココナッツオイル



価格 3,600円

1本 (160g)

商品番号 **B-980**

約60%が中鎖脂肪酸、トランス脂肪酸やコレステロールも含まないオーガニックヴァージンココナッツオイル100%使用。

食用ココナッツオイル

大自然からの贈り物



価格 1,800円

1個 (480g)

商品番号 **B-880**

トランス脂肪酸0 (ゼロ)、コレステロール0 (ゼロ) で、サラッとおいしい油を食卓に。

和楽寿 (ハナビラタケ)

「幻のキノコ」のパワーを
活かしきる!



価格 90,000円

1箱 (48.2g (402mg×120カプセル) ×3本入)

商品番号 **B-992**

農水省品種登録KSC-H七号 特許第5893772号

β (1→3) グルカン含有のハナビラタケサプリ。乳酸発酵でアミノ酸量UP!
※ご注文方法は担当販売員までお問い合わせください。

和楽樹 (お茶)

青銭柳100%使用の中国茶



価格 18,000円

1箱 (30g×2袋)

商品番号 **B-991**

中国・江西省の秘境で千年以上愛され続けた伝統の神茶。大樹の恵みをいただき、和み楽しい人生をお過ごしください。

マハロ クレンジング

やさしく潤いクレンジング

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。汚れをスルスル落とすジェルタイプのクレンジングです。

価格 6,000円
1本 (200g)



マハロ ローション

海の力で肌を潤し引き締める

R-041

マハロを贅沢に配合しており、ミネラルバランスに優れていま。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。

価格 8,000円
1本 (130mL)



マハロ セラム

乾燥が気になるお肌に

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。内側からもちもちとしたハリのあるお肌を実感してください。

価格 9,000円
1本 (50mL)



マハロ P-7

敏感なお肌をはぐくみ守る

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。

価格 9,000円
1本 (60mL)



マハロ クリーム

長時間お肌の潤いキープ

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。

価格 9,000円
1本 (45g)



UV クリーム

やさしく美しく紫外線カット

R-045

SPF50 PA+++

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、潤いキープ。ウォータープルーフ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。

価格 3,600円
1本 (30mL)



ランタニア基礎セット

自分らしく輝くための第一歩

R-890

マハロスキンケアシリーズの基礎セットです。

価格 44,600円
1セット (6点)
〈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〉



ビューティーケア

「美肌アクセス・アルガンシリーズ」

神秘の力を秘めたアルガンオイル*のパワーを注ぎ込んだスキンケアシリーズです。

※保湿



モロッコの涙 クレンジングEX

“モロッコの黄金”
アルガンオイルを配合

価格 5,000円
150mL
商品番号 E-306



エッセンスローションEX

濃密なとろみが
肌の奥深くまで届く！

価格 9,000円
120mL
商品番号 E-307



オイルセラムEX

さらに明るく、輝く笑顔へ
導く美容液にパワーアップ！

価格 12,000円
31mL
商品番号 E-308

リニューアル



美容クリームEX

こっくり濃厚
弾むようなハリ肌へ

価格 9,000円
31g
商品番号 E-309



エッセンスBBクリーム

肌悩みをカバーする
オールインワンメイク
SPF36 PA+++ ライトピンク

価格 5,400円
30g
商品番号 E-310



マジックマスク

光ケアのマスク型美顔器

人間工学に基づくデザイン。複合波長のLEDが頭頂部からお顔全体を包み込む、新感覚美容マスクです。

価格 270,000円
商品番号 E-288



メイクセット

R-899



価格 144,000円
1セット (26アイテム)

セラムファンデーション

R-057

ライト

R-058

ナチュラル

R-059

オークル

価格 各6,000円
SPF36 PA+++



モイストパウダー

R-063



価格 9,000円

コンパクトパウダー

R-064



価格 9,000円

コンパクトチーク

R-065



価格 9,000円

リキッドアイシャドウ

R-270

ホワイト

R-271

ベージュ

R-272

ゴールド

R-273

ピンク

R-274

パープル

R-275

ブルー

価格 各5,000円



リキッドコンシーラー

R-060

ライト

R-061

ナチュラル

R-062

オークル

価格 各6,000円



リキッドアイライナー

R-280



価格 3,600円

ポリウムマスカラ

R-281



価格 5,000円

アイブロウペンシル

R-282

ソフトブラック

R-283

ブラウン

価格 各3,600円



リップブラシ

R-865



価格 2,000円

リップスティック

R-092

オレンジ

R-093

ピンク

R-094

レッド

R-095

ワイン

価格 各6,000円



セラムリップ

R-091



価格 5,000円

天樹精シリーズ

トリートメントヘアカラー

価格 6,000円
1本 (230g)
●ソフトブラック
商品番号 E-052

●ダークブラウン
商品番号 E-053
●ノーマルブラウン
商品番号 E-054

ヘアケアローション

価格 3,600円
1本 (120mL)
商品番号 E-988

ビバリ＜BIBALI＞
エッセンスシート

価格 12,000円
1箱8枚入
商品番号 E-974

●ゴールドブラウン
商品番号 E-055
●レッドブラウン
商品番号 E-056

プラズマシリーズ
プラズマナガールソープ

価格 9,000円
110g
商品番号 P-916

エスタージュシリーズ

シュッシュ10



価格 36,000円
商品番号 E-957

炭酸ガスカートリッジ



価格 9,000円
1箱 (5本入)
商品番号 E-959

ボディローション



価格 6,000円
1本 (200mL)
商品番号 E-964

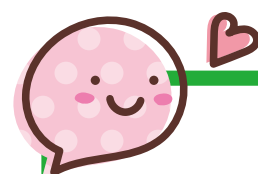


高陽社では
コンプライアンス遵守を
徹底しています。

お客様の安心と笑顔を守るコンプライアンス講座

DENBA⁺ Freshの、 おすすめの仕方を確認しましょう

商品を紹介するときに、内容を正しくお伝えしていますか？
法律で定められた範囲を逸脱する大げさな表現を使ってセールストークをすると、法律違反となり、罰則の対象になってしまいます。



これなら正しく お伝えできます

食品の鮮度、おいしさ長持ちキープ！

DENBA⁺ Freshの利点を正しくお伝えするトークの例です。

1

カビや菌は、冷蔵庫の中や、どこにでもいるものだけど、
DENBAを使えばその増殖を一定程度抑えられることが
実験でわかっているのよ。

2

この実験は生魚の切り身を2週間比較したものよ。
色（見た目）やニオイにこんなに違いが出るなんてすごいわよね。

3

もともと古かったものが元に戻るわけではないけど、
お野菜の鮮度を通常より長く保つことができるわ。

4

おいしくなるかどうかは感じ方の問題だから必ずとはいえないけど、
興味があったらいろいろな食材で試してみてね。



これだと

オーバートークです！

→1へ

DENBAを使えばカビや菌が
付かないから、腐らないのよ！

実験は、基準となる菌でのみ行っているため、すべての菌について言えるということにはなりません。また、まったく付かないのかと誤解を与えてしまう可能性もあります。グラフで公表されている範囲の内容だけをお伝えするようにしましょう。

→2へ

この写真を見て。
お刺身を2週間後でも
食べられるのよ、
すごいでしょ。

時間経過の比較実験は、見た目やニオイの状態をわかりやすく示したものであり、食べられることを約束するものではありません。また食品の状態によって結果が変わることもあります。

→3へ

古かったお野菜が、採りたて
みたいによみがえったの！

DENBA⁺ Freshは、あくまで現状の鮮度を通常よりも長く保持するものであり、状態をよくしたり、時間を戻すことはできません。

→4へ

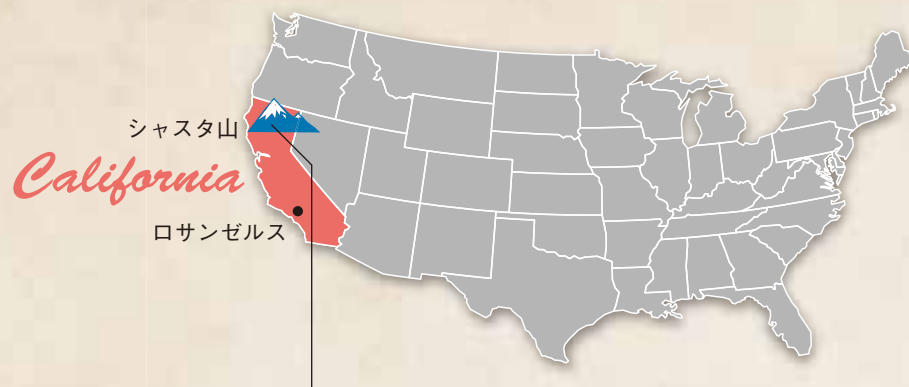
食材が絶対においしくなるのよ！

おいしいかどうかはあくまで個人の感じ方の問題。「絶対」と断定するような言葉も誤解を与えるためNGです。





ロサンゼルスに長田家、部屋の一角に畳を張りDENBAを敷いた上でくつろぐ愛猫のジャスミンちゃん。このお気に入りの場所で長い時間を過ごす。



カリフォルニアの聖地・シヤスタ山への旅行で。先住民が儀式や癒しに使う滝や湖など、豊かな自然を満喫できるスポットだ。

と年始に落ち込んでいたとは思えない元気な声の延満さんが。「普段は照れくさくて感謝の気持ちを素直に言葉にしない父から、電話口で「ありがとうな」と言われたんです。心当たりといえればDENBAくらい。母によると、新型コロナウイルスの自粛で、父は今年11月に計画していた米寿記念のコンサートを中止する予定だったそうです。しかしそれを来年の春に「延期」して、プレ卒寿コンサートとして開催すると意欲に燃えていると。父がこれほど元氣を取り戻してくれたことを、本当にうれしく思います」と満さん。

アメリカの自宅にもハイグレードとスタンダード2つ、さらに大阪の家にもスタンダードを備えたそうで、「アメリカに居ても日本に滞在してもDENBAが使えます」と言うほど気に入っている。

いまDENBA以上に 必要なものはない

新型コロナウイルスが日本とは比べ物にならないほど猛威を振るうアメリカ。長田さん夫妻も生活のなかでさまざまな不自由を強いられてきた。

そのなかで効果を実感しているのがDENBA⁺フレッシュだ。「無殺菌の牛乳を購入しているのですが、これまでは飲み切れなかった分をすぐに腐らせてしまっていました。ところがフレッシュを入れたからは、持ちがよくなり一度も腐らせていません。他の食品の寿命も倍くらい伸びた感で、買い物などが難しい状況でも非常に助かっています」と真弓さん。

DENBAで家族、そしてご自身の安心も手に入れた長田さん夫妻。「コロナが落ち着いたら在米の友人たちにもぜひこのパワーを体感してもらいたいと思っています」。



FROM USA

みんなのDENBAストーリー



「DENBAをありがとう」 国境を越えた親孝行

カリフォルニア・ロサンゼルス在住 | おさだみつる 長田 満さん まゆみ 真弓さん



アメリカはロサンゼルスを拠点に、アパレル関係の日本向け輸出事業を手掛けてきた長田満さんと真弓さん。アメリカで娘、猫2匹と暮らしながら、年数回東京、大阪に戻るたびに両家の両親に会いに行っていた。



お父さんの長田延満さん。仕事一筋だったが引退後に趣味で歌を始め、ステージでカンツォーネを披露するほどの腕前になった。

離れて暮らす父に 贈ったDENBA

ロサンゼルス在住の長田満さんには、東京で離れて暮らす両親がいる。父の延満さん88歳、母の博子さん86歳。大好きな歌など、趣味を楽しみ社交的な性格だった延満さんだが、最近では耳が遠くなり、物忘れも増えたことで、落胆したり、元気を無くしがちになっていたという。

今年の始め日本に戻った長田さんは、縁あって紹介を受けたDENBA[®]ヘルスを、ふさぎこみがちだった父と、それを献身的に支える母に贈った。「信頼関係のある友人が勧めてくれましたし、自分たちも少し使ってみたところ、これはいいな。まずはぜひ父に使ってほしいと思いました」。

ハイグレードを東京の実家に設置し、アメリカに戻った長田さんは、その3ヶ月後、実家から電話を受けた。する



ReFa
ReFa GRACE HEAD SPA
リファグレイスヘッドスパ

エステティシヤンの力強い手技を独自テクノロジーで再現することで、頭皮を連続的につまみ上げる「ツイストニーディング」の動きを実現。ローラーの傾斜角度や回転方法にもこだわった立体的な電動ローリングにより、動かしにくい頭皮をしっかりつまみ上げ、頭皮から、髪・肌・表情の美しさと呼び起こします。



エステティックメソッド

独自のクワトロ3Dローラーが、プロの手技「母指回転揉捏法」の動きを再現することで、頭皮を連続的につまみ上げる「ツイストニーディング」を実現します。



洗練された機能美

手にすっぽりおさまリ、持ちやすく動かしやすいラウンドハンドル。美しいアクリル製の充電器は、チャージ後にスタンドとして使用可能。



浴室でも使える防水機能

JIS基準（IPX7相当）をクリアした防水仕様。バスタブ内やシャンプー中でもお使いいただけます。

選べる2つのモードとブラシ

■モード

LOWモード 【220回転／分】心地よい体感

HIGHモード 【240回転／分】力強い体感

※使い始めはLOWモードから使用し、お好みでHIGHモードをお選びください。

■ブラシ



ニーディング ブラシ

頭皮に密着して心地よくつまみ上げる。



クレンジング ブラシ

頭皮の汚れを洗浄しながらつまみ上げる。

Product Story

頭皮をつまみ上げるクワトロ3Dローラー

顔や身体とは異なる特性をもつ頭皮。頭皮には頭皮のためのケアを、そんな思いから私たちが目指したのは、硬くなりがちな頭皮をつまみ上げることでした。

つまみ上げるという立体的な3Dの動きを実現するため、開発チームはローラーの土台傾斜を数ミリ単位で検証。そして導き出された15度の傾斜をつけたクワトロ3Dローラーにより、つまみ上げるというこれまでにない動きが誕生しました。

HOW TO USE

〈ご使用方法〉



基本的な持ち方

本体全体を包み込むように握ってください。



基本的な使い方

生え際に約3秒押し当て、頭頂部までゆっくりすべらせま



美しさへのひと工夫

耳の後ろのポイントを集中的に行いましょう。

商品動画は
下のQRから



Q&A

1日にどのくらいの時間、 使えますか？

1日1回（約5分）までの使用にとどめてください。
過度に使用すると頭皮に負担をかけるおそれがあります。

いつ使えばいいですか。

お好きなときにお使いいただけますが、洗髪後の清潔な頭皮がおすすめです。
ヘアワックス、スプレーなどのスタイリング剤が付着した状態で使用しますと、髪と絡まるおそれがあるため、スタイリング剤のない状態でお使いください。濡れた状態・乾いた状態、どちらでも使用可能なので、浴室内でもお使いいただけます。

頭皮以外の部分に使えますか？

本品は頭皮専用となります。頭皮以外の部分には使わないでください。

どのくらいの力、速さで 動かせばいいですか？

弱い力で使用しても十分な体感は得られますので、力を入れずにやさしく押しあて、ゆっくり動かしてください。強い力で激しく動かすと頭皮に負担をかけるおそれがあります。

ヘアピン、ピアスなどのアクセサリー をつけたままでも使えますか？

アクセサリーに髪の毛が絡みつくなど、思わぬトラブルの原因になりますので、必ず外してご使用ください。

ReFa

ReFa GRACE HEAD SPA



頭皮を連続的につまみ上げる。
頭皮から、美しさを呼び起こす。

HEAD 防水
ReFa GRACE HEAD SPA



商品動画は
下のQRから



ReFa GRACE HEAD SPAのお申し込みはお問い合わせの所属代理店もしくは特約販社へご連絡ください。

(株) 高陽社 お客様相談室

☎042-313-3021

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。

商品のお求め・お問い合わせは

Blank box for contact information or inquiries.