

ムダにがんばらない！  
「家事スリム化」計画。



毎日の数値を健康のバロメーターに。

# ムダにがんばらない!



## 「家事スリム化」計画。

毎日時間に追われながら家事をこなすのは大変だ、と思いつつも、

怒濤のサイクルから抜け出せずにいませんか？

便利な家電が増えているにもかかわらず、総務省の調査では、

女性が家事にかかる時間はこの20年でほとんど減っていないという結果が。

そこで今回はムダな家事を減らすアイデアをご紹介します。

心と暮らしの充実のために  
「やめる」ことの大切さ。

私たちは普段、無意識のうちに「次は何をしよう」「何を食べよう」などと、常に選択したり、決断したりしながら生きています。ある研究によると、その回数は一日になんと3万5千回だとか。決断することや、やることが多いとそれだけ脳が疲労し、正しく判断する力が低下します。だからこそ、必要のないことやムダなことは「やめる」ことが大切。すると脳の処理能力が上がり、心や暮らしを整えることにつながります。

「やらなければ」という  
家事の固定観念を捨てる。

苦手だったり自分に合わない家事は、はかどらないので効率が悪くなります。それはあなたにとっては「ムダ」な作業だと割り切り、業者や家電に頼ったり、家族と分担するなど、省く方法を考えましょう。逆に時間はかかっても、やると「すっきりする」「心が充実する」と感じることは自分にとってプラスなことと捉え、やめる必要はありません。「やらなければ」と思い込んでいるだけで、実は省けるムダな家事は意外と多いもの。固定観念にとらわれず、あなたに合った「スリム化」を図りましょう！



### 01 アイロンがけをしない

- ✓ 少しのシワなら市販のシワ取りスプレーを活用。
- ✓ あらかじめ「洗濯ジワ」を防ぐ工夫を。

- きれいにたたんでネットに入れる。
- 脱水しすぎない。また、脱水後はすぐに洗濯機から取り出す。
- 干す前に洗濯物の端を持って大きく振り、干してから引っ張って大きなシワを伸ばす。





## 02 洗濯物をたたまない

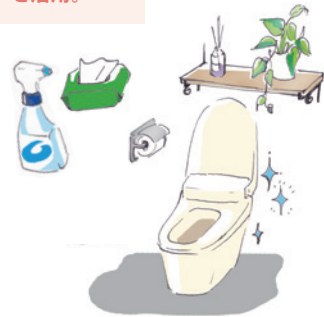
- ✓ タオル類や靴下、下着など使用頻度が高く、使うときにシワが気にならないものは、いっそのことたたまずに専用のボックスなどに投入。
- ✓ その他の衣類はハンガーにかけて干し、そのままクローゼット収納に。形が崩れるのも防げる。
- ✓ 家族の洗濯物は各自で収納してもらおう。



## 03 汚れをためない

- ✓ 汚れは長時間放置すると落ちにくくなるので、面倒でも気付いたときに掃除する。
- ✓ 1本で油や皮脂汚れを落とし、除菌・消臭もできるアルコールスプレーを活用。

- キッチン周り(アルコールは引火性が高いので火気に注意)の油污れや、ドアノブ、窓など手垢がつきやすい場所の汚れ落としと除菌に。
- 浴室のカビが発生しやすい所にスプレーすればカビ予防に。
- トイレの便座や床、壁の消臭と除菌にも。



- ✓ トイレやお風呂の掃除は「入ったついで」にやってしまう。
- ✓ シンクや洗面ボウルは、使い終わったペーパータオルなどで小まめに拭くと、汚れたスポンジやタワシを洗う手間も省ける。



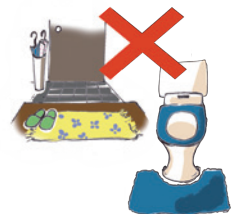
## 04 買い物は時短に

- ✓ スーパーに行くのは2~3日に一度にして、まとめ買いを。買う食料品はある程度固定化すると、買い物に時間がかからない。
- ✓ 週に一度は種類にするなど曜日によって献立を決めておくと、作るものや買うものに悩まない。
- ✓ どのお店で何を買うか、あらかじめ決めてから出掛ける。



## 05 洗濯物を減らす

- ✓ 厚手のバスタオルはやめて薄手のものか、いっそのことフェイスタオルに変更。
- ✓ 別に洗ったり、乾くのに時間がかかるトイレや玄関のマット類をやめる。
- ✓ バスマットは乾きやすい珪藻土のものもお勧め。



# 毎日の数値を 健康のバロメーターに。

## 身近になった先進の健康機器

新型コロナウイルスの影響で身近な存在になったのが、さまざまな健康数値を測定するための器具です。非接触体温計は、街中の至るところに設置され、運動不足や生活習慣が気になる人が増える中、健康管理もできる多機能な体重計や、血圧計を備える家庭も多くなっています。血中の酸素飽和度を測るパルスオキシメーターもその一つです。きっかけはコロナ禍であったにせよ、日々健康をチェックして、素早く変化に気付いて生活を見直したり、逆に健康効果が出ているときは、それを励みに頑張れるようにしてくれる健康機器は、現代社会では欠かせない健康のパートナーでもあるのです。



### 体温計

非接触型は衛生的なだけでなく、脇の下を冷やしながらでも測れるので高熱のときにも安心。



### 体重計 / 体組成計

体重だけでなく、体脂肪や体内年齢などが測れる体組成計機能があるものも。



### 血圧計

一般的な上腕型以外に、コンパクトな手首型や、常時測定できる腕時計型のものも登場。



### パルスオキシメーター

指に挟むだけで血中の酸素飽和度を測定。最高値が100(%)で、96~98(%)が正常値とされ、数値の目安が視覚的に分かりやすい。



# カロテノイドレベルという新たなバロメーター。



手軽に測定できる  
カチック  
チェッカー

大切だと分かってはいても、カロテノイドをどれだけ摂取できているか分からない。そんなカロテノイドレベルを、簡単に測定できるのが「カチックチェッカー」です。「スーパー・ルテイン」「スーパー・ルテイン ミルトプラス」でおなじみの、カロテノイド研究の第一人者であるフレデリック・カチック博士にちなんで「カチックチェッカー」と名付けられました。

## 使い方

センサーの上に手を置くだけ



手を置いて



2つの測定方法から選択

- ・10数秒で簡単に測定できる「LIGHT」
- ・2分程度かかるが精度の高い「FULL」

## 測定結果

カロテノイドレベルを  
全12レベルで評価!



結果に応じて食生活などの  
アドバイスも表示。



NEW!

「HEART」「VITALITY」の2つのメニューが追加!



もちろん全ての項目は  
「カチックチェックログ」で  
記録が可能です!

※カチックチェッカーは医療機器ではありません



「VITALITY」メニューを選べば、  
5つの健康項目が  
一度に測定できるのでオススメです!

カロテノイドレベルだけでなく、  
BMIや脈拍なども新たに測定  
できるようになりました。

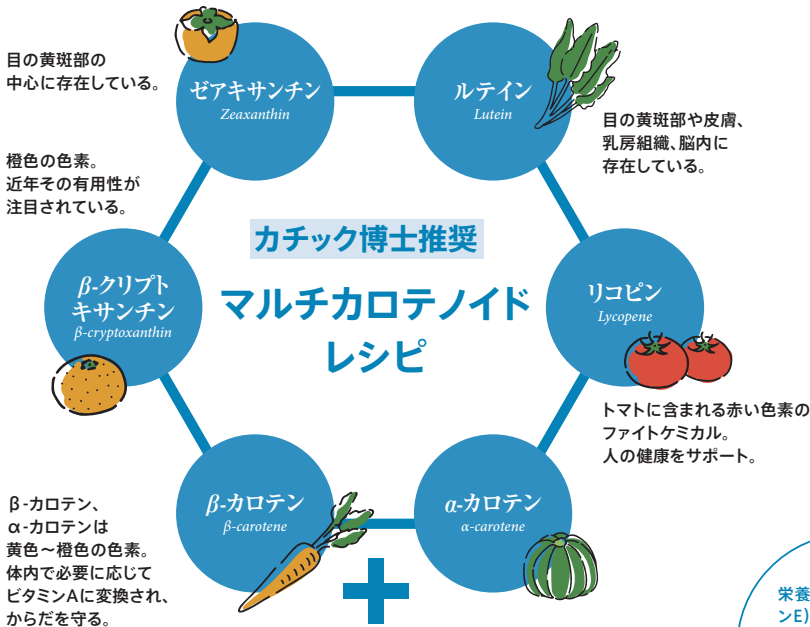
ストレス、加齢、  
体力低下の  
影響が分かる!?



# 6種類のカロテノイド



カロテノイドが健康の  
バロメーターになる理由。



栄養機能食品(ビタミンE): ビタミンEは、抗酸化作用により、体内の脂質を酸化から守り、細胞の健康維持を助ける栄養素です。

## 健康的な暮らしを支える成分

ビルベリーエキス  
& カシスエキス

DHA

ビタミンB群  
(B1・B2・B6・B12)

ビタミンE



カロテノイドは  
いつまでも元気であるために  
必要不可欠な成分です。

からだのさまざまな部分に存在しているカロテノイドは、それぞれ異なる働きをしているため、**何種類かを組み合わせただけで、それぞれの有用性が十分に引き出されず、**そこで何通りもの組み合わせの中から、理想的なマルチカロテノイドのレシピをつくり上げたのが、カロテノイド研究の第一人者のカチック博士です。



カチック博士が推奨する  
マルチカロテノイドサプリメントの  
完成形\*1「スーパー・ルテイン」

カチック博士が推奨するマルチカロテノイドのレシピを採用したサプリメントが、ナチュラルプラスの「スーパー・ルテイン」「スーパー・ルテイン ミルトプラス」です。近年世界で注目されているルテインとゼアキサンチンは、最新の研究に基づき「5:1」\*2の割合で配合。さらにカチック博士は、β-クリプトキサンチンが人間の体内にもともと存在することを発見し、これも加えるなど、**6つのカロテノイドを絶妙なバランスで配合。**「スーパー・ルテイン」はまさに「マルチカロテノイドサプリメントの完成形\*1」なのです。

\*1 当社として \*2 原料規格値として

## 「スーパー・ルテイン ミルトプラス」には 国際特許\* 取得の贅沢な成分も配合

\*PCT国際特許出願制度により、  
特許協力条約に加盟している国に出願し、  
複数の国で認められた特許。



### ミルトジェノール®



松樹皮エキス  
＜ピクノジェノール®＞

探検家カルティエ一行  
が健康を保ったという逸  
話をもつ松樹皮エキス



ビルベリーエキス  
＜ミルトセレクト®＞

ブルーベリーの約4倍  
ものアントシアニンを含  
むビルベリーエキス



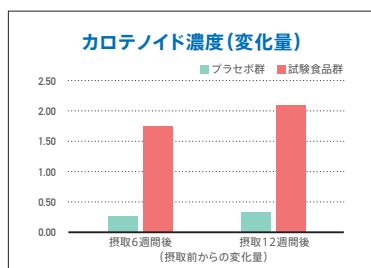
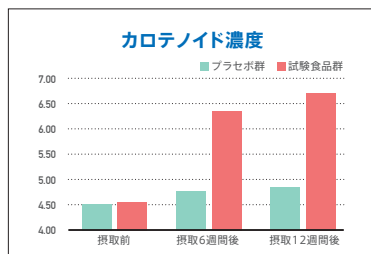
スーパー・ルテイン  
54g(540mg×100粒)  
ナチュラループラス会員価格  
¥12,500(税込)

スーパー・ルテイン ミルトプラス  
55.2g(460mg×120粒)  
ナチュラループラス会員価格  
¥18,000(税込)

## 「足りない分は、サプリメントで賢く補給」 その合理性を数値で確認。

カロテノイド摂取後の変化について、試験食品群「スーパー・ルテイン ミルトプラス」とプラセボ群(擬似食品)で摂取前後を比較すると、試験食品群で摂取6週間後および摂取12週間後の、**カロテノイド濃度が有意に増加**していることが分かりました。またプラセボ群との違いも極めて大きいことが確認されました。

※2020年5～7月、20歳以上、60歳未満の男女35名の被検者を、試験食品摂取群とプラセボ摂取群の2群に分け、無作為化、二重盲検、プラセボ対照並行群研究を行った。(株式会社ナチュラループラス 試験食品の継続摂取が体内カロテノイド濃度及び抗酸化指標に与える影響の検討-二重盲検並行群間比較試験-より)



## カロテノイド量をアップさせる 生活習慣も大切に。



喫煙や睡眠不足、不規則な食生活、ストレスなどは体内のカロテノイド濃度を低下させていると言われています。



規則正しい生活や適度な運動で、カロテノイド量をアップさせましょう。

ナチュラループラスのビジネスには、普段は聞き慣れない独自の用語がたくさん登場します。そこで、ビジネス活動を始めたばかりの方もスムーズに取り組めるよう、それらの用語を分かりやすく解説。今回は夕行編をご紹介します。

## デイサイクルボーナス

組織内の製品購入によりポイントが発生し、規定ポイントに達すると支払われる5,000円のボーナス。

## 定期購入(自動発送システム)

オートシップとも呼ばれる注文方法。その都度注文しなくても、一度手続きをすると毎月登録日前後に製品が自動的に届く。支払方法は登録クレジットカード払い・口座引落し払い・代金引換払いのいずれかを選択可能。製品の注文忘れがなく、有効期間が途切れる心配がない。



## ディストリビューター

一般には、商品の販売代理店や卸売業者などを指すビジネス用語。ナチュラループラスでは、ビジネス活動を行ったり、報酬を得る会員の方をこう呼ぶことがある。



## 特商法

「特定商取引に関する法律」の略。訪問販売、通信販売、連鎖販売取引など、特定の取引形態を対象とした、消費者保護と健全な市場形成のための法律。事業者の不適正な勧誘・取引を取り締まるための「行為規制」やトラブル防止・解決のための「民事ルール」(クーリング・オフなど)を定めています。

## 特定負担

会員登録時などに、ナチュラループラスに支払う負担金。会員となり、ボーナスを受け取るために必要な費用。

法律用語などもあり、少し難しい印象があるかもしれませんが、  
ビジネス活動を始めるとよく聞くワードばかり。ぜひ覚えておいてくださいね!





あったか鍋の  
おいしい季節だね。  
鍋の決め手は  
やっぱりおだしだね！

11月24日は

「いい(11)に(2)ほんしよ(4)く」

(いい日本食)の語呂合わせから

「和食の日」、

また「いい(11)ふ(2)し(4)」の

語呂合わせから

「饅節の日」とされています。

創業当初から変わらない

ユニマルシエの願いは

「安全な食品を身近なものにすること」

「生産者さまを支えること」。

さらに「日本の伝統的な食品、調理、保存、

食文化を大切に守っていく」ことです。

加工食品や調理済み食品は、

簡単に食べられて

便利かもしれませんが、

中には安全性が不確かなものも。

多様な食材と、

その鮮度や持ち味を生かす

日本の伝統的な調理方法が広がれば、

安全な食品を口にする機会が

増えていくはずですよ。

その理想を実現するためには、

食の未来を担う子どもたちに、

食への関心を

もってもらうことが大切。

自分のからだは

食べたものでつくられている、

ではその食べ物

どうつくられているのか、

という問いを、

投げかけ続けていきます。

食べることは生きること。

ユニマルシエです。

Check it out

和食、だし、食文化のことご存じですか？

“チャレンジクイズ”は  
こちらから！



\\ 友だち募集中 //

ご注文、お問い合わせ先

0800-888-8877

(通話無料、平日10時~17時、土・日・祝日休み)



# 2021年 冬季休業のお知らせ

2021年12月29日(水)～2022年1月4日(火)まで、冬季休業のため本社および全サロンをお休みさせていただきます。この期間中にいただいたEメールやFAXによる各種お問い合わせ、申請書・注文書などは、2022年1月5日(水)より順次受け付けいたします。皆さまにはご不便をお掛けいたしますが、何とぞご理解賜りますようお願い申し上げます。

※登録日によって定期購入製品のお届けが早めの出荷となります。

※クレジットカード払いも通常よりも早く決済させていただく場合があります。

## 冬季休業前出荷のご注文受付期限

スタート商品——12月28日(火)までに会員登録いただくと、冬季休業前に出荷いたします。

その他のご注文——12月24日(金)12時までにご注文いただくと、冬季休業前に出荷いたします。

※お手続き書面に確認事項が発生した場合は、冬季休業前に出荷できかねます。

## 出荷スケジュール

出荷日		HCA・HCB			HCC <sup>※3</sup>	
		スタート商品	リピート商品 (定期購入)	追加購入	初回商品/ 追加購入	定期購入
		登録日	登録日& 一括配送予定日 <sup>※2</sup>	受注日	受付日	登録日
12/16	木	12/14	17・18	12/14	12/14	17
12/17	金	12/15	19・20・21	12/15	12/15	18・19・20
12/18	土	出荷なし				
12/19	日					
12/20	月	12/16	22・23	12/16	12/16	21
12/21	火	12/17・18・19	24・25	12/17	12/17・18・19	22
12/22	水	12/20	26・27	12/18・19・20	12/20	23・24
12/23	木	12/21	28・29	12/21	12/21	25・26・27
12/24	金	12/22	30・31・1	12/22	12/22	28・29・30
12/25	土	出荷なし				
12/26	日					
12/27	月	12/23	2・3	12/23	12/23	31・1・2
12/28	火	12/24・25・26	4・5	12/24	12/24・25・26	3・4・5
12/29	水	12/27・28	出荷なし			
12/30	木					
12/31	金					
1/1	土					
1/2	日					
1/3	月	6・7		12/25・26・27	12/27	6
1/4	火	出荷なし				
1/5	水					
1/6	木	12/29・30・31 1/1・2・3・4 <sup>※1</sup>	8・9・10	12/28	12/28・29・30・31 1/1・2・3・4	7・8
1/7	金	1/5	11	12/29・30・31 1/1・2・3・4・5	1/5	9・10・11

※1 2021年12月29日(水)～2022年1月4日(火)はオンライン登録のみ承ります。製品は冬季休業後に出荷いたします。

※2 支払方法が「毎月口座引落し払い」をご利用の方は、一部出荷スケジュールが異なりますので以下をご確認ください。

・収納企業「三菱UFJファクター」の方で、【登録日が6～10日の方】または【一括配送のお届け日が1～10日の方】は、2022年1月7日(金)出荷予定です。

・収納企業「アイエスピー」の方で、【登録日が6～12日の方】または【一括配送のお届け日が1～12日の方】は、2022年1月12日(水)出荷予定です。

なお、収納企業「アイエスピー」でゆうちょ銀行以外をご利用の場合、一括配送と同じ出荷スケジュールとなります。

※3 HCCの方は、ご注文の受付時間によっては出荷日が異なる場合がございます。あらかじめご了承ください。

## vol.6 管理栄養士ミニコラム

### 話題の“時間栄養学”を学ぼう Part2

今号も前回に引き続き、体内時計の働きを応用して「何を、どれだけ、いつ、どの順序で食べたらいいか」といった健康的な食生活を導き出す、新しい栄養学“時間栄養学”について解説していきます。

#### ① 一日の食事を「12時間以内」におさめる

体内時計の観点では、朝食後12時間以内に夕食を取るのが理想的です。どうしても夕食が遅くなる場合は「分食」をして、夕方に軽食を取り、夕食は糖質や油控えめのヘルシーな料理を選ぶようにしましょう。

#### ② 食事の始めは「野菜」から

野菜から食べると血糖値が急激に上がらないため、インスリンの分泌が抑えられ、糖分が脂肪に換わりにくくなります。そのため同じ量を食べるにしても、野菜から食べ始めたほうが肥満などの生活習慣病になりにくいといえます。

野菜をよくかんで  
ゆっくり食べると、  
満腹感が得られ  
食べすぎ防止にも  
つながります



#### ③ 油の多い食事は、昼食に

朝や夜に脂肪分の多い食事を取ると、中性脂肪やコレステロールが高くなりやすいといわれています。

#### 夜食が太るのは「B-MAL1」のせい？

脂肪合成を促進する“時計遺伝子”「B-MAL1(ビーマルワン)」は、夜10時～午前2時にかけて最も増加します。この時間帯の飲食は脂肪として蓄えられやすいため、注意が必要です！



#### ！ワンポイント

- 間食**するなら … **10～15時がお勧め**

間食を取る場合は「B-MAL1」の少ないこの時間帯にしましょう。
- 運動**するなら … **夕食前がお勧め**

朝方に比べて持久力が高いといわれています。また、夕方の運動はよい睡眠にもつながります。
- 塩分の多い食事** … **夕食がお勧め**  
 を取るなら
 

塩分の多い食事を朝に取ると、日中の血圧が上昇しやすくなります。

毎日の健康づくりのために、ぜひ実践してみてください！

参考：「時間栄養学—時計遺伝子と食事のリズム」女子栄養大学出版社より

お世話になった方へ「ギフトセット」はいかがですか

# 暮れのごあいさつに



11月29日(月)より「IZUMIOギフトセット(のし付き)」,また期間・数量限定のお買い得価格で「OLEMIOギフトセット(のし付き)」の受け付けを開始いたします!ナチュラループラス会員の方であれば、どなたでもご注文いただけます。会員でない方もお届けできますので、お世話になった方や、製品をお勧めしたい方への贈り物やお歳暮としてぜひご利用ください。

「お歳暮」の「のし付き」でお届けいたします。

※「のし付き」は、11月29日(月)~12月17日(金)のご注文受け付け分までとなります。期間外のご注文につきましては、「のし無し」での発送となりますのでご了承ください。

## IZUMIO ギフトセット



- 「IZUMIO」10パック
  - 「IZUMIO チラシ」1部
  - 「キャップオープナー」1個
- ※特製化粧箱入り  
※ナチュラループラススリーブ入り

価格 4,600円 (税込、送料込) / 1,000ポイント

限定販売

## OLEMIO ギフトセット



- 「OLEMIO」10パック
  - 「OLEMIO チラシ」1部
  - 「キャップオープナー」1個
- ※特製化粧箱入り  
※ナチュラループラススリーブ入り

価格 4,600円 (税込、送料込) / 1,000ポイント

期間 11月29日(月)~12月17日(金)

※期間内に限定数に達した場合は、受け付けを終了させていただきます。

### 〈注文方法／支払方法〉

#### ■ FAXまたは郵送

「IZUMIO・OLEMIOギフトセット申込書」に必要事項をご記入の上、FAXまたは郵送にてご注文ください。申込書ご希望の方にはFAXまたは郵送にてお届けいたしますので、コールセンター(0120-989-329)までお問い合わせください。

#### ■ サロン窓口

サロンに備え付けの「IZUMIO・OLEMIOギフトセット申込書」に必要事項をご記入の上、ご注文ください。

#### ■ 発送について

1件ごとに配送先個別指定を承ります。また、お届け時間帯がご指定いただけます。(※配達日はご指定いただけませんのでご了承ください。)

## 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。



ナチュラループラス  
こども基金

現在の基金残高

(2021年9月15日時点)

¥ 3,603,853

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

### 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 ヘアビュリアファイア」1本をプレゼントいたします。

パズル制作/ニコロ

## ヨコのカギ

- 豆腐や肉に豊富に含まれる栄養素
- パーティーはお茶会
- 住んでいるところ
- 登山鉄道的一种
- 登山のときに泊まったりする施設
- もふらず、勉強に励む
- 水を運んだりするのに使う容器
- 人はこの上に住んでいる

## タテのカギ

- ホームズとかポアロとか明智小五郎とか
- 警告として出される○○○○カード
- 英語の「力」。○○○スポット
- 大○○のブドウ 大○○の涙
- 朝顔の○○はツルになる
- バジリコとも呼ばれるハーブ
- 水分を含んで、しっとりとした感じ
- ビスケットより脂肪分多めの焼き菓子

1		7	10	12	
2	5			13	14
3			11		
		6	9		
4					

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

## 【今月のヒント】

体調は健康の--ですね

### 応募方法

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。



### 宛先

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

2021年12月31日(金)

\*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.238(8月号)の答え

A シ B エ C フ D コ

### 「ラクトエア」1袋

### Vol.238(8月号)ご当選者発表

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 碧水さん(福岡県)    | 山口 八重子さん(佐賀県) |
| 上手 瑞穂さん(京都府) | 久常 正義さん(大阪府)  |
| neneさん(兵庫県)  | つつちゃんさん(埼玉県)  |
| 鬼塚 里美さん(鳥根県) | 田中 久枝さん(大阪府)  |
| 田中 千秋さん(富山県) | あこさん(大阪府)     |

# 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、2021年6月・7月号に寄せられたお手紙を紹介します。

毎号楽しみにしています!コロナ禍でも健康と美容は貪欲にいきたいと思っています。ますます元気でパワフルな日常を過ごしたいです。

K・Kさん

(神奈川県)

本当にその通りですね!コロナ禍だからこそ、健康や美容に手をかけて、自分に磨きかけるチャンスかもしれませんね♪

W・Yさん

(兵庫県)

スポーツクラブでひと汗かいた後のスッピン状態で「きれいな肌ですね!」と何人かに褒められます。「AURAGE」のおかげだと思います。香りにも癒やされています。

「スッピンでもきれい」は、誰もが憧れる褒め言葉!運動などの日頃の生活習慣に加え「AURAGE」でしっかりお手入れされている成果ですね。

# ナチュラループラス製品一覧

## 製品タイプA



製品番号 01

★スーパー・ルテイン  
ミルトプラス  
55.2g(460mg×120粒)



製品番号 09

OLEMIO  
200mL×  
30パック



製品番号 65

IZUMIO  
48パックセット  
200mL×48パック



製品番号 35

AND  
清涼飲料水  
[50mL×10本]

## 製品タイプB



製品番号 02

★スーパー・ルテイン  
54g  
(540mg×100粒)



製品番号 03

IZUMIO  
200mL×  
30パック



製品番号 04

スーパー・ユウグレナ  
パラミロンARX  
51.6g  
(430mg×120粒)



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



製品番号 07

ピュリフィカ  
BB  
600mL  
(20mL×30袋)/箱



製品番号 21

LIFTANT  
美容液 [30mL]



製品番号 32

オラージュ  
リッチフォーミュラ  
化粧水・美容液 [60mL]



製品番号 33

オラージュ  
グレイシャス  
クリーム  
クリーム [30g]

## 製品タイプC



製品番号 31

オラージュ  
クレンジングプラス  
メイク落とし・洗顔料  
[200mL]



製品番号 34

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]



製品番号 51

バスミオ  
浴用化粧料  
[25g×10包/箱]

## 製品タイプD



製品番号 11

ラクトエア  
30g(1g×30粒)/袋



製品番号 41

ルーテ  
ヘアピュリファイア  
シャンプー [180mL]



製品番号 42

ルーテ  
ヘアマスク  
トリートメント [160g]



製品番号 43

ルーテ  
ボディソープ  
ボディソープ [200mL]



製品番号 44

ルーテ ボディバー  
化粧石けん(粹練り)  
[標準重量90g]

★ …今月の特集製品

製品タイプ	ポイント	HCA・HCB		HCC 全製品代金引換手数料※1350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

## スーパー・ルテイン ミルトプラス、スーパー・ルテインについて

「スーパー・ルテイン」は、カロテノイド研究の第一人者、フレデリック・カチック博士推奨レシピを採用し、現代人のカロテノイド不足を効率的に補い、さまざまな側面から健康をサポートするマルチカロテノイドサプリメントです。「スーパー・ルテイン ミルトプラス」は、「スーパー・ルテイン」のレシピはそのままに、さらに国際特許成分「ミルトジェノール®」を組み合わせたナチュラループラスのフラッグシップです。



- 「スーパー・ルテイン ミルトプラス」「スーパー・ルテイン」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。
- 「スーパー・ルテイン ミルトプラス」「スーパー・ルテイン」は「栄養機能食品(ビタミンE)」です。ビタミンEは、抗酸化作用により、体内の脂質を酸化から守り、細胞の健康維持を助ける栄養素です。摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進したりするものではありません。1日の摂取目安量を守ってください。

\* PCT国際特許出願制度により、特許協力条約に加盟している国に出願し、複数の国で認められた特許

## 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

(2021年9月1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 ⑦ 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 ⑧ 共済(総合保障共済、医療保障共済、交通事故相互共済) ⑨ 電気通信サービス
- ※⑥～⑨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、ユニヴァ共済共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UNIVA CAPITALグループのビジネス活動(スポンサー活動など)とHCCなどの紹介活動が行える会員(以下 HCA) 会員登録料5,000円。追加ボジションの場合は会員登録料3,000円(1ボジション1回のみ)
- ② HCCなどの紹介のみが行える会員(以下 HCB) 会員登録料1,000円+12,500円以上のナチュラループラス製品代金
- ③ HCBからHCAへの会員種別変更 会員種別変更料5,000円
- ※ ナチュラループラス製品は、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。
- ※ ことも基金の製品には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。
- ※ 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：HCA、HCBが紹介できます。加入の条件はありません。
- ユニマルシェ：HCA、HCB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、食料品の無店舗小売を行っている法人、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：HCA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2021年9月1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法等など、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)が販売する商品や役務・サービスの購入実績により計算支払われます。(ポーンナス、キャッシュバック共通)
- 【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。(ポーンナス、キャッシュバック共通)
- 【条件2】あなたがポイントの発生するナチュラループラスの製品、UNIVA CAPITALグループが提供するサービスおよび商品を10,000ポイント以上購入して受け取り、有効期間が発生していること。(ポーンナス、キャッシュバック共通)
- 【条件3】あなたがHCBであること(キャッシュバック)
- 【条件4】あなたがHCAであること。(ポーンナス、キャッシュバック共通)
- 【条件5】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。(ポーンナス、キャッシュバック共通)
- 【条件6】各種ポーンナスの取得条件や規定のポイントを満たしていること。(ポーンナス/HCAのみ)
- 【条件7】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」等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。(ポーンナス、キャッシュバック共通)
- ※上記条件の「あなた」とは、ポーンナス、キャッシュバック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7】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。

### ■ 製品・商品名

スーパー・ルテイン ミルトプラス、スーパー・ルテイン、オレミオ、イズミオ、スーパー・ユクレナ パラミロンARK、AND、ビュリアカFIRE、ビュリアカBB、ラクトエア、ビュティックア製品、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

各種お問い合わせ・手続き



ナチュラルプラス会員の方 (HCA・HCB)

コールセンター	<b>0120-989-329</b> (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	<b>0120-934-258</b> (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	<b>0120-919-895</b> (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	<b>0120-936-329</b> (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	<b>03-6679-2494</b>
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	<b>www.naturally-plus.com</b>

ユニマルシェ ユニヴァ共済	<b>0800-888-8877</b> (平日10時～17時、土・日・祝日休み) [音声ガイダンスメニュー] 2.ユニマルシェ 3.ユニヴァ共済
	<b>FAX 03-6230-2446</b>
ユニヴァモバイル	<b>0800-888-8511</b> (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	<b>03-3505-6632</b> (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	<b>0800-222-1114</b> (平日9時～18時、土・日・祝日休み)
ショッピングサイト	<b>hcc.univashop.com</b> 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	<b>03-6679-2494</b>
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。  
お客さまご事情に起因する返品・交換の送料は、お客さまの負担となります。

■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、お客さまの負担となります。  
※製品や購入金額問わず1梱包ごとにかかります。