



もっと元気に もっと楽しく・美しく  
健康・美容情報誌

三洋薬品HBC株式会社 VOL. 04  
2023 新春・WINTER

# 元気クラブ三洋



## 温活のすすめ

万病のもと「冷え」対策に「温活」を

### スキンケア 冬の「乾燥肌」どうしたらいいの？

- 旬を召しませ「ブロッコリー」  
ブロッコリーとえびのガーリック炒め
- 三洋薬品HBC拠点紹介(青森・八戸・弘前・大館)  
東北第1ブロック スタッフ紹介
- 川柳、ペット・お孫様自慢など  
読者の皆様からの投稿コーナー



新春オススメ  
三洋薬品HBC  
イチオシ商品案内

サプリメント  
コスメ  
各種  
グルメ  
食品

# 皆様からの自信作 結果発表

## 日々是・川柳

日々の暮らしの中で感じたこと、思ったこと、皆さんの『ぴかり』と光る感性が、川柳から伝わってきます。

## 断捨離中思い出に浸り又収納

大阪府富田林市 Hさん

## ゴルフ着はオドチャンでも若く見え

岩手県胆沢郡金ヶ崎町 Tさん

## サメクリル寒さに負けじと膝小僧

東京都杉並区 Eさん

## 我が亭主都合が悪いとオレ認知

和歌山県橋本市 Mさん

## 世界で一番・うちの孫



茨城県鉾田市  
ドライバーばあちゃんさん

←3人目の孫・祐貴の5歳の祝  
決まってるぜ 祐ちゃん



静岡県静岡市 Tさん

## 我が家のペット自慢



奈良県橿原市 Iさん

どこからが毛布？  
ロッキングチェアもクロの寝床

## ご紹介キャンペーン

紹介した人・された人、  
みんなが得するキャンペーン



よろしくお願いします。

あなたのお知り合いを  
ご紹介ください。

三洋薬品HBCの取り扱い商品の中で、試してみたいけど注文した事がなく不安を持っている方はいらっしゃいませんか？そんな悩める知人をご紹介いただき、ご紹介いただいた方がご購入いただければ、ご紹介者様と紹介された方の双方に三洋薬品HBCにて使用できる商品券2000円分をプレゼントいたします。

ご紹介者と紹介いただいた方の双方に  
**HBC商品券**  
**2,000円分**  
ずっプレゼント

- ※ご紹介できる方のお名前・連絡先などを担当営業までお伝えいただくか、お電話にてご連絡ください。(☎ 0120-86-3434)
- ※ご紹介いただきました方へ、紹介したい商品がある場合、その旨も担当営業にお伝えいただき、「〇〇様よりご紹介があり、ぜひ〇〇をお試しいただきたいとの連絡を受け、ご案内させていただきます」という旨のお電話を、弊社からご紹介いただいた方へ連絡させていただきます。紹介された方がご購入に至らなかった場合は、商品券の発送はございません。
- ※ご紹介いただいた方の弊社商品ご購入がございましたら、商品と一緒に弊社2000円分の商品券を同封発送いたします。(紹介された方の商品発送と同時に、紹介者にも商品券を送付します。)



### 【お支払い方法】

代金引換・クレジットカード・コンビニ決済・口座振込など各種振込(前払・後払)をご利用いただけます。ただし、クレジットカード払い以外のお支払い方法は別途手数料110円(税込)が必要となります。代金引換(現金一括払い)の場合は、商品到着時に宅配業者にお支払いください。代金後払いは、株式会社ネットプロテクションズの提供するNP後払いサービスが適応され、同サービス範囲内で個人情報提供し、代金債権を譲渡します。

詳しくはお電話にてお問い合わせください。代金先払いの場合、ご注文後7日以内にお支払ください。なお、ご注文から7日以内にご入金が確認できない場合は、ご注文をキャンセル扱いとさせていただきます。

### 【お届け】

ご注文受領後、ご指定がない場合、約1週間～10日前後でお届けいたします。  
※ご注文が集中した場合や、天災などによる不測の事態が発生した場合、しばらくお待ちいただく場合がございます。

### 【送料】

ご購入金額合計が10,000円以上(税込)の場合:送料無料、ご購入金額合計が10,000円(税込)未満の場合:一律660円(北海道・沖縄・離島は1,045円)、メール便(ネコポス):一律190円  
※日本国内への発送に限ります。※冷凍・冷蔵商品など一部配達商品を除きます(※北海道・沖縄・離島など一部地域を除く)。  
※送料無料、その他の記載のあるものはそれに準じます。

### 【定期】

定期購入についての購入回数の取り決めなどはございませんので、定期購入の休止・中止をご希望の場合は、カスタマーセンターまでご連絡をお願いいたします。ご連絡をいただけない場合には商品は定期的に発送となります。ご不明な点や一時休止解約をご希望される場合は次回お届け予定日の10日前までにお電話にてカスタマーセンター【0120-86-3434(通話無料)】までお問い合わせ下さい。(受付時間:平日9～20時・土日祝:9～18時)

### 【返品】

商品到着後8日以内は返品・交換が可能です。商品到着後、8日以内に必ずメールまたは電話でご連絡ください。万一、不良品が届いた場合は責任を持ってお取り替えさせていただきます(交換・返品における送料・手数料はお客様負担となります)。  
※以下の場合については返品・交換をお受けできません。(納品後8日以上経過した商品、開封・ご使用になった商品、破損および汚れた商品、付属品等を紛失された商品、ご連絡なしに商品を送返された場合)※お客様のご都合による受取拒否につきましては、お受けいたしません。あらかじめ、ご了承ください。

【返品先】〒635-0031 奈良県大和高田市今里18-28 三洋薬品HBC(株)商品管理センター

### 【個人情報のお取り扱いについて】

お客様からお預かりした個人情報は、商品の発送及び弊社案内以外には一切使用いたしません。個人情報保護の重要性を認識し、適切に利用し、保護することが社会的責任であると考え、個人情報の保護に努めることをお約束いたします。

**Vol.3:抽選報告** **前回プレゼントA～C賞 当選者発表**

<b>A賞</b> JCB商品券 3万円分 群馬県高崎市在住 M.Sさん	<b>C賞</b> HBC商品券 3,000円分 岩手県一関市在住 Y.Sさん 静岡県浜松市在住 T.Wさん 三重県松阪市在住 N.Kさん 茨城県土浦市在住 T.Yさん 山形県上山市在住 E.Hさん 東京都新宿区在住 H.Oさん
<b>B賞</b> 千代の梅 埼玉県八潮市在住 Y.Sさん 静岡県磐田市在住 K.Wさん 神奈川県川崎市在住 S.Oさん	

## P15 掲載のクロスワードパズルの答えは

A	B	C	D	E	F	G
---	---	---	---	---	---	---

CA  
です

## 弊社商品の感想(弊社へのご要望)など

商品の感想の場合、商品名の記載を忘れずお願いします。

商品名:

---



---



---



---



---



---



---

※プレゼント抽選エントリーは「クロスワードの答え」と、「商品の感想/弊社への要望」の記載が両方ともある事が前提となりますので、記入漏れのないようご注意ください。

日々是  
川柳  
投稿作品



謹んで新春をお祝い申し上げます。  
 旧年中は大変お世話になり、誠にありがとうございました。  
 今年の「元気クラブ三洋」は、季節の健康と美容の情報だけでなく、皆様からのお便りも交えて、元気が交流する情報誌にしていきたいと思っております。  
 本年も変わらぬご指導・ご鞭撻のほど、何卒よろしくお願い申し上げます。

## CONTENTS

体調管理 万病のもと「冷え」対策に「温活」を

**温活のすすめ** ..... 4

浴室の安全対策

匂を召しませ・ブロッコリー ..... 11

スキンケア 肌に負担をかけるNG習慣

**冬の乾燥肌どうしたらいいの?** ..... 12

東北第1ブロック スタッフ紹介 ..... 14

頭の体操 クロスワードパズル ..... 15

三洋薬品HBC 商品のご案内

冬のおすすめ **コスメ** 16 **サプリメント** 18 **グルメ** 20

今シーズンの **話題の商品 BEST5** ..... 21

孫自慢・ペット自慢／川柳 応募作品発表 ..... 22



**元気クラブ三洋**

三洋薬品HBC株式会社 VOL. 04  
**2023 WINTER**

元気クラブ三洋 2023年 Vol.4

2023年1月発行  
 編集・発行 / 三洋薬品HBC株式会社

〒171-0021  
 東京都豊島区西池袋2-39-6 池袋ソルミビル  
 TEL.0120-86-3434  
<https://www.sanyo-hbc.com/>



**24時間**

**無料** レンタル  
**くすり箱**  
 設置いたします。

※配置薬(置き薬)の設置は無料ですが、ご使用になられた薬の代金は後日集金させていただきます。



### Q1. 費用はかからないの?

初期費用や設置費用、解約費用などは、**一切いただきません。**置かせていただく医薬品は、ご使用※いただかない限り、利用料金は発生いたしません。安心して設置いただけます。

※医薬品の外箱を開封した時点で、使用とみなし、医薬品の代金を請求させていただきます。



### Q2. くすり箱には何が入っているの?

- ① 解熱鎮痛剤
- ② 総合感冒薬 (かぜ薬)
- ③ 絆創膏
- ④ 湿布
- ⑤ 胃腸薬
- ⑥ 目薬



上記は一例です。配置する品目はリクエストが可能です。

### Q3. どうやってくすり箱を申し込むの?

下記フリーダイヤルからお電話、もしくはQRコードを読み取りいただき、専用問合せフォームからお申し込みください。また、ご不明点や医薬品についてのご相談もお気軽にお問い合わせください。配置薬を設置したいご住所・ご連絡先等をお伺いし、弊社担当員よりお伺いする日時のご連絡を申し上げます。(3~5営業日内を目安にご利用開始が可能です)



### くすり箱をお申し込みの方に

「普段使い」から「もしもの時」まで重宝する  
**アルコールハンドジェル** (500ml)

2023年 **3月31日** 金まで

**3本**  
**プレゼント!**



**三洋薬品HBC株式会社**

1930年創業「健康」と「美容」で皆様に寄り添う安心企業  
 〈企業HP〉 <https://sanyoyakuhin-hbc.com/>

お申込み・お問合せはお気軽に

**0120-86-3434**

受付時間 平日/9:00~20:00 土日祝/9:00~18:00

配置薬専用  
 問合せ・相談  
 フォーム

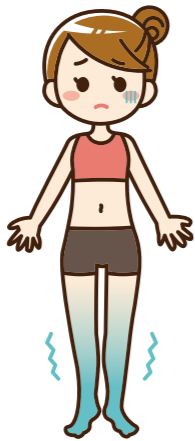


## 冷え性・4つのタイプ

お尻やふくらはぎの筋肉のコリから起こる血行不良が原因に…

### 下半身型

上半身は温かいのに、お尻や太もも、足など、腰から下が冷えるタイプです。お尻やふくらはぎの筋肉のコリから起こる血行不良です。  
原因のひとつは加齢で、血管が細くなったり筋力が衰えることによりです。  
長時間のデスクワークに注意。座った体勢を続けること



で起こりやすくになります。運動不足による下半身の筋肉の衰えからも、このタイプの冷え性を起こします。  
【こんな特徴が！】  
・手は温かいが足は冷たい  
・上半身に汗をかきやすい  
・寒い場所ではふくらはぎや足先が冷えやすい

無理なダイエットや運動不足などからの筋力低下が原因に…

### 四肢末端型

手先や足先が冷えやすい典型的な冷え性が四肢末端型です。ダイエット中の方や食の細かい方、やせ型、運動不足から筋力が低下している方に多く見られます。  
食事が足りなくなると、身体を温める熱を生み出すエネルギーが不足します。その結果、手先足先から冷えてし

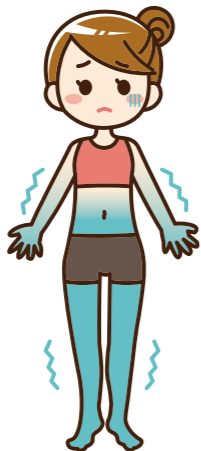


まうのです。しもやけや肌荒れ、月経トラブルを引き起こすことがあります。  
【こんな特徴が！】  
・手足やその末端が冷える  
・寒い場所では手足の先から冷えやすい  
・冷えと同時に肩こりや頭痛を感じやすい

ストレスや生活習慣の悪化による基礎代謝の低下が原因に…

### 全身型

気温の変化に関わらず一年を通して寒さを感じる冷え性です。ストレスや生活習慣が乱れている若者や、基礎代謝が低下している高齢者などに多く見られます。  
慢性的なだるさなどの症状があります。自覚症状がないケースも多く見られます。  
甲状腺の病気などが潜いで



る可能性もあるので、医療機関での検査が必要です。また、体質や服用薬の影響などによって、全身が冷えてしまうケースもあります。  
【こんな特徴が！】  
・食欲や気力が失われる  
・疲労感や倦怠感がある  
・手足も内臓も冷える

交感神経の働きの弱さが主な原因に…

### 内臓型

別名「隠れ冷え性」とも呼ばれるタイプで、手足や身体表面などは温かいのに内臓が冷えてしまう冷え性です。  
初めは冷えを感じにくい。ため自覚しにくいのですが、進行していくと内臓機能の悪化の原因になるので注意が必要です。主に交感神経の働



きが弱いことが原因です。ぼつちやり体型の方や、食欲旺盛な方にこのタイプの冷え性が多いといわれています。  
【こんな特徴が！】  
・全身に汗をかきがち  
・厚着でも体の冷えを感じる  
・冷えと同時にお腹の張りを感じやすい

寒さに負けない  
冬を元気に  
体調管理

# 温活のすすめ。

温活



万病のもと「冷え」対策に、「温活」でからだポカポカ!



寒い冬ですから、手先や足先が冷たくなるのは当たり前のことです。冷え性というのは、このような外気温によって冷えるという程度でなく、手や足の先端が温まりにくく慢性的に冷えているような状態を言います。夏なのに身体が冷えていると感じている場合も同じです。そんな冷え性でお悩みの方に、「温活」をお勧めします。

#### 「冷え性」、3つのチェック!

冷え性対策に取り組む前に、自分が冷え性の体質かどうかを把握することが大切です。3つの方法をご紹介しますので、ぜひチェックしてください。



#### チェック① 非接触検温器でチェック

非接触検温器があれば試してください。額と手足の甲を計測し、その温度差により「冷え性」度合いを判定します。手先や足先だけが冷たく感じる方にオススメの方法です。

- 【額と手足の甲の温度差】
- ・3度未満：正常範囲
- ・3〜5度：軽度の冷え性
- ・5〜10度：中等度の冷え性
- ・10度以上：重度の冷え性



#### チェック② 自覚症状でチェック

左の項目に当てはまるものが多いようでしたら、冷え性の可能性があります。

- 手足が冷たい
- 手足や身体が冷たく寝つきが悪い
- 入浴後も手足がすぐに冷える
- 厚着をしても身体が冷える
- 便秘や下痢しやすい
- 風邪を引きやすい
- 体がダルい、疲れやすい
- ダイエットでなかなか痩せない
- あまり汗をかかない
- 顔色がくすんでいる
- 腰痛、頭痛、肩こりがある
- 火照りやのぼせた感覚がある

#### チェック③ 家族とチェック

家族や友人などに自分の手足を触ってもらうことで、簡易的ですが「冷え性」の判断ができます。相手が「冷たい」と感じるようであれば、冷え性の可能性があります。



**温活① 寝起きに一杯の白湯**

朝起きたら、白湯を飲みましよう。寝ている間にかいた汗の補給を兼ねて、50℃前後の白湯をコップ二杯(200ml)飲むことをお勧めします。体温より少し高い温度の白湯をゆっくり飲むことで、内臓が温まり働きが良くります。

また、夜寝る前の一杯の白湯も効果的です。寝る30分以上前に時間をかけて飲むと体が温まり、副交感神経が優勢となって、心身をリラックスさせてくれます。夜の白湯は、冷え性改善だけでなく、寝つきも良くなり、一石二鳥です。



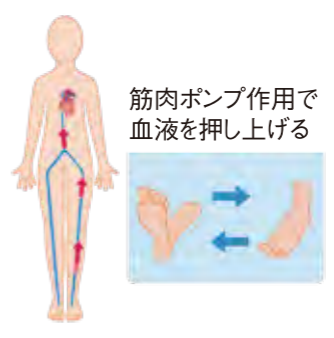
▲ 起きがけにコップ一杯の白湯が効果的

白湯を飲み過ぎると胃液が薄くなったり、むくみの原因になる場合があります。1日にカップで3〜4回程度が目安です。

**温活② ながら運動で筋力UP**

基礎代謝の低下が原因の冷え性対策には、適度な運動が効果的です。

筋肉は全身に血液を送り出すポンプのような役割を果たすので、筋肉量を増やせば効率良く温めることができます。筋肉の7割が集中している下半身を鍛えることが効果的です。



テレビを観ながらのスクワットや家事をしながらのつま先立ちなど、ながら運動を取り入れれば無理なく筋トレを始められますよ。



▲ ながらスクワットで筋力アップ

**温活③ 自律神経を整える**

冷え性対策には、自律神経を整えることが大切です。それにはストレスを抱え込まないことや、しっかりと睡眠を取ることが重要です。そのためにはリラックスできる環境を整えて、乱れ気味となった自律神経を整えてあげましょう。

お勧めしたいのはアロマです。アロママッサーやアロマバスなら、リラックスしながら血流を促進することができます。

ヨガもお勧めです。ポーズや呼吸の実践が、精神の安定、イライラ解消、開放感、爽快感を与えるとされています。適度に体を動かすため血流も促進され、冷えの改善につながるはずです。



▲ アロマ&ヨガでリラックスを...

節は要注意です。

入浴後にかゆみを感じるようであれば、入浴時間を見直してみましよう。

**【入浴のタイミング】食後1時間以上経ってから**

入浴するタイミングも重要です。食後は胃や腸に血液が集まります。そのタイミングで入浴すると、皮膚表面に血液が広がるため、胃や腸での血液の巡りが悪くなり、消化不良を起こすことがあります。入浴は、食後1時間以上経ってからにしましょう。

**【入浴剤】炭酸入りが効果的**

炭酸入浴が効果的です。38〜41℃のぬるめのお湯でも、毛穴から炭酸ガスが吸収されて血管を拡張、血行が促進されます。だるさや疲れ解消に効果を発揮する以外にも、炭酸入浴には次のような

**温活④ 食で身体を温める**

身体を温める食品を積極的に摂りましょう。シウウガが代表格ですが、見分け方は簡単。冬に旬を迎える食材、または寒い地域で取れる食材であること、地面の下で成長する野菜や果物であることなどです。ごぼう、にんじん、れんこん、りんご、鮭やまぐろ、かつお、サバなどは、これに該当する食材で、身体を温めてくれます。



お菓子を

食べる方は要注意です。粉類や砂糖を多く含むお菓子は血糖値を上昇させ、代謝を下げてしまいます。とくに白砂糖は身体を冷やす原因になるので、お菓子はなるべく控えたほうがいいでしょう。



効果も期待されています。

● 肩こり改善

血流が良くなることで老廃物が排出されやすくなり、肩こりや腰痛、むくみの改善が期待できます。

● 冷え改善

血行促進により、全身に血液が行き届くようになり、末端の神経まで温められます。

● むくみ改善

血行が改善されると、足先に溜まっていた余分な水分や老廃物が流れ、むくみも解消されやすくなります。

**【新しい入浴剤】重炭酸イオンなら、さらに効果的**

「炭酸ガス」入浴は効果的ですが、水に溶けにくく、数分で空気中に発散されてしまいます。新しい入浴剤として注目を集めている「重炭酸イオン」の入浴剤は、炭酸がイオン化されているため、「炭酸ガス」が長くお湯の中に留まります。また、重炭酸イオンが溶け込んだお湯はpHが中性となるため、お肌への刺激が少なく、湯ざわりが柔らかいだけ

**お湯の温度によって変わる身体への効果**

**活動モード**

副交感神経

**交感神経**

熱い湯 42℃以上

**休息モード**

副交感神経

ぬるい湯 38〜41℃

**温活⑤ ゆったり入浴**

夏はシャワーですませている人も、冬は湯船に浸かるとの入浴法が一番です。お風呂に入ると、自律神経のスイッチが交感神経から副交感神経に切り替わります。副交感神経は、神経を緊張から解放してリラックスさせ、身体の疲れを癒してくれます。身体に優しい温度や入浴時間、

疲労回復とリラックスが目的の入浴には、15〜20分程度がおすすです。入浴時間が長いほうが血の巡りはよくなりませんが、あまり長く入浴していると、肌の毛穴が開いて水分だけでなく皮脂や角層の保湿成分も流出し、乾燥肌になりやすくなりますので、これからの季

**【お湯の温度】38〜41℃のぬるめのお湯に**

温度はぬるめの38〜41℃にして、じんわりと、身体の中から温めていきましょう。リラックスすることで副交感神経が働き、疲労回復を促します。42℃以上の熱いお湯だと、交感神経が活発になって、リラックスすることができませんし、脱水症状を起こしやすくなります。

**【入浴時間】15〜20分くらいが目安**

**効果的な入浴方法 38〜41℃のぬるめのお湯**



入浴剤を入れるとより効果的

# 冷えた身体に リラックスを。

毎日が温泉気分



朝晩の冷えから、肩・腰・ひざに違和感、痛みをおぼえる方も多いと思います。体温が下がると、関節まわりの筋肉はしなやかさを失い、血管や神経を圧迫し、動きが悪くなると痛みとなります。そんな時には、温浴リラックス効果で体の自己回復力を高める重炭酸入浴剤・リラックススタブ三洋がおすすめです。

重炭酸入浴剤  
90錠入



リラックススタブ三洋  
■90錠入(30回分)  
通常価格 **6,490円** (税込)



商品番号  
G4-01

おまとめ・定期購入でさらにお得!!

詳しくは、販売員もしくは下記までお問い合わせください。

0120-86-3434 (フリーダイヤル) 7795 (ご案内コード)

Relax Tab 三洋

リラックススタブ三洋

こんな方におすすめ

- 手足が冷えやすく、肩こりやむくみがでる
- 翌日にも疲れが残っている
- 寝つきが悪い、よく眠れた感じがしない
- 体の芯から、リラックスできる時間が欲しい!

重炭酸湯

高温度で  
水中にとどまる!

重炭酸イオン  
炭酸ガス発生

炭酸ガス入浴剤

すぐ外へ逃げる

炭酸ガス発生

でなく、血流を促進し身体のコまで温めてくれます。入浴後もポカポカ温まった状態が続くため注目を集めています。

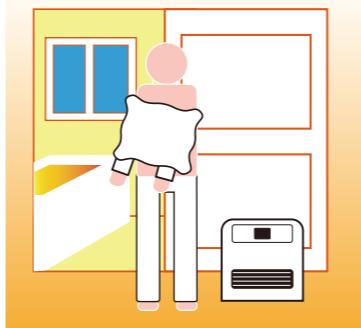
◆ 日本女性の約65%が、冷え性を自覚という調査結果が出ています。その3人に1人は、対策せずに放置したままと言うことです。肩こり・腰痛・頭痛・だるさ・疲れ・関節痛・めまい・耳鳴り・月経痛・月経不順・アレルギ―便秘・下痢・動悸・ほてり・むくみ・乾燥肌…。厚生労働省の研究班の報告をみても、冷えから起こる不調は数多く、まさに「万病のもと」。積極的に温活して、冷え体質を改善していきましょう。

## 浴室・脱衣場での安全対策で、快適入浴を!

寒い季節に、温かい場所から冷えた場所へいくと、「熱を奪われまい」として血管が縮み、血圧が上がります。ヒートショックと呼ばれるのですが、冬の入浴時には、お風呂場の環境を整えてから、入浴をお楽しみください。

### ●入浴前に脱衣所や浴室を温めておきましょう

温度の急激な変化などから身体を守るために、入浴前に脱衣所や浴室を温めておきましょう。浴室暖房がない場合は、高い位置からシャワーで給湯すれば、その蒸気で浴室全体を温めることができます。脱衣所もストーブで温めるなど、工夫しましょう。

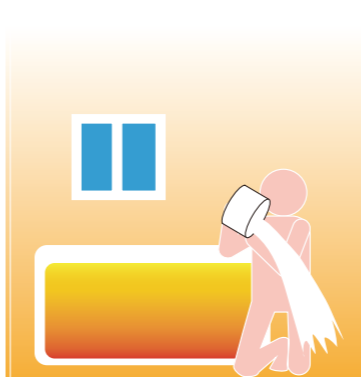


### ●お風呂のお湯は41℃以下にしましょう

熱いお湯は血圧を上昇させるので注意が必要です。また、あまり長湯をすると、のぼせの原因となります。半身浴であれば体温上昇が遅いため、心臓にかかる負担は少ないようです。

### ●浴室に入る前にはかけ湯をしましょう

湯船につかる前は、しっかりかけ湯をしましょう。かけ湯は心臓に遠い手や足からみぞおちなど身体の中心部に向かって順番にかけられることをお勧めします。



### ●急に浴槽から立ち上がらないように注意

急に立ち上がると、身体にかつていた水圧がなくなり圧迫されていた血管が一気に広がります。脳に行く血流が減少し貧血状態になることもあるので、浴槽から上がる場合は手すりなどを利用し、ゆっくりと出るように心がけましょう。



### ●飲酒・飲食直後の入浴は控えるようにしましょう

飲酒後の入浴は、脱水症状が起きたり、急な血圧の上昇により心臓に負担がかかります。アルコールが抜けない状態で入浴すると注意力も低下し事故に繋がるため注意しましょう。食後は血圧が下がり失神しやすい場合があるので、食後すぐの入浴は控えましょう。

今までとは全く別の角度から『健康のお悩み』にアプローチ

# 消える!? クリルオイルで

つらさが

- こんなお悩みが1つでもある方にオススメです
- 散歩がきつくなってきた
  - 健康で長生きしたい
  - 夕方になると視界がかすむ
  - 階段の昇り降りがつらい
  - 体重増加が気になりだした
  - 冷えがきらい・寒いのが苦手
  - 「こり」や「こわばり」が気になる

明日をもっと楽しく  
健康な人生を楽しむための新習慣

高吸収EPA・DHA  
オメガ3脂肪酸  
EPA/DHA  
389mg 配合\*  
\*1日の摂取目安  
4粒あたり



商品番号 G4-02  
120粒入(約30日分)  
通常価格 5,990円 (税込)



驚くほどに健康をサポート

## クリルオイル三洋

機能性表示食品 届出番号 G470

# これ1つで なんと驚きの 4つの機能性!!

クリルオイル三洋の4つの機能性とは??

中性脂肪  
値を低下させる

ヒドロキシチロソールが  
悪玉コレステロール  
(LDL)の酸化を抑制

EPA・DHAが  
関節(膝などの)  
違和感を軽減

アスタキサンチンが  
眼のピント調節  
機能をサポート

【届出表示】本品にはEPA・DHA、ヒドロキシチロソール、アスタキサンチンが含まれます。EPA・DHAには、靴をはいたり脱いだりする時の膝の違和感を軽減する機能があることが報告されています。また、EPA・DHAには中性脂肪値を低下させる機能があることが報告されています。ヒドロキシチロソールは抗酸化作用を持ち、血中のLDL-コレステロール(悪玉コレステロール)が酸化され、酸化LDL-コレステロールになることを抑制させることが報告されています。アスタキサンチンには目のピント調節機能をサポートし、目の疲労感や目の使用による肩・腰の負担を軽減する機能があることが報告されています。

ご愛用者から届いた「喜びの声」の一部をご紹介します

階段の昇り降りも  
苦にならない。  
立つたり、しゃがんだりも  
気にならなくなりました。

減って  
中性脂肪値が

眼のぼやけや霞み  
も減って  
スッキリしました。  
なんか、調子いいです。

健康診断で高いと  
指摘されていた  
コレステ  
ロール値が  
今年は正常数値内に  
収まっていた。

60代(男性) 60代(女性) 50代(女性) 70代(女性)

# 旬を召ませ

大根やカブ、白菜や長ネギ…。「冬野菜」と聞いて、白色野菜を思い浮かべる方が多いと思いますが、緑黄色系のブロッコリーも今の時期(12～3月)が旬なんです。美味しく栄養たっぷりのブロッコリーの栄養学とレシピをお届けします。栄養で突出しているのがビタミンCです。ビタミンCは加熱で壊れてしまう性質があり、しかも水溶性のため、その多くは水や茹で汁などに溶け出してしまいます。ところが、ブロッコリーは、茹でても100g中54mmものビタミンCが残ると言われます。スルフォラファンが含まれているというのも、ブロッコリーの優れたところです。これはファイトケミカルで、体内の解毒酵素や抗酸化酵素の生成を促進し、解毒力や抗酸化力を高める作用があることが報告されています。また、ガン予防効果、ピロリ菌抑制効果もあるとされています。ほかにもカロチン(ビタミンA)、ビタミンB1、B2、カリウム、リンなども豊富に含む栄養満点の野菜です。



### 【ブロッコリー】

アブラナ科の緑黄色野菜 出荷シーズン：11～3月 和名メハナヤサイ(芽花椰菜)、ミドリハナヤサイ(緑花椰菜) 原産地：地中海沿岸 主な産地：埼玉、愛知、北海道

### ブロッコリーとえびのガーリック炒め



トマトやパスタを入れても美味しく召し上がれます。その場合は少し塩加減を調節してください。

### ①下ごしらえ



ブロッコリーは小房に、茎の部分は皮をむき、乱切りにしておく。塩少々を入れた熱湯で軽く茹でたら、冷水にさらす。

### ③味付けをする



フライパンにAを入れ、にんにくの香りがしてきたらえびを加えて炒める。8部通り加熱できたらBとブロッコリーを加えて加熱する。

【用意する物/材料(4人分)】

ブロッコリー	1本
えび	20尾
【調味料A】	
オリーブオイル	大さじ2
スライスにんにく	1カケ
輪切り唐辛子	適宜
【調味料B】	
塩	5g
白ワイン	50cc

【選び方】  
つぼみが小さく、粒が揃っていて、全体にこんもりとしたものを選びましょう。つぼみの色が鮮やかな緑色をしたものが新鮮で、黄色い色が強いほど鮮度が落ちていきます。茎の切り口がみずみずしく、茎に空洞などが無いものが新鮮です。



えびは殻を剥き、背わたを取り除いておく。少量の片栗粉でぬめりを取り、流水で洗い流した後、水気を取り除いておく。

### ②その他の下ごしらえ



【保存法】  
生のままラップに包んで、切り口を下にして野菜室で保存します。3日間くらい新鮮な状態で保存できます。茹でてから冷凍保存するという方法もありますが、電子レンジを使った方が栄養面で優れています。時間は100gあたり1分弱が目安。解凍するときにも熱を加えますので、やや硬めがポイントです。粗熱を取った後に冷凍保存しましょう。

※本品は、事業者の責任において特定の保健の目的が期待できる旨を表示するものとして、消費者庁長官に届出されたものです。ただし、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。※本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。※本品は、疾病に罹患している者、未成年者、妊産婦(妊娠を計画している者を含む)及び授乳婦を対象に開発された食品ではありません。※疾病に罹患している場合は医師に、医薬品を服用している場合は医師、薬剤師に相談してください。※体調に異変を感じた際は、速やかに摂取を中止し、医師に相談してください。 ※体験談は個人の感想であり、効果効能を保証するものではありません。写真はすべてイメージです。

# 冬の乾燥肌 どうしたらいいの？

冬の到来とともに気になるのは、やっぱり肌の乾燥。スキンケアのコツを知り、NG習慣を避けるなどして、うるおいとハリに満ちた肌をキープしましょう。

## 肌が乾燥するのはなぜ？

冬は気温や湿度の低下により、肌から水分が奪われやすい季節。さらに40代以降の肌は、皮脂の減少やコラーゲン合成を促す女性ホルモンの減少などが原因で、乾燥が進みやすくなります。あなたはいま、肌の乾燥を感じていますか？下のチェックリストを試してみてください。

## 冬の乾燥肌の対策は？

乾燥が進んだ肌は、シミや小じわなど別のトラブルを招くおそれも。スペシャルケアやインナーケアも取り入れて、全方位から肌を守ることが大切です。

## ●乾燥しやすい部分には美容液

特に乾燥しやすい目元・口元には、美容成分が高濃度で配合された美容液を。セラミドやプラセンタエキス、アミノ酸、幹細胞培養エキス…など、さまざまな美容成分があります。

## ●補SUNAMIN™コラーゲンは「飲む」

肌の奥のコラーゲンやヒアルロン酸は、加齢とともに減少し、化粧品では補いつらいもの。そこで、美容ドリンクやサプリメントを活用しましょう。プラセンタエキスやローヤルゼリー、アスタキサンチンなども肌の水分保持に役立ちます。

## ●日常生活のポイント

肌に最適な湿度は「50〜60%」と言われています。加湿器を使う、濡れタオルを干すなどして、適度な湿度を保ちましょう。感染症対策にもなりますね。さらに良質な睡眠・適度な運動を心がけて、すこやかな肌をキープしましょう。

湿度  
50~60%



## 乾燥が気になるなら今すぐSTOP! 肌に負担をかけるNG習慣



### 3 夏だけUV対策

紫外線は肌表面のバリア層にダメージを与え、水分の蒸発を促します。秋冬も引き続き、肌にやさしい日焼け止めやUV下地を活用しましょう。

### 2 熱いお湯で洗う

40度以上のお湯は、肌を乾燥から守る皮脂を洗い流してしまいます。手で触って「ぬるい」と感じるくらいのお湯が適温です。

### 1 ゴシゴシ洗顔

指先やブラシでのこすり洗いは、肌表面のバリア層を削って水分を逃す原因に。石鹸や洗顔フォームで泡をたっぷり作り、肌を包み込むように洗いましょう。

### 5 ダイエット

「痩せたいから」と野菜ばかりで肉や魚を避けていると、材料(タンパク質)不足ですこやかな肌が育ちません。カロリーや脂身が気になるなら、プロテインでの補給も検討を。



### 4 シートパックの長時間放置

時間が経って乾ききったシートは、逆に肌から水分を奪うおそれも。製品パッケージの使用時間を守り、使用後は乳液やクリームでフタをしましょう。



## 男性も気をつけたい シニア世代の乾燥肌

ひじ・かかとがひび割れたり、手足や背中、頭皮がカサつき、かゆくなったり…。これらも肌の乾燥が進んだ状態です。

かゆみがひどい方は、まずかかどい方に相談を。かゆみのない方も熱すぎるお風呂や長湯は避け、お風呂あがりにボディ用乳液やローションを塗りましょう。保湿ケアにはワセリンやセラミド、ヘパリン類似物質、尿素を配合した製品がおすすめです。



●基礎化粧品で水分&油分を補給  
スキンケアの基本は、洗顔後すぐに化粧水で水分を、乳液・クリームで油分を補うこと。肌表面の角質層を水分で満たし、その水分を逃さないよう油分をフタをします。特に年齢を重ねて肌の水分量が減少している場合は、化粧水を



## 乾燥肌 チェックリスト

- 洗顔後何もつけないと肌がつっぱる
- 肌にツヤがない・カサついている
- 肌に皮むけや粉吹きがある
- 肌に赤み・かゆみがある
- 化粧水をつけるとしみる
- 化粧のノリが悪い
- 化粧が毛穴に落ちてまだらに見える
- 唇が乾燥しやすい

4つ以上あてはまるようなら、  
いますぐ乾燥対策を始めましょう!



# スタッフ紹介

ロベタで誠実、温和で照れ屋な東北人気質

## 青森(+大館)ってこんな処



【八戸営業所】  
上村さん

**趣味** 映画鑑賞  
**愛用品** アイプラスブレイン  
**出身地** 八戸市(青森県)

青森県は、弘前公園の桜や奥入瀬溪流、大間のマグロが有名ですが、県民性として真面目でコツコツ努力する誠実な方が多い地域です。大館は忠犬ハチ公の故郷、また「きりたんぼ」発祥の地で、男性は真面目な方が多く、女性は明るく朗らかな秋田美人が多い地域です。

津軽・南部出身者とも、仕事も恋愛も真面目な親交を深めるタイプが多く、コツコツ努力に努力し、誠実で信用の置ける地域です。お客様も「じょっぱり」と言われる氣質の方が多く、ご自身が大変な時でも笑顔で接してくれるので、逆に私たち販売員が元氣とやる氣をいただけるながらお伺いしている感じなんです。

健康産業の一員として、お客様が健康でハツラツとした生活を送っていただけるよう、また、ご期待に添えられるよう、これからも皆様の身近な健康お届け隊として貢献してまいります。

### 東北第1ブロック (八戸・青森・弘前・大館)

<p><b>弘前営業所</b> 〒036-8093 青森県弘前市 城東中央5-4-25-1F TEL.0172-27-0115</p>	<p><b>青森営業所</b> 〒030-0947 青森県青森市浜館 字見取2番12 TEL.017-715-5440</p>
<p><b>大館営業所</b> 〒017-0876 秋田県大館市 餅田2-1-70 TEL.0186-44-5599</p>	<p><b>八戸営業所</b> 〒039-1101 青森県八戸市尻内町 字内田18-4-1F TEL.0178-85-6799</p>

 【青森】 神さん	 【青森】 須藤さん	 【青森】 高坂さん	 【八戸】 坂上さん	 【八戸】 松林さん	 【八戸】 高田さん	 【八戸】 市川さん	 【八戸】 吉田さん	 【八戸】 田代さん
 【大館】 長尾さん	 【大館】 松山さん	 【弘前】 工藤さん	 【弘前】 川瀬さん	 【弘前】 川内さん	 【青森】 大澤さん	 【青森】 大宮さん	 【青森】 澤田さん	

**大館は忠犬ハチ公の故郷**

秋田県大館市は忠犬ハチ公の故郷ってだけじゃなく、秋田名物「きりたんぼ」の発祥の地です。

**秋田犬会館**

浪谷のハチ公、実は大館が故郷なんです。JR花輪線「東大館駅」より徒歩15分にある秋田犬会館の前では「望郷のハチ公像」が出迎えてくれます。

**「グルメ・名所」**

三方を海に囲まれた地域ならではの新鮮な魚介類をはじめ、風土と人が育んだソウルフードが満載。「大間マアロ」を筆頭に「ウニやポタテのほか「味噌カレー牛乳ラーメン」「磯ラーメン」「馬肉ラーメン」など、個性的なご当地グルメも豊富です。

**「鶴の舞橋」**

日本最長の木造の三連太鼓橋。神秘的な湖として知られる津軽富士見湖にかかる木製のアーチは情緒的で、フォトジェニックなスポットとして人気を集めています。

▲弘前公園の「冬に咲くくらライトアップ」は冬の枝に積もった雪を桜見立ててライトアップを実施しています。(期間:2/28まで・時間:日没~22:00)

▲奥入瀬溪流水瀑ナイトツアー

## クロスワードパズル

プレゼントが当たるかも  
正解の文字を導いたら、裏表紙の応募ハガキに記載してポストに投函しよう!

1		2		3		4	
	D			A			
		5					
6	7		8	9		10	
			11		12		C
13		14		E			
16	17		18			19	
						21	
	20						22
23			24				F
							G

A~Gのマス埋めて出来る答えって何だろう?  
クロスワードの答えを裏表紙の「応募ハガキ」(裏面)に記入しご応募ください。

※官製はがきからご応募いただけます。本誌裏表紙の応募要項をご確認の上、必要事項を明記してご投函ください。(弊社商品の感想 or 弊社への要望の欄にもご記入願います。)クロスワードの答えだけのものは無効とさせていただきます。

●当選商品: A賞・JCB商品券 3万円分、B賞・紀州南高梅 千世の梅、C賞・三洋薬品HBC商品券 3千円分 ●応募締切: 2023年3月10日まで(当日消印有効) ●宛先: 〒416-0917 静岡県富士市元町4-6 三洋薬品HBC(株)「元氣クラブ三洋」編集室 宛

【抽選について】2023年3月下旬ごろ弊社にて抽選の上、ご当選者様にプレゼントをお届けいたします。【発表について】当選の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。【個人情報のお取り扱いについて】お客様からお預かりした個人情報は、商品の発送及び弊社内外には一切使用いたしません。※三洋薬品HBCからのEメール、電話、ダイレクトメールをお受け取りいただける方に限りさせていただきます。ご連絡が取れない場合、商品の発送を控えていただく場合がございます。

前号の答え  
**フェムテック**

フ	ラ	ッ	グ	テ	イ	カ
ウ	メ	ラ	シ	ン		
ト	カ	フ	エ	キ	ソ	
ウ	ラ	ジ	フ	ク	ロ	ウ
	イ	ツ	カ	ツ	ク	
マ	ウ	セ	イ	シ	キ	
リ	ホ	ツ	タ	イ	ム	
モ	リ	ト	ザ	カ	チ	

この答えをハガキに書いてね。

A	B	C	D	E	F	G
---	---	---	---	---	---	---

CA

- ### 横のカギ
- 主に刃物を研いだりや石材などを磨いたりする石。
  - スティックでボールを打ち、ハンドボールとほぼ同じような大きさの相手ゴールに入れて得点を競う競技。(氷上のアイス○○○がよく知られている)
  - 小さな長方形の厚紙などに種々の絵や文字が書かれ、文字札・絵札とともに、あいうえお46枚ずつの札がある。一音につき一セットの読み札・取り札があり、取った枚数で勝敗が決まる。
  - 天然樹脂の化石。黄色を帯びた茶色ないし黄金色に近い半透明の非晶質。樹脂光沢があり、昆虫などが入ったものもある。
  - 原子番号26の元素で、元素記号はFe。(磁石にくっつく金属)
  - 体格や図体の意。(俗語)(○○○がいい、大きな○○○)
  - 動物を英語で言う? (浜口京子さんの父親は○○○○浜口さん)
  - お母さんの事。実母・義母の総称。おんな親。(NG:かか/ママ)
  - 気体燃料。一般的に家庭では都市○○プロパン○○を使用しています。
  - 羊羹(ようかん)・最中(もなか)などの日本菓子の総称。⇄洋菓子。
  - 王様や国王を英語で?(トランプの13)(女王はクイーン)
  - 七福神の恵比須さまが左脇に抱えている魚。(or 東南アジアに位置する王国でASEAN加盟国で首都はバンコク。)
  - 海、海洋の、海上のなど、海に関わるものごとを示すための形容詞。(潜水艦は英語でサブ○○○と言いますね)

- ### 縦のカギ
- 密教で用いる法具で金剛杵(こんごうしよ)の一種。鉄製または銅製で、両端がとがった短い棒状のもの。独鈷杵(○○○しよ)。
  - (まる)、▲(さんかく)、■(○○○)。
  - 北日本を代表する食用貝で、浅海の砂底にすみ、殻を開閉する力を使ってかなりの距離を移動することができる。貝柱が主に食用とされ陸奥湾では養殖がさかんです。
  - めったにないこと。とても珍しいこと。まれ。(希有の読みは?)
  - 冬の次に来る季節は?(○○・なつ・あき・ふゆ)
  - 青森県西半部地域の称(石川さゆりさんの歌で「上野発の夜行列車おりの時から...」のタイトルは○○○海峡冬景色)
  - 飲み物でホットの反対は?(氷菓子の事。○○○クリーム・○○○キャンデーの略)
  - 鬼が住むとされる想像上の島。桃太郎は3匹のお供とともに鬼たちの住むこの島へ鬼退治に向かいました。
  - 琉球王都の首里の外港として発展した沖縄県の県庁所在地は?
  - 一般にサケ類(サケやベニザケ、キングサーモンなど)と呼ばれる魚以外のサケ科の魚をまとめた総称。(主に、イワナ、ヤマメ、アマゴ、ニジマス、ブラウントラウトなどをまとめてこう呼びます)
  - カメハメハ大王の統治していた土地で、真珠湾のマウイ島やオアフ島などの8つの島と100以上の小島からなるアメリカ合衆国の州は?(○○○州)
  - イチ、ジュウ、ヒャク、○○、マン。(点と点を結ぶと○○になります)
  - 元素記号でAu。単体は黄金色で光沢があり、展延性に富む事から厚さ0.1マイクロメートルの箔にすることが可能。(最近さらに値段が上がっているようですね)
  - ゼラチン・砂糖・水飴を材料とし、果汁などの味をつけ、ゴムのように弾力のある形に固めた菓子。○○キャンデー。



ビュールブランシュ はりつやクリーム EX



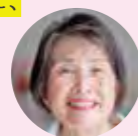
年齢肌がよるこご美容成分を41種類配合

商品番号 G4-07 内容量:50g 化粧品(美容クリーム) <約1~2ヶ月分> 通常価格 3,520円(税込)



お客様の声 冬でも肌が乾燥しにくい! 使い始めて3年以上になりますが、冬になっても肌が乾燥しにくくなり、頬がもちもちようになりました。

N.Hさん(富山)/70代



ブランシュ・ネージュ SE保湿チャークリームLX



ぷるんと潤う!年齢を感じさせない肌づくり。

商品番号 G4-06 内容量:50g 化粧品(美容クリーム) <約2~3ヶ月分> 通常価格 11,000円(税込) 2個セット 19,800円(税込)



お客様の声 カサつきがなくなり、肌がツルツルに! 以前、サンプルで使用して肌がツルツルになったので、「続けて使ってみよう」と思い、本商品を購入してみました。

A.Yさん(宮崎)/80代



ホワイトニングCA



透明感ある肌を保ちたいあなたへ。美白成分であるトラネキサム酸とグリチルレチン酸を配合したシミ肌あれ対策「オールインワンタイプ」の薬用美容クリーム(薬用化粧品)です。

商品番号 G4-03 内容量:50g 薬用化粧品(医薬部外品) <約1~2ヶ月分> 通常価格 5,500円(税込) 3本セット 13,200円(税込)



お客様の声 しっとりしたメイクのりが、うれしいです。これまで他社のオールインワンクリームを使用していたのですが、油分も多くメイクが浮くため困っていました。

T.Sさん(佐賀)/50代



美容 サポート商品

Beauty



「中小企業からラボンを元気にプロジェクト」 公式アンバサダー 前田敦子

レチパワーACE



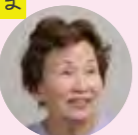
おやすみ前のナイトケア 気になる部分につけて寝るだけでケアができるレチノール配合の夜用美容液。カプセルがしわの溝まで入り込み、じっくりと角層の奥まで届きます。

商品番号 G4-09 内容量:330mg×50カプセル 化粧品(美容液) <約1~2ヶ月分> 通常価格 5,500円(税込) 2袋セット 10,505円(税込)



お客様の声 たるみが目立たなくなった! 年々目元のたるみが気になっていたら、こちらをおすすめされました。1ヶ月ほど使い続けると以前よりたるみが目立たなくなってきました!

S.Oさん(群馬)/70代



水素コスメ re:H(リエイチ)



話題の水素の力で加えるだけで若返り!? お手持ちの化粧水等に加えるだけでくすみや色素沈着等の素を酸化前に戻し、美肌へと導きます。

商品番号 G4-08 内容量:2g 化粧品(美容パウダー) <約1~2ヶ月分> 通常価格 5,500円(税込) 2本セット 10,450円(税込)



お客様の声 肌のクスマが抜けた感じ 使いやすく、自分で使用量の調節もできるのが魅力的。特有のにおいがありますが、すぐに消えるので、効果とともに納得できました。

S.Nさん(高知)/70代



アンリクスラ・ローション



保湿力抜群! 大人の「超」保湿美容液 大人の乾きに焦点を絞り、バリア機能を担うセラミドと似た働きをする成分に注目! 肌に潤いを張りめぐらせます。

商品番号 G4-05 内容量:100mL 化粧品(ローション) <約1ヶ月分> 通常価格 16,500円(税込)



お客様の声 保湿力が抜群です! 保湿力がすごいです。これ一本でお手入れができる手軽さの良いですね。少しの量でもお肌がモチモチになったので、化粧水だと思って買うと高いですが、オールインワンだと思ったらとってもお得だと思います。

K.Fさん(長崎)/30代



ビューティースクワオイル



敏感肌の方におすすめの全身に使えるオイル 天然100%のスクワランオイルです。防腐剤、着色料、香料も一切使用してないので敏感肌の方でも安心。全身に使えるのでこれ1本でOK!

商品番号 G4-04 内容量:60mL 化粧品(オイル) <約3~6ヶ月分> 通常価格 6,380円(税込) 2本セット 11,000円(税込)



お客様の声 オイルの質の良さにびっくり! 敏感肌でスキンケアはここ3年変えることはありませんでしたがこのオイルのサンプルを2、3滴使っただけで良さにびっくり! 顔以外でも腕とか肩の肌荒れも解消できたので、本当に出会えて良かった商品です!

S.Sさん(大阪)/60代



※個人の感想であり、効果を保証するものではありません。※写真はイメージです。

### 隈笹エキス



2〜3年熟成させた隈笹の多糖体成分が健康を応援  
厳選した国産隈笹を  
100%使用。ミネラル・  
ビタミンB群・必須アミノ  
酸等の有効成分が豊富に含  
まれ、免疫力の活性化をサ  
ポートする働きがあります。

商品番号 G4-14

■ 内容量: 65g <1本: 約195杯分 1日3〜4杯>

通常価格 32,400円(税込) 2瓶セット 54,000円(税込)



お客様の声 身体のかゆみがおさまりました！  
就寝前、身体がかゆくてイライラして、なか  
なかしっかり眠れず悩んでいました。『隈笹エキス』  
を飲むようになってから、かゆみがおさまり  
ました。今はぐっすり眠れるようになり、  
ストレスを感じません(笑)

O.Iさん(岡山) / 70代



### ホシコラーゲン



乾燥肌対策に  
フィッシュコラーゲン  
100%無添加、星製薬の  
規格に合格した低分子の  
フィッシュコラーゲンです。  
料理・飲み物に一杯混ぜる  
だけなので続けやすいです！

商品番号 G4-13

■ 内容量: 120g <1本: 約60日分>

通常価格 3,564円(税込) 3本セット 9,720円(税込)



お客様の声 肌にご褒美をあやめている感じです。  
朝、化粧をしているとファンデーションのノリも  
良く、しっとり感もあり「これはスゴイ！」と確信して  
います。2週間ぐらい飲まないうら、たるみや  
毛穴の感じが違ってくるんです。  
これからもずっとキレイでいたいので飲み  
続けたいと思います。 H.Sさん(埼玉) / 40代



### ラックムーブUC-II プラス



いつまでも自分で  
歩くために欠かせない、ひざ  
関節にある軟骨の主要成分  
II型コラーゲンを補給できる、  
栄養補助食品です。体内に  
吸収されやすい非変性II型  
コラーゲンを採用し、また  
西洋ヤナギエキスや筋骨  
草エキスを配合し、より体感  
しやすくなっています。

商品番号 G4-10

■ 内容量: 22.3g (372mg×60粒) <1瓶: 約30日分>

通常価格 11,880円(税込) 2瓶セット 21,600円(税込)



お客様の声 90歳ですが痛みなく歩けてます  
一年前くらい前にチラシでこちらの  
「ラックムーブUC-II」を知り、ずっと飲ん  
でいます。「歩き方や姿勢も良  
くて凄いな！」と友人に言われて  
嬉しいです。 K.Kさん(群馬) / 90代



お客様の声 毎日飲んで、ひざが楽に！  
毎日飲んで、ひざが楽になった気が  
します。飲むのサボると調子が悪くなるの  
で効いていると思います。1日2粒  
なので飲みやすいです。これか  
らも続けていきます。 Y.Mさん(広島) / 80代



### 金時ショウガ粒



冷え対策に大人気の  
ぼかぼか素材！  
普通のショウガに比べ、有  
効成分が約4倍も含まれて  
いる金時ショウガの粉末と、  
JAS規格合格の有機発  
芽玄米焙煎粉のみを使用し  
ています。

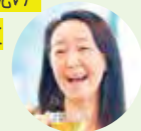
商品番号 G4-16

■ 内容量: 18g (1粒総容量100mg×180粒) <1袋: 約30日分>

通常価格 2,700円(税込) 3袋セット 5,508円(税込)



お客様の声 長年の冷えが気にならなくなった！  
夏でも足や指先が冷え、長年冷え性に悩ま  
されてきました。ショウガだということでも  
体がいいかもしれないと思い購入。1ヶ月ほど飲み続  
けると、末端の冷えが気にならなくな  
りました！ N.Kさん(大阪) / 50代



### 新プロポリス粒



強力な殺菌作用で、  
健康と美容を活性化！  
抗炎症、抗菌、抗酸化の作  
用を持つアルテピリンCが  
、最も含まれていると言われ  
ている『ブラジル産グリーン  
プロポリス』を使用しました。

商品番号 G4-15

■ 内容量: 45g (1粒総容量250mg×180粒) <1袋: 約30日分>

通常価格 4,860円(税込) 3袋セット 11,664円(税込)



お客様の声 夫婦で外出する機会が増えました。  
夫婦で愛用しています！主人が飲みはじめてから  
「体調が良い！」と喜んでます。顔つきも以前より  
いきいきしているような感じがします。私自身も  
顔色がよくなり肌が元気になった気がします。  
最近は天気の良い日は毎日散歩に出かけて  
います。 Tさんご夫婦(京都) / 60代



### 肌キサンチン



お肌のお悩みに、  
クリルオイルが有効です。  
肌の水分を保持し、乾燥を  
軽減する効果があるアスタ  
キサンチン配合の機能性表示  
食品です。乾燥やかさつき、  
潤い不足など、お肌を内側  
からケアします。

機能性食品表示  
届出番号: D484

商品番号 G4-12

■ 内容量(1袋): 21.1g (1粒総容量470mg×45粒・1粒内容重量300mg)

<2袋セット: 約1ヶ月分>

通常価格(2袋セット) 4,233円(税込) 6袋セット 11,340円(税込)



お客様の声 肌ざしっとりしてきたので、びっくりです。  
アトピーで肌荒れに悩んでいましたが、  
試しに『肌キサンチン』を2週間飲んでみたところ、  
しっとり肌の調子が変わってきたので  
びっくりしました。ちゃんと飲み続けて  
みます。 M.Kさん(静岡) / 50代



### シャーク21世紀プラス



アクティブに活動  
したい方におすすめ！  
軟骨成分の基となるグルコサ  
ミン、コンドロイチン、II型  
コラーゲン配合で腰やひざ関節  
のクッション機能をサポートし  
ます。年齢を重ねてもアクティブ  
に活動したい方におすすめ！

商品番号 G4-11

■ 内容量: 90g (1粒総容量300mg×300粒)

<1瓶セット: 約1ヶ月分>

通常価格 10,800円(税込) 3瓶セット 29,160円(税込)



お客様の声 80歳過ぎてもシャークで元気です！  
昔は階段をのぼるものきつかったが、こちらを  
飲み続けたおかげで、今はジョギングも行って  
います。同年代の人が「ひざが痛い」、  
「正座も出来ない」と言っているのを  
聞くと、ありがたいと思っています。 Y.Hさん(鹿児島) / 80代



※個人の感想であり、効果を保証するものではありません。※写真はイメージです。

今年の当社販売実績から予測する  
今シーズンの話題の商品



※2021年10~12月期  
当社販売実績より

Trend Best 5

- **カッコリン葛根湯内服液**  
風邪の初期症状に
- **ラクムーブUC-IIプラス**  
膝・肘・関節のお悩みに
- **ぽかぽかグルコさん**  
温感ジェルでじんわりぽかぽか
- **リラクスタブ三洋**  
身体の芯から温めます
- **ビューティースクワオイル**  
スクワランオイルで乾燥肌対策

カッコリン 葛根湯内服液

体を温めて、かぜの初期症状にアプローチ

寒くなると疲れや不調が現れやすくなり、免疫の低下で感染症にかかりやすくなります。そんな時期に常備したいお薬が、葛根湯です。  
7種類の生薬からなる



漢方薬で、眠くなる成分を含みません。葛根湯の役割は、「体温を上げる」こと。体の熱を高めることで、ウイルスや菌に対する抵抗力を高めてくれます。

商品番号 G4-22  
1本30mL×3本入(約1日分)  
通常価格 1,485円(税込)

こんな方へ  
●何となくだるい方  
●手足が冷える方  
●背中がゾクッとする方

気になるふしぶしにひと塗り ぽかぽかグルコさん

ふしぶしの違和感に効くことで有名なグルコサミンを直接塗って実感しやすいジェルに、優しい柚子の香りでマッサージしながら塗ると温かくなり、有効成分が優しく浸透してくれます。



商品番号 G4-23  
1本75g入  
通常価格 2,200円(税込)

こんな方へ  
●寒いとふしぶしが辛い方  
●膝の違和感を改善したい方  
●肩がすぐに凝り固まる方

関節の痛みがスッキリ! ラクムーブUC-IIプラス

II型コラーゲンを中心に西洋ヤナギエキスを、プロテオグリカン、ヒアルロン酸を配合し活動的な毎日をサポートします。さらにMSM、ビタミンB1、筋骨草成分を追加!



商品番号 G4-10  
1本60粒入(約30日分)  
通常価格 11,880円(税込)

こんな方へ  
●正座がきつい方  
●階段の上り下りが辛い方  
●体を動かすのが辛い方

天然100%のスクワランオイル ビューティースクワオイル

天然100%のスクワランオイルで大切なお肌を守ってくれます。防腐剤、着色料、香料も一切使用してないので敏感肌の方でも安心。髪・手・ひじなど全身に使えるのでこれ1本でOK!



商品番号 G4-04  
1本60mL入  
通常価格 6,380円(税込)

こんな方へ  
●1つで保湿のお手入れをしたい方  
●敏感肌・乾燥肌の方  
●無添加化粧品をお探しの方

血行促進で新陳代謝UP! リラクスタブ三洋

湯に溶け込んだ重炭酸イオンが血行を促進し、新陳代謝を良くすることで、末端神経まで温められます。重炭酸の濃度は長時間持続するので追い炊きも大丈夫です。



商品番号 G4-01  
1袋90錠入(約30日分)  
通常価格 6,490円(税込)

こんな方へ  
●翌日にも疲れが残る方  
●寝つきが悪くよく眠れない方  
●冷えやすく、むくみができる方

新宿中村屋 国産カレー&ハヤシセット(4種類 計10食)

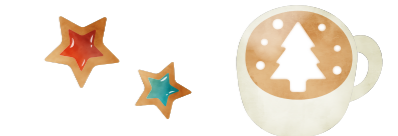


- 【国産牛肉のビーフカレー】  
牛肉・玉ねぎ・じゃがいもは国産を使用しております。野菜や果実が溶けこんだためらかなソースに、オリジナルブレンドのスパイスを効かせた風味豊かなビーフカレーです。
- 【国産鶏肉のチキンカレー】  
鶏肉・じゃがいも・玉ねぎは国産を使用しております。じっくり炒めた玉ねぎと鶏肉の旨みが詰まったソースにスパイスをほどよく効かせた、味わい豊かなチキンカレーです。
- 【4種国産野菜の野菜カレー】  
かぼちゃ・じゃがいも・人参・玉ねぎは国産を使用しております。じっくり丁寧に炒めた玉ねぎやトマトでコク・酸味を引き出したソースに、スパイスを効かせた、香り豊かな野菜カレーです。
- 【国産牛肉のビーフハヤシ】  
牛肉・玉ねぎは国産を使用しております。じっくり炒めた野菜とブイヨンで煮詰めたコクと旨みたっぷりのデミグラスソースで煮込んだ、味わい深いビーフハヤシです。

新宿中村屋 国産カレー&ハヤシセット(4種類 計10食)  
■内容量(1箱):180g×10袋(ビーフ4袋、野菜2袋、チキン2袋、ハヤシ2袋)(湯煎5~7分)  
■原材料:原材料の一部に乳・小麦を含む ■賞味期限:製造日より540日  
商品番号 G4-17 1箱セット 4,104円(税込)+別途送料



Good cheer



日本で初めて  
純印度式カレーを  
発売した中村屋  
昭和2年、日本のカレー文化発祥のお店。培われた歴史と伝統に彩られ、昭和から愛され続ける伝統の味を、ぜひ一度、貴方自身の舌でお確かめください。

タニタ食堂の金芽米ごはん(24食/箱)

【金芽米とは】  
独自の精米技術で、お米の栄養と旨み成分が多く含まれる「亜糊粉層あごんそこ」を残した、とても美味しい無洗米です。

朝のテレビ番組「ラヴィットー」で紹介されました!  
※2022年1月19日放送

タニタ食堂で使われている金芽米をもっと手軽に! 金芽米は普通に精米した白米と比べてビタミンB1が約7倍、食物繊維が約1.8倍、オリゴ糖は約13倍。毎日のご飯を金芽米にかえると、家族みんなの栄養バランスがアップします。

商品番号 G4-20 1箱セット 3,939円(税込)+別途送料  
商品番号 G4-21 3箱セット 10,643円(税込)+別途送料

タニタ食堂の金芽米ごはん(24食入)  
■内容量(1箱):160g×24個  
■原材料名:うるち米(国産) ■賞味期限:製造日より12ヶ月  
商品番号 G4-20 1箱セット 3,939円(税込)+別途送料  
商品番号 G4-21 3箱セット 10,643円(税込)+別途送料

紀州南高梅 千世の梅(大粒)

羽二重餅のような歯ざわりとキメを心ゆくまでご賞味ください。  
紀州田辺市の上秋津は温暖な土地柄で、梅農家は昔から梅の樹の栽培から開花、結実まで真心込めて見守り続けています。本品は、良質の梅の実に愛情込めて樽に漬け込み、三日三晩天日干しの末やっと出来上がった梅干です。えもいわれぬ羽二重餅のような歯ざわりとキメの細かさ、味と香りが特徴です。

商品番号 G4-18 ハチミツ味 10,800円(税込)+別途送料  
商品番号 G4-19 シソ味 10,800円(税込)+別途送料

紀州南高梅 千世の梅(大粒)2.56kg  
■内容量:2.56kg(各640g×4パック) ※使用される梅干しのランクは贈答品から選ばれた企画の品となります。  
■賞味期限:製造より常温180日  
商品番号 G4-18 ハチミツ味 10,800円(税込)+別途送料  
商品番号 G4-19 シソ味 10,800円(税込)+別途送料

送料について ※本ページ掲載の食品のお届けは宅配便のみのお届けとなります。そのため、別途送料がかかります。商品のお届けは常温便となります。※ご注文につき1箇所の送料として660円、北海道・沖縄・離島は1,045円がかかります。※お届けはご注文より10日後となります。 ※掲載画像は1個体のサンプルです。実際のお届け商品は色・ボリューム・イメージなどが異なる場合がございますのでご了承ください。



抽選で  
**1名様**

## JCB商品券 3万円分

JCBギフトカードは、全国100万店以上のJCBギフトカード取扱店でご利用できます。全国のデパートやショッピングセンターでのお買い物やお食事、スーパーからホテル・旅館まで広くご利用いただける、とっても便利な商品券です。有効期限もなく、使い方自由。いつでも好きな時にご利用いただける商品券3万円分を1名の方にプレゼントいたします。

# 元氣クラブ三洋 読者の声 プレゼント

抽選で**10名様**に当たる

応募締切  
2023年3月  
10日まで

下記ハガキにて投函 もしくは 担当販売員に応募の旨をお伝えください。  
※P15のクロスワードパズルの答えと、三洋薬品HBC商品のご感想(もしくは三洋薬品HBCへの要望など)を記入し、左下の応募要項に準じてご応募ください。



紀州南高梅 はちみつレモン風味  
880g(440g×2P) **B賞**

## 千世の梅

紀州田辺市の温暖な土地で育てられた良質な梅の実を愛情と共に樽に漬け込み、三日三晩天日干しの末、出来上がった梅干です。えもいわれぬ羽二重餅のような歯ざわりとキメの細かさ、味と香りを堪能ください。

抽選で  
**3名様**



三洋薬品HBC **C賞**  
商品券**3,000円分**

三洋薬品HBCの商品券。弊社で取り扱う商品のすべてにご利用が可能です。お電話にてご利用の場合は、商品券に記載されている通し番号をオペレーターにお伝えください。(後日送付)

抽選で  
**6名様**

### 【応募要項】

- 右記応募ハガキのご希望プレゼントにチェックを入れ、住所・氏名・電話番号等を記載ください。裏面にて、クロスワードパズル(本誌P15)の答えと、弊社商品についてのご感想(もしくは弊社へのご要望など)を必ずご記入いただき、キリトリ線で切り取って切手を貼らずにご投函ください。  
(官製はがきでのご応募も可能です。官製はがきでのご応募の際は、必要事項を全て明記の上ご投函願います)
- 宛先 / 〒416-0917 静岡県富士市元町4-6  
三洋薬品HBC(株)「元氣クラブ三洋」編集室 宛
- 当選商品: **A賞**・JCB商品券3万円分 **B賞**・紀州南高梅 千世の梅 **C賞**・三洋薬品HBC商品券3千円分
- 応募締切: 2023年3月10日まで(当日消印有効)

【抽選について】2023年3月下旬ごろ弊社にて抽選の上、4月中旬にご当選者様へプレゼントを送付いたします。  
【発表について】当選の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。  
【個人情報のお取り扱いについて】お客様からお預かりした個人情報は、商品の発送及び弊社案内以外には一切使用いたしません。

※右記ハガキに記入してご投函いただくか、担当販売員などへ応募の旨をお伝えください。ハガキで応募される方は必ずP15のクロスワードの答えと、弊社商品のご感想(もしくは弊社へのご要望)の2箇所を記入願います。

※当冊子の掲載商品をご購入された方、PC・スマホからご注文・ご購入いただいたお客様は、クロスワードの解答と弊社商品の感想の記載がなくても、プレゼント応募の対象とさせていただきます。購入時、弊社のお客様担当に応募の旨をお伝えください。PC・スマホにてWEBからご注文されたお客様には応募のURLをメールにて送付させていただきます。お手数ですが、プレゼント応募希望の方は送付されたURL先にご希望プレゼントを記入し、ご応募願います。

※三洋薬品HBCからのEメール、電話、ダイレクトメールをお受け取りいただける方に限らせていただきます。ご連絡が取れない場合、景品の発送を控えさせていただきます場合がございます。

## LINE公式アカウント お友達登録で

**500円** クーポン進呈

スマホからQRを読み込んでください



料金受取人払郵便



差出有効期間  
令和5年12月  
31日まで  
(切手不要)

4 1 6 8 7 9 0

(受取人)  
静岡県富士市元町4番6号  
三洋薬品HBC(株)  
『元氣クラブ三洋』編集室 宛

### 2023 Winterプレゼント

ご希望のプレゼント1つに印を入れ、本面と裏面に必要事項を記入してお申込みください。

- A賞** JCB商品券 30,000円分 **1名様**
- B賞** 紀州南高梅 千世の梅(はちみつレモン風味) **3名様**
- C賞** 三洋薬品HBC商品券3,000円分 **6名様**

フリガナ	生年月日	大正・昭和・平成
お名前	年 月 日	
ご住所	都 道 府 県	
お電話番号	-	
メールアドレス	@	

※上記項目の全てにご記入いただきご応募願います。※記入漏れがございますと、抽選に参加できない場合もございますのでご了承ください。※プレゼント応募は本誌P15のクロスワード答え正解者に限らせていただきます。裏面もご記入ください