

Frais

3

MARCH, 2023
Vol.257



全世代必見！
上手な筋肉の育て方。



筋トレ愛好者の本気のからだづくりを応援する
IZUMIO&OLEMIO

全世代必見！

上手な筋肉の

育て方。

人生を楽しむために、年齢、性別、目的も人それぞれに

自分のからだを「メイク」する人が増えています。

そんな「新・筋トレ時代」に向けて、筋力トレーニングの効果

より上げるための情報をご紹介します。

筋トレは

食事と食事の合間に。

「食間」は薬の飲み方でよく聞く言葉ですが、筋トレも「食間」がお勧め。空腹時はエネルギー不足で筋トレの効率が悪くなり、満腹だと副交感神経が優位になってパフォーマンスが上がりにくくなるからです。個人差もありますが、軽食なら1時間、しっかり食べた場合は2時間くらいは空けてからトレーニングを。

気になる部分だけでなく

全体的にトレーニング。

「全体的の原則」という言葉があります。これは、つけたい筋肉だけをトレーニングするよりも、そこを中心にからだ全体をバランスよくトレーニングすることが大切であるという考え方です。鍛える部分が偏ると、からだのバランスが崩れて痛みが出たりケガをしやすくなったりします。

大きい筋肉から小さい筋肉へ。

筋トレは下半身や背中などの大きい筋肉から鍛えるのが基本。そうすることで筋力アップやダイエット効果が得やすくなるだけでなく、同時に小さな筋肉や関節を動かすことにもつながるので効率よく筋トレができます。

筋肉は休ませることで育つ。

筋トレは毎日すればよいというものでもありません。同じ筋肉をトレーニングし続けるのと筋肉の破壊を繰り返すことになるため、疲労が回復せず筋肉が成長しません。そこで覚えておきたいのが運動後からだを休ませる「超回復法」。運動後に、24〜48時間ほど休息を取ると、破壊された筋肉が回復します。この破壊と回復を繰り返すことで筋組織が太く、強くなるのです。一方で休ませ過ぎると筋力が元に戻ってしまうので注意しましょう。

『超回復法』を助ける栄養素、たんぱく源をチャージ。

運動後は筋肉の元となるたんぱく質や、たんぱく質を構成するアミノ酸を素早く摂取しましょう。手軽に取るならプロテインや牛乳がお勧め。鶏肉やマグロ、大豆製品などもトレーニング後の食事に積極的に取り入れてください。

筋肉を増やすのに

必要な3つのRE

1 Refresh／刷新

筋トレを行うと分泌される幸せホルモン「セロトニン」は、緊張を緩めたり、気分をリフレッシュさせたりして、筋トレのモチベーションをアップさせてくれます。

2 Recovery／回復

水分や栄養の補給と休養、睡眠が筋肉を増やします。入浴して温まることで血行を促進し、疲労物質が排出されやすくなります。

3 Reduction／還元

抗酸化物質や還元作用のある食品や飲料の事前摂取で、生体の酸化ストレスと炎症が抑制されることが確認されています。

筋トレは 脳のネットワークも 密にする!?

最近の研究で、疲労の原因ともいわれていた「乳酸」は、実は運動中の筋肉や脳のエネルギー源になることが明らかに。運動で乳酸が生み出されると、脳にもよい作用を与えることが分かってきています。

増えた活性酸素を減らす。

過度な運動で疲れたときには「乳酸」が出るといわれていますが、近年は筋肉のpHバランスが酸性になることが疲労の一因になると考えられています。そのため、ポリフェノール類など、抗酸化作用があるものや、酸化を還元する力が期待できる食べ物やドリンクを取るのをお勧めです。

筋トレ愛好者の 本気のからだづくりを応援する

上手に飲んで、 上手に貯筋！

運動時には良質な水分の補給が必須。中でも今、本気で筋トレをする人の間で再注目され、愛飲者を増やし続けているのが水素水です。そこで今回は水素水に新たな価値をプラスし、トレーニングを強力にバックアップする「IZUMIO」と「OLEMIO」をご紹介します。



本気で筋トレする人のこだわりグッズ

GOODS



■ドリンク

汗をかくため水分補給はマスト。「IZUMIO」はもちろん、水素の他にアミノ酸などが含まれる「OLEMIO」がお勧め。ジムに行かないと飲めない水素水サーバーと違い、どこにでも携帯できるのも魅力。

■クロストレーニングシューズ

中敷を交換することで、ランニング用とウェイトトレーニング用のどちらにも使えるものも登場し、複数足用意していた人には便利！



■イヤホン

ハードな筋トレをする人にはワイヤレスの中でも、ネックバンド型やイヤーフック型がお勧め。外の音もしっかり聞き取りたいシティランナーには耳を塞がない骨伝導タイプも！

■水分補給リマインダー機能

スポーツウォッチは、心拍数などバイタルの計測の他、歩数やカロリー消費量、音楽再生ができるものも！さらに、水分補給のリマインダー機能と連携できるものなら、より健康管理に役立ちます。



■ネックゲイター

伸縮性のあるチューブ状なので、マスク代わりに鼻や口を覆うことも。ズレにくく、呼吸による湿気もこもりにくい。



■ストレッチタオル

縦方向にストレッチ機能があり、ヘアバンド代わりにしてもズレにくく、両手で引っ張ってストレッチができるものも。



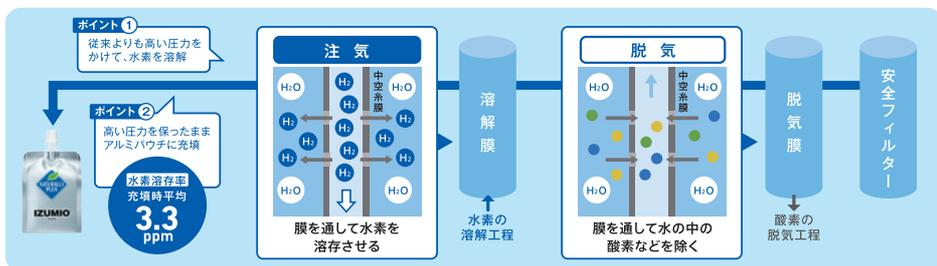


水素水は IZUMIO & OLEMIOに こだわる理由。

業界トップレベルの水素溶存率だから。

発売以来、水素溶存方式の改良を重ねている「IZUMIO」は、充填タンクを経由せず、高い圧力をかけたままアルミパウチに一気に充填する特許製法で、現在は充填時平均3.3ppmの水素溶存率を実現しています。もちろん「OLEMIO」も同じ方式で充填しており、「IZUMIO」と「OLEMIO」は水素水業界でもトップレベルの水素溶存率を誇ります。

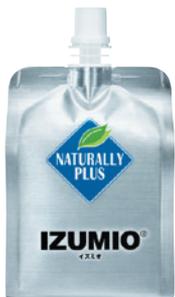
わずかな気化も防ぐ製法特許取得の充填方式



脱気後に水素を溶かし込む「膜溶解法」は、気体は通すけれど液体は通さない特殊な膜を使った独自の技術です。

水素水市場で12年連続 売上No.1*1! 日本で一番選 ばれている水素水だから。

2007年の発売以来、「IZUMIO」の累計出荷本数は3億本以上。2010年から現在まで水素水市場で売上No.1*1を達成している、国内でも最も飲まれている水素水です。



*1 日本国内水素水市場（生成機器、サプリメント除く）2010～2021年、ブランド別売上No.1。（2010～2019年度：IZUMIOの売上、2020～2021年度：IZUMIOおよびOLEMIOの売上合計）。各種公開情報および主要対象事業者に対するアンケートに基づき推計。イブンス株式会社調べ（2022年8月）

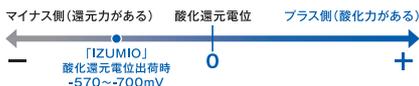
疲れたからだけに 求められる還元力*2も。

酸素が鉄と結びつくとサビるように、物質は相手を「酸化」したり、元に戻す「還元」する力をもっています。酸化還元電位がマイナス側である「IZUMIO」と「OLEMIO」には還元力*2があります。

鉄がサビるとき



鉄鉱石から鉄を取り出すとき



*2 還元力はin vitroの効果であり、体内の変化ではありません

IZUMIO & OLEMIO



理想を追求する人が OLEMIO ならではの 機能にこだわる理由。



人間の健康を左右する「ミトコンドリア」に着目し、 水素水+オレアビータの配合を実現しているから。

水素水に時代のニーズに合った新たな価値をプラスしたいと考え、水素水と相性のよい原料を探求。100種類を超える原料を評価した結果、新世代オリーブ葉エキス<オレアビータ>を選出しました。健康のカギを握るといわれているミトコンドリアに関するエビデンスが豊富に存在していたことが決め手となりました。



オレアビータの原料は、 選び抜かれたオリーブ葉。

フランス、ルイ・バスツール大学の研究チームが発見したメカニズムをもとに、400種類以上もの植物から選び抜かれたオリーブ葉が原料。そこに含まれるオレアノール酸、オレウロペインなどの特長成分を抽出、高濃度化し、規格化したのが<オレアビータ>です。

ミトコンドリアは 元気を左右する小器官。



ミトコンドリアはヒトの細胞のほぼ全てにあり、生きるのに必要なエネルギーの80%以上をつくっているといわれていますが、加齢とともにその数が減り、動きが悪くなることが分かっています。

細胞膜

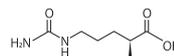
オレアビータはウエイトマネジメント部門の 最優秀賞成分だから。



<オレアビータ>はアジア太平洋地域で最高の原料、サプリメント、研究などを表彰するアワード「NutraIngredients-Asia Awards 2020」のウエイトマネジメント部門で最優秀賞を受賞。科学的なエビデンスと、日本での販売実績が高く評価されている成分です。

活動的な毎日に必須の 2つの成分も配合しているから。

ウリ科の植物に多く含まれる天然由来のアミノ酸で、その働きから「スーパー・アミノ酸」とも呼ばれている<L-シトルリン>と、魚介類やレバーなどの肉類などに含まれ、エネルギーをつくり出すのに必要なビタミンの一種である<ナイアシン>も配合。<オレアビータ>とともにイキイキとしなやかな毎日をサポートします。



L-シトルリン



ナイアシン





汗で失う水分を補給し、運動のパフォーマンスをサポートするため、「OLEMIO」は運動前に飲むのがお勧め。また、一日を元気に活動するために朝一番の「OLEMIO」が最適です。

“スポーツニュートリション 水素水”として 毎日の運動に役立つから。

スポーツニュートリションとは、アスリートなど、からだのコンディションを維持したいと願う人のために特化した飲料やサプリメントのこと。水素水に加え<オレアビータ>や<L-シトルリン>、<ナイアシン>などの有用成分がトレーニングのパフォーマンスを強力にバックアップします。

OLEMIO 愛飲者インタビュー！

INTERVIEW

関口啓太郎さん(32歳)

大手企業から独立後、現在はトレーナーとして活躍されている関口さん。普段愛飲している「OLEMIO」について伺いました。

トレーニング以外の時間も 「OLEMIO」を！

普段の一週間のメニューはウエイトトレーニングを2回、カーディオトレーニングを2回、フィジカルトレーニングを1回、取り入れています。「OLEMIO」はトレーニング中はもちろん、朝昼夜や移動中などもこまめに飲んでおり、毎日の水分補給にも役立っています。



うれしかったのは パフォーマンスに 関わる変化。

水素や<オレアビータ>など、からだにうれしい成分が入っているのがいいですね。トレーニング内容を大きく変えていないにもかかわらず、からだや生活のさまざまな部分で変化を実感しています。これからも「OLEMIO」をトレーニングに役立っていきたいです！



シャワーだけなんてもったいない!

運動した日は「リフレッシュ入浴」が正解!

入浴にはさまざまなリカバリー効果が!

運動の後はさっぱり汗を流したいもの。運動直後はシャワーだけで済ますとしても、夜はやはりゆったりと湯船につかるのがお勧めです。入浴による水圧や温熱効果でからだが温まると血行がよくなり、**新陳代謝が高まって老廃物や疲労物質の排出が促されます**。また、水の浮力によって体重が約9分の1になるので、**からだ重力から解放され、疲労した筋肉や関節をリラックスさせることができます**。

POINT
1

入浴は“ぬるめのお湯”で。

運動した日は38~40℃くらいのお湯にゆっくりつかるとのお勧め。ぬるめのほうがからだ芯から温まり、リラックス効果が高まります。さらに、眠る1~2時間前に入浴で入眠がスムーズに。睡眠の質が高まり、疲労回復を助けます。



POINT
2

“運動直後”の入浴は30分待ってから!

運動直後は疲労物質を早く排出するために血液が筋肉に集まっていますが、入浴するとその血液が全身に分散してしまうため、**疲労回復が遅れると考えられています**。また、心拍数が上がり、筋肉も熱をもっているため、**まずはしっかり水分補給とクールダウンを**。



水素発生が約8時間持続!

からだすっきり

「バスミオ入浴」

「バスミオ」は水素化マグネシウム^{※1}と、ミネラルたっぷりのプルトーニウ海水塩^{※2}を配合した入浴料。水素化マグネシウム^{※1}を溶かし込んだお湯がからだをすっきりリフレッシュし、ミネラルたっぷりの海水塩が湯上がりの肌をすべすべに整えます。

※1 整肌成分 ※2 保湿・整肌成分

家族
みんなで
楽しめます!



約8時間
水素発生が
持続!

バスミオ
溶用化粧料
[25g×10包/箱]
ナチュラループラス会員価格
¥6,250 (税込)

1

入浴する10~15分前に「バスミオ」を投入して溶かしておきましょう。

10~15min



2

かけ湯をして、からだをお湯に慣らしてからゆっくり湯船に入りましょう。38~40℃のぬるめのお湯に、できれば15分以上、肩までゆっくりつかるとのお勧めです。

15min~



イものをシェアして、みんなを笑顔に。副収入で私も笑顔！ SHARE PLUS活用してますか？

昨年スタートしたSHARE PLUSは、「N selection」の商品やUNIVA CAPITALグループのサービスをシェアし、商品の愛用者やサービスの契約者を増やすことで規定の報酬が支払われるサービスです。

SHARE PLUSの報酬でナチュラルプラス製品の購入も可能！

選りすぐりの「N selection」商品や、ユニマルシェをはじめとしたサービスをシェアして得た報酬は、公式アプリCONPUS内のお財布機能「ウォレット」に入ります。「ウォレット」のお金は「スーパー・ルテイン」などナチュラルプラス製品の購入代金に充てたり、口座に振り込んで*現金化したり、好きな使い方を選べます。

*振込事務手数料がかかります。



こだわりの「N selection」の中から話題の2商品をご紹介します！

① ウイルスバスター除菌スプレー

ボトルに水を入れると、金属イオンのチカラでボトル内の水が除菌率99%*の除菌水に！中身がなくなったら、また水を入れて約200回は繰り返し使える高コストな除菌水ボトルです。アルコール除菌の刺激による手荒れにお悩みの方や、小さなお子さまにも安心してお使いいただけます。

* (株)ヒズジーンにて試験。すべての菌、ウイルスを除菌するわけではありません。

内容量：30mL / 価格：1,980円(税込) / 送料：290円(3本まで)



② ペット用塩分ケアサプリ しおDAS

海藻由来のアルギン酸類や生きた乳酸菌を配合し、獣医師・ブリーダーも推奨している愛犬・愛猫のための塩分ケアサプリメント！いつものフードに振りかけたり、混ぜたりするだけで、塩分ケアだけでなく腎臓やおなかの健康、健やかな口内環境までサポートします。

内容量：1箱(2g×30包入り) / 価格：2,980円(税込)

送料：2箱まで500円(税込)、3箱から無料

「N selection」商品を紹介するための、QRコード入りチラシも作れます！

商品を紹介する際、すぐには購入に至らなくても、チラシをお渡ししておくことで、後から購入につながることもあります。紹介者の会員ID情報が埋め込まれたランディングページにつながるQRコードが印字されたチラシも販売しています。



チラシ注文フォームはこちら



ウイルスバスター
除菌スプレー



しおDAS

いかりゆみこの

vol.22 管理栄養士ミニコラム



Part2

元気な骨で目指せ健康長寿!

骨粗しょう症による骨折は衰たきりになる最大の原因といわれていることから、健康長寿を目指すためには、**元気な骨を育てる食事**が大切です。バランスのとれた食事を心掛けるための“合言葉”を紹介した前号に引き続き、今回は特に**骨の健康に重要な栄養素であるカルシウム・ビタミンD・ビタミンK**について解説していきます。

カルシウムは吸収率の低い栄養素の一つ

年齢や性別、また食事の内容にもよりますが、成人の場合、**摂取したカルシウム量のうち体内で利用されるのは25%ほど**といわれています。効率よくカルシウムが摂取できるよう、**吸収率の高い食品**を取り入れるのがお勧めです。

吸収率No.1は牛乳・乳製品! (牛乳>小魚>野菜の順)

カルシウム豊富な食品

- 小魚など骨や内臓ごと食べられる魚
- 切り干し大根、モロヘイヤ、小松菜、チンゲンサイ、ほうれんそうなどの野菜
- 厚揚げ、凍り豆腐、納豆などの大豆製品



骨を元気にする

料理選びのポイント!

カルシウム豊富なごまを使った和え物や、下処理いらずで骨ごと食べられるサバ缶もお勧め



カルシウムの吸収を助けるビタミンD

体内でカルシウムの吸収に必要な**たんぱく質の合成**を盛んにして、**小腸からの吸収を促進するのがビタミンD**。また、**血液や筋肉中のカルシウム量を調節して一定に保つ働き**もあります。

ビタミンD豊富な食品

- サケ、アジ、カレイ、イワシ、サンマなどの魚
- 干しいたけ、きくらげ、まいたけなどのきのこ類



骨を元気にする

料理選びのポイント!

きのこたっぷりのサケのホイル焼きはビタミンD満点!魚料理はカルシウムとビタミンDを同時に取れるので一石二鳥



骨を強くするビタミンK

吸収されたカルシウムが**骨に沈着するのをサポートし、骨を強くする**のに役立ちます。

ビタミンK豊富な食品

- モロヘイヤ、小松菜、ほうれんそう、ブロッコリーなどの野菜
- 納豆や鶏もも肉(皮付き)など



骨を元気にする

料理選びのポイント!

納豆はカルシウムやたんぱく質も豊富!チャーハンなど加熱するとネバネバが軽減され食べやすくなります。好きな方はモロヘイヤを加えるのもお勧め



ビタミンDやビタミンKは、カルシウムの吸収を助けて、より元気な骨を育てることができます。

カルシウムと一緒にしっかり取るようにしましょう!

誰かに話したくなる!



～もっと知りたい食品のこと～

海苔を消化できるのは、 世界で日本人だけって本当なの?

だんだんと暖かくなりピクニックやドライブなど、家族でお弁当を持って行楽に出掛けることも多くなる3月。お弁当やおにぎり、太巻きなど「海苔」が大活躍する季節がやってきました。

そんな日本食ではなじみ深い食材「海苔」は、実は海外では消化の悪い食べ物とされています。なぜなら、世界中で“日本人だけ”が、海苔を消化できるからだの仕組みをもっているからです!2010年、フランスの研究グループは、海苔に含まれるポルフィランという多糖類を分解する新しい酵素を海に生息する細菌から発見しました。さらに、人のおなかから採取した腸内細菌の遺伝情報の中にもその酵素をつくり出す遺伝子が存在していることが明らかに。しかも驚くことに、それは日本人の腸内にしか存在しない特別な細菌だったのです。古くは8世紀頃から海苔を食してきたとされる日本人。その祖先から脈々と受け継がれてきた食の歴史が、消化を可能にした理由だといわれています。

※ただしポルフィランは加熱すると壊れるので、生ではない焼き海苔は外国人でも消化ができます。

海苔のおいしさの理由は?

海苔にはうま味を感じるグルタミン酸、イノシン酸、グアニル酸の“三大旨味成分”が含まれています。うま味の相乗効果によって、上質な合わせ出汁のような強いおいしさを感じることができる伝統的な成分で、これを含む天然食品は、海苔以外にはないとされています。そのまま食べてもよし、料理のトッピングにもよし、海苔は極上の「うま味食材」なのです。



海苔って栄養はあるの?

海苔に含まれるビタミンCは、煮ても焼いても栄養素が壊れません。その上、焼き海苔2枚分で一日に必要なビタミンA・B₁・B₂を取れるほどの栄養価!他にも鉄分、カロテンなど、からだにより成分が多く含まれています。



栄養が豊富に含まれている海苔は、海のマルチビタミンともいえる存在。
もっと「海苔」を食べて、からだにより栄養を手軽に取りたいですね。

『毎日食べるものがからだをつくる』

日々の食に関心をもって知ることが大切です。一緒に食育の輪を広げていきましょう!

ユニマルシェ
取り扱い
海苔商品は
こちらから



お問い合わせ先

ショッピングサイト (<https://unimarche.jp>) 内の
チャットボタンよりチャット受付中!!

チャット:自動応答24時間対応(スタッフ対応時間:平日10:00~17:00)

メール:info@unimarche.jp

チャット
受付中です!

友だち募集中 /



あなたのナチュラルプラスライフをサポート!

公式アプリ「CONPUS」



公式アプリCONPUSは、ナチュラルプラスを知るためのコンテンツが充実! 製品の購入や各種変更、またご自身のビジネス状況の確認がスマートフォンから簡単にできます。ビジネスが格段にスムーズになる便利で快適なツールですので、ぜひインストールしてご活用ください!

インストール方法

App StoreまたはGoogle Playより「CONPUS」と検索していただくか、こちらのQRコードを読み取ってください。



ログインするには、NDSのログインID・パスワードの入力が必要です

キャンペーンのエントリーもCONPUSから!



SMILE FOR KIDS

“100円の思いやり”を子どもたちへ。

製品ご注文時にプラス100円のお申し込みで、子どもたちを笑顔にすることができます。ぜひ「こども基金」にご参加いただき、世界中に笑顔の輪を広げませんか。



ナチュラルプラス
こども基金

現在の基金残高 (2023年1月15日時点) **¥4,361,052**

1口100円のこども基金を29人の方が1年間継続いただくと、開発途上国の女の子を1人サポート*することができます。

*認定NPO法人 ルーム・トゥ・リード・ジャパンによる女子教育プログラムの場合

2022年は
35名の少女を
支援しました

こども基金のお申し込み

テレフォンオーダー ☎0120-934-258
受付時間: 平日9時~18時(土・日・祝日休み)

こども基金・活動について

詳細は、公式ホームページTOP画面「CSR」→「こども基金」をご覧ください。

紹介VTR



クロスワード

今月号のFrais(フレ)、楽しんでいただけましたか？
最後にクロスワードパズルで、アタマを鍛えましょう。



AからFのマス目をつないでできるキーワードをお答えください。
正解者の中から抽選で10名さまに「ルーテ ボディパー」1個をプレゼントいたします。

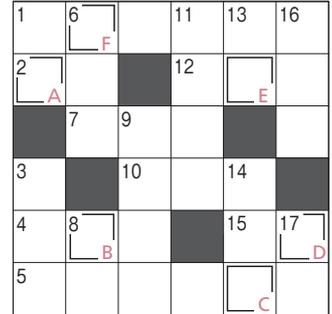
パズル制作/ニコリ

ヨコのカギ

- 元素記号Mg。人体に必要なミネラルの一つです
- 〇〇の威を借る狐
- 連なって並んでいます。数字の〇〇〇
- 〇〇〇〇〇〇が軽い人は、すぐ行動に移す
- 数え切れないほど多いこと。〇〇〇の星
- 煮込んで作る、フランスの家庭料理
- 「馬の耳に念仏」と「犬に〇〇」は似た意味
- 桃太郎や一寸法師の話に登場する

タテのカギ

- 弓道や射的で狙います
- お酒を飲んでいない状態です
- 「g」で表す重さの単位
- 人気の店に長蛇の〇〇ができています
- この神社はパワー〇〇〇〇として有名なんだ
- 玄人の反対
- 強〇〇 〇〇ませ 〇〇次第
- 米粉から作る、ベトナムの麺
- 何もしゃべりません。〇〇〇劇、〇〇〇電話
- ジビエは、イノシシやシカのこれ



【今月のヒント】 自分のからだをメイク

会員番号(ヘルスケア倶楽部でご購入の方はお客様番号)・氏名・ペンネーム(ご希望の方のみ)・住所・答え・今月号でよかった記事(複数可)・製品や弊社に関するご意見(任意)を、はがきかFAXまたはEメールにて以下までお送りください。Eメールご利用の方はQRコードからご応募いただけます。



郵便：〒106-6035 東京都港区六本木1-6-1 泉ガーデンタワー35階
株式会社ナチュラループラス Frais(フレ)「おたより」係
FAX：03-6230-2455 Eメール：frais@naturally-plus.co.jp

応募締切 **2023年4月30日(日)** *郵便：当日消印有効 FAXとEメール：当日必着

- * Frais(フレ)編集部にお送りいただいた皆さまの個人情報は株式会社ナチュラループラスにて適正かつ厳重に管理させていただきます。
- * 当選者発表の際、氏名、お住まいの都道府県を掲載させていただきます。ペンネームでの掲載をご希望の方は、ペンネームもお書き添えください。

Vol.254(12月号の答え)



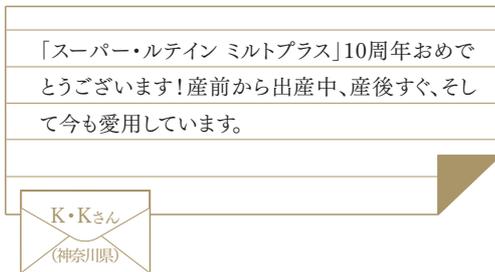
「AND」2本

Vol.254(12月号)ご当選者発表

- | | |
|--------------|----------------|
| 堀田 李沙さん(愛知県) | マイムマイム♡さん(岩手県) |
| 桐生 美和さん(東京都) | 宮内 佳代子さん(大阪府) |
| 春川 麻美さん(兵庫県) | ふうみんさん(滋賀県) |
| 岡 幸輝さん(埼玉県) | 藤田 香月さん(岐阜県) |
| 李 奉仙さん(東京都) | 木内 理香さん(香川県) |

Frais Café

このコーナーは、お手紙を通じた、読者の皆さまとFrais(フレ)編集部とのコミュニケーションスペースです。今月は、2022年10月・11月号に寄せられたお手紙を紹介します。



デビューありがとうございます!使用感はいかがですか。毎朝、毎晩の「AURAGE」でのスキnekアタイム、ぜひ楽しんでくださいね。

その時のお子さんは、今、どんな風に成長されているのでしょうか。将来が楽しみですな!



ナチュラルプラス製品一覧

製品タイプA

 <p>製品番号 01 スーパー・ルテインミルトプラス 55.2g(460mg×120粒)</p>	 <p>製品番号 02 ★OLEMIO 200mL×30パック</p>	 <p>製品番号 03 ★IZUMIO 48パックセット 200mL×48パック</p>	 <p>製品番号 04 AND 清涼飲料水 [50mL×10本]</p>
--	--	--	--

製品タイプB

 <p>製品番号 05 スーパー・ルテイン 54g (540mg×100粒)</p>	 <p>製品番号 06 ★IZUMIO 200mL×30パック</p>	 <p>製品番号 07 スーパー・ユーグレナパラミロンARX 51.6g (430mg×120粒)</p>	 <p>製品番号 08 ピュリフィカ FIRE オリジナルフレーバー 291g (9.7g×30袋)/箱</p>
 <p>製品番号 09 ピュリフィカ BB 600mL (20mL×30袋)/箱</p>	 <p>製品番号 10 LIFTANT 美容液 [30mL]</p>	 <p>製品番号 11 オラージュリッチフォーミュラ 化粧水・美容液 [60mL]</p>	 <p>製品番号 12 オラージュグレイシャスクリーム クリーム [30g]</p>

製品タイプC

 <p>製品番号 13 オラージュクレンジングプラス メーク落とし・洗顔料 [200mL]</p>	 <p>製品番号 14 オラージュ UVメイクアップベースクリーム 日焼け止め・化粧下地 SPF50+・PA+++ [30g]</p>	 <p>製品番号 15 ★バスミオ 浴用化粧料 [25g×10包/箱]</p>
---	---	---

製品タイプD

 <p>製品番号 16 ラクトエア 30g(1g×30粒)/袋</p>	 <p>製品番号 17 ルーテヘアピュリファイア シャンプー [180mL]</p>	 <p>製品番号 18 ルーテヘアマスク トリートメント [160g]</p>
 <p>製品番号 19 ルーテボディソープ ボディソープ [200mL]</p>	 <p>製品番号 20 ルーテボディバー 化粧石けん(粹練り) [標準重量90g]</p>	<p>★…今月の特集製品</p>

製品タイプ	ポイント	会員価格		HCC 全製品代金引換手数料 ^{※1} 350円	
		価格(税込)	代金引換手数料 ^{※1・2}	定期お得価格(税込)	その都度価格(税込)
A	15,000	¥18,000	—	¥18,000	¥19,800
B	10,000	¥12,500	—	¥12,500	¥13,750
C	5,000	¥6,250	○	¥6,250	¥6,900
D	2,500	¥3,150	○	¥3,150	¥3,500

※1 代金引換手数料は1梱包ごとに350円です。 ※2 代金引換手数料がかからない製品と同梱の場合は、無料となります。

製品をご使用いただく際の注意点

OLEMIOについて

「OLEMIO」は、アクティブな毎日を楽しむ全ての人のために開発された新しい「スポーツニュートリション水素水」です。製法特許×膜溶解法の組み合わせで、水素溶存率充填時平均3.3ppmという業界トップレベルの水素溶存率に、オリーブ葉エキス<オレアピータ>などの魅力的な成分を配合しました。

- 「OLEMIO」は、病気の改善や予防を目的とした医薬品ではありません。
- 「OLEMIO」は清涼飲料水です。飲むことにより痩せるといったものではありません。



会員の皆さまへ

食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、栄養のバランスを心掛けることを第一として、健康食品は栄養補給や健康の維持のために召し上がってください。ヘルスケア製品は病気の治療もしくは予防または症状の改善を目的とした医薬品ではありません。

製品に対する正しい知識をもって、ナチュラループラスの製品を皆さまの日常生活に上手にお役立てください。

本件についてお気付き・ご不明な点がございましたら、製品相談室もしくは消費者相談窓口までお気軽にお問い合わせください。

製品相談室 製品・健康に関するお問い合わせ
0120-936-329
受付時間：平日10時～17時(土・日・祝日休み)

消費者相談窓口 ご不明点・お困り事に関するお問い合わせ
0120-919-895
受付時間：平日10時～18時(土・日・祝日休み)

特定商取引法に基づく表示

(2022年9月6日現在)

■ 製品・役務の種類

- ①保健機能食品(栄養機能食品)②清涼飲料水③健康補助食品④シャンプー、化粧品など⑤ナチュラループラスグッズ(会員が勧誘活動の際に使用する販促品および日常生活用品)⑥電力供給サービスの有機農産物、国産水産物、国産畜産物、無添加食品、食用油、調味料、日用品⑦共済(総合保障共済、医療保障共済、交通事故相互共済)⑧電気通信サービス⑨雑貨⑩成犬・成猫用サプリメント
- ※⑥～⑩は業務提供誘引販売取引となります。※なお、⑥の役務は、ナチュラループラスが業務委託を受けている株式会社ユニヴァ・ジャパンが提供するものです。
- ※⑦はナチュラループラスが業務委託を受けている株式会社ユニヴァ・マルシェが提供するものです。
- ※⑧はナチュラループラスが業務委託を受けている株式会社ユニヴァ・ソーシャル・コマースを介して、ユニヴァ共済協同組合が提供するものです。
- ※⑨の役務は、ナチュラループラスが業務委託を受けている株式会社ユニヴァ・コミュニケーションズが提供するものです。

■ 特定負担に関する事項

- ①ナチュラループラスとユニヴァ共済のビジネス活動(スポンサー活動など)とヘルスケア倶楽部・シェアプラスなどの紹介活動が行える会員
- ②登録に係る費用5,000円+12,500円のナチュラループラス製品(以下NP製品)代金
- ※追加ポジションの場合は登録料3,000円(1ポジションごとに1回のみ)+12,500円以上のNP製品代金
- ※NP製品は、別途送料はかかりません。販促品・グッズに関して購入金額問わず1梱包ごとに全国一律600円(税込)の送料がかかりますが、NP製品と同時購入し、同梱できる場合は、送料はかかりません。これも基金の製品には100円が加算されます。前記③のナチュラループラスグッズは、新規登録や有効期間維持のためにご購入いただく必要はありません。
- ※ユニヴァ共済への加入には組合出資金500円が必要です。
- ※価格はすべて税込金額です。

■ 業務提供誘引販売取引の提供条件

- UNIVAでんき：すべての会員が紹介できます。加入の条件はありません。
 - ユニマルシェ：すべての会員がユニマルシェの紹介、ユニマルシェ商品の小売ができます。
 - ユニヴァ共済：加入できるのは、食品品の無店舗小売業を行っている法人、もしくは個人事業主です。加入には初回のみ組合出資金500円が必要です。
 - ユニヴァモバイル：すべての会員が紹介できます。加入の条件はありません。
- ※特定負担、特定利益の詳細に関しては、最新の概要書面2022年9月6日版をご確認ください。
特定商取引に関する法律や医薬品医療機器等法など、コンプライアンスに関するご不明点はコールセンター0120-989-329までお問い合わせください。

■ 統括者の名称、住所および電話番号

株式会社ナチュラループラス
〒106-6035 東京都港区六本木1-6-1 泉ガーデンタワー 35階
代表取締役 名越 隆昭
電話番号：0120-989-329

■ 特定利益の計算方法(報酬)

報酬(特定利益、業務提供利益)は、ナチュラループラスが販売する製品にはポイントと呼ばれる数値、および弊社と提携している企業(以下提携企業)が販売する役務・サービスの購入実績により計算し支払われます。(ボーナス、ウォレット共通)

【条件1】あなたが特定商取引法ならびに関連法規、「会員規約」を遵守し、弊社との信頼関係のもと健全なビジネス活動を行っていること。(ボーナス・ウォレット共通)

【条件2】あなたがポイントの発生するNP製品、ユニヴァ共済が提供するサービスを10,000ポイント以上購入し受け取り、有効期間が発生していること。(ボーナス・ウォレット共通)

【条件3】あなたが会員であること。(ボーナス・ウォレット共通)

【条件4】あなたが直接紹介した人が1人以上いて、かつそのうち1人以上に有効期間があること。(ボーナス)

【条件5】各種ボーナスの取得条件や規定のポイントを満たしていること。(ボーナス)

【条件6】会社が会員の健全なビジネス活動のために適宜行う、「概要書面」「会員規約」などの改定やその他重要な決定事項の通知が、あなたに常に届く状態であること。(ボーナス・ウォレット共通)

※上記条件の「あなた」とは、ボーナス・ウォレットを受け取るポジション(同一名義追加ポジションを含む)のことを指します。

※【条件6】の通知が会員都合により届かない状況にある場合、その会員が健全なビジネス活動が可能かをナチュラループラスにて審議し、不可能との結論になった場合、ナチュラループラスは報酬の支払いを停止することができます。また、ビジネス活動が行われていない場合や、関連法規や会員規約に違反した、または、ナチュラループラスとの信頼関係を崩す行為が発覚した場合は、その事実確認の期間においても、ナチュラループラスは報酬の支払いを減額ならびに停止することができます。また、停止された報酬の利益は、弊社の審査・承認により決定されます。

■ 製品・商品名

スーパー・ルティン ミルトプラス、スーパー・ルティン、オミオ、イズミオ、スーパー・ユーグレナ パラミロンARK、AND、ピュリフィカFIRE、ピュリフィカBB、ラフトエア、ビューティケア製品、ナチュラループラスグッズ、ユニマルシェ取扱商品、ユニヴァ共済取扱商品、ユニヴァモバイル取扱商品、N selection取扱商品

各種お問い合わせ・手続き



ナチュラループラス会員の方

コールセンター	0120-989-329 (平日10時～18時、土・日・祝日休み) 最新情報、各種手続き方法などのお問い合わせ
テレフォンオーダー	0120-934-258 (平日9時～18時、土・日・祝日休み) 製品のご注文、ご登録内容変更などのお問い合わせ
消費者相談窓口	0120-919-895 (平日10時～18時、土・日・祝日休み) 解約、返品、クーリング・オフなどのお問い合わせ
製品相談室	0120-936-329 (平日10時～17時、土・日・祝日休み) 製品の召し上がり方や成分に関するお問い合わせ
F A X	03-6679-2494
サ ロ ン	東京、大阪のサロン窓口で直接ご注文、各種手続きいただけます。
公式ホームページ	www.naturally-plus.com

ユニマルシェ	info@unimarche.jp ショッピングサイト内の[チャット]または[お問い合わせフォーム] https://unimarche.jp
ユニヴァ共済	0800-888-8877 (平日10時～17時、土・日・祝日休み) [音声ガイドメニュー] 3.ユニヴァ共済
ユニヴァモバイル	0800-888-8511 (平日10時～18時、土・日・祝日休み) モバイル、タブレットの使い方、設定方法など ユニヴァモバイルに関するお問い合わせ
UNIVAでんき	03-3505-6632 (平日9時～18時、土・日・祝日休み)



HCCの方

ご注文の際は、ヘルスケア倶楽部をお勧めいただいた方の紹介者情報をお手元にご用意ください。

ヘルスケア倶楽部ダイヤル	0800-222-1114 (平日9時～18時、土・日・祝日休み)
ショッピングサイト	hcc.univashop.com インターネットから簡単にご注文いただけます。上記URLから ご注文ください。携帯電話からはQRコードもご利用いただけます。
F A X	03-6679-2494
サ ロ ン	東京、大阪のサロン窓口で直接ご注文、各種手続きいただけます。

■製品の発送

製品の発送はご注文受け付け後7日以内に行います。製品の到着は地域、発送状況により多少異なる場合がございます。
※在庫状況などによって発送が遅れる可能性がございます。また、土・日・祝日、その他夏季・年末年始の休業日は、発送手配業務を行っておりません。
※ゴールデンウィーク、お盆、年末年始など連休前後にいただいたご注文は、発送が遅れる可能性がございます。あらかじめご了承ください。

■支払方法

クレジットカード決済または代金引換払い

■返品・交換

製品の返品・交換の際は、製品到着日より30日以内に、ヘルスケア倶楽部ダイヤルまでご連絡ください。(返品・交換は、未開封のものに限らせていただきます。)
弊社の起因による不良・破損など製品に問題があった場合ならびに注文と違う製品が届いた場合の返品送料は、弊社で負担させていただきます。
お客様ご事情に起因する返品・交換の送料は、お客様の負担となります。

■製品以外の費用

代金引換払いを利用された場合の手数料(350円)は、お客様の負担となります。
※製品や購入金額問わず1梱包ごとにかかります。