# Frais

Vol.296

2026
11-12月

OUR FRIENDS UKRAINE



特集 めざすのは元気ときれいの二刀流




巻頭 こころとからだをととのえる 深呼吸

Business Growing Together 2027 in ダナン 開催決定!

# こころとからだをととのえる 深呼吸

慌てているときや緊張しているときに、「深呼吸して」と言われた経験はありませんか？人は緊張すると無意識に呼吸が速く浅くなり、脳がさらなる危険信号を受け取る悪循環に陥ります。そんなときに意識的に深い呼吸をすることで「今は安全でリラックスしている」と脳を錯覚させ、心身の落ち着きを取り戻すことができるのだそう。だから落ち着くために深呼吸するのは、理にかなっているのです。

デジタル時代に生きる現代人は、常に緊張状態が続いているので、自ら意識して「深呼吸」を取り入れましょう。



## からだが整う「身」呼吸

浅い呼吸は息苦しさだけでなく、自律神経の乱れや筋肉の凝り、衰えにもつながるといわれています。逆に深い呼吸をすることで酸素がからだの隅々に行き渡るとともに、横隔膜が動くことで腹部の内臓が刺激され、活発に働くようになります。

## 取り戻そう！人間本来の「真」呼吸

生まれたばかりの赤ちゃんはミルクを飲みながら息ができるように基本的に鼻呼吸しかできませんが、年齢を重ねるうちに、だんだんと口呼吸が多くなります。口呼吸は口を開けているだけで空気が入ってくるため、「吸う」ことが過多になる要因の一つです。

## こころが整う「心」呼吸

浅い呼吸はメンタルを不安定にさせてしまうこともあります。一方、ゆっくりとした腹式呼吸は心の安定を保ったり、入眠を促したり、眠りの質を高めたりするとされています。



息を吸うと **交感神経が優位** になり、
吐くと **副交感神経が優位** になります。

# だから深呼吸で大事なのは、深く吸って、ゆっくり吐く。

## 今、話題の「4・4・8呼吸法」とは？

息を「吸って・止めて・吐く」を「吐く」が長くなるような比率に整えることで、副交感神経を優位にする呼吸法。「4・4・8」の他に、「4・7・8」「4・4・4」などと定めた呼吸法もあります。大切なのは「ゆっくり吐く」ことなので、数字（秒数）はあくまでもそのための目安としてください。

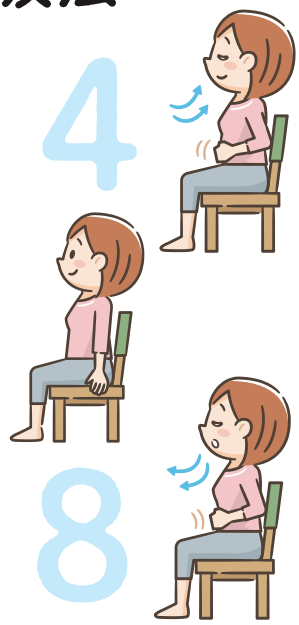
## How To 4・4・8呼吸法

**準備**
楽な姿勢で椅子に座り、**鼻から息を吐き切ります。**

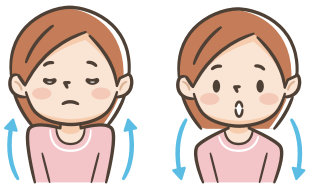
**吸う（4秒）**
おなかを膨らませる腹式呼吸を意識しながら、**4秒かけて鼻からゆっくり息を吸い込みます。**

**止める（4秒）**
**4秒間**息を止めます。

**吐く（8秒）**
おなかをへこませながら、**8秒かけて鼻（または口）から細く長く息を吐き切ります。**




**就寝前やリラックスしたい休憩時間に、何回か繰り返し行うと効果的です。**



## “ため息”“あくび”“ハミング”も深呼吸の一種!?

心配事や悩みを抱えているときに「ふーっ」とため息をつきたくなるのは、緊張して硬くなったからだをほぐすための防御反応の一つ。また、あくびはからだや脳にたくさんの酸素を取り込むのに有効です。ハミング（鼻歌）もリラックスしながらの鼻呼吸となるので、深呼吸と同じような効果が得られるといわれています。TPOを踏まえつつ行ってみましょう。

# めざすのは 元気ときれいの二刀流




「元気でいること」と「きれいでいること」は、別の目標ではありません。
その両方が支え合い、高め合っているからこそ、元気ときれいの二刀流を目指すのは、これからの当たり前。だから「AND」は、元気ときれいの両方にアプローチ。毎日の健やかな美しさをこの一本でかなえます。
今回は、「AND」を上手に味方につけて、やりたいこと、なりたい自分のあれもこれも、肩肘張らずに、さらりと自分流に実践している方々に、両立のコツを伺いました。





滋賀県
**金森 陽子**さん

## 全方位から美しく健康になれるドリンクで なりたい自分になる！

### 無理せずにかなえたい 元気でいることと、きれいでいること。

ダイエットサロンの経営という仕事柄、スタイルやルックスには気をつけていますが、好きな食べ物を楽しみたいので無理な制限はしていません。強いて言えば、しっかり寝ることくらいでしょうか。毎日のセルフケアを支えているのは、やっぱり「AND」かな。

### 元気になりたいときは朝に。 きれいになりたいときは夜に。

朝は、エネルギーがチャージされて力がみなぎるような気持ちになれます。「AC−11」が配合されているのも、頼もしいです。
夜はベリー類のことを思い浮かべながら飲むと、自分がきれいになっていく気分になれます。眠っている間に成分が頑張ってくれていると思うとうれしくて、翌朝、鏡を見るのが楽しみ！ 飲むとからだが喜んで笑顔が満ち満ちてきます。



人生を楽しむことにちょっぴり欲張り。だけど肩の力を抜いていつも自然体の金森さん。



福岡県
**大見 由樹**さん

## 何事も「やってみたい！」と挑戦するには、毎日のコンディションを整えることが大事。

### 二刀流ビジネスで目指すは海外展開。

会社経営とナチュラリープラスビジネスで主に中国での活動を頑張っています。
私は「まずやってみる！」と挑戦することを大切にしています。そのためにも日々、コンディションを整えることを意識していて、1日の終わりに1本飲むことを毎日の基本にしています。

### 飲めばやる気にスイッチが入り、飲み続けることで自信が生まれる。

もともと人前で話したり、初対面で誰かと接する場面は苦手なタイプでしたが、「AND」を飲み始めてからは前向きな気持ちになり、自然と自信をもって行動できるようになったと感じています。今でも、大事な商談やセミナーの前には、プラスもう１本の「AND」で、「よし、やってやる！」と気持ちをスイッチオン！「AND」を味方に、常に笑顔で人と向き合うよう心掛けています。



「継続」と「集中」。「AND」を毎日の生活リズムに上手に組み込んで挑戦を続ける大見さん。



滋賀県
**江口 玲奈**さん

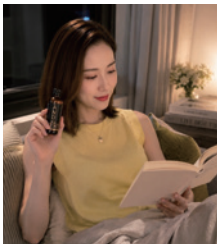
## やりたいと思った気持ちをそのままにしないこと。必要なことを書き出して一つずつ着実に行動！

### 言葉の力で自らを奮い立たせることは、20年続けている読書から学んだこと。

言葉を使って仕事をしている私にとっては、人の言葉の意味を読み取る力と、自分の言葉を発する力はどちらも重要です。私は読書からそれを学んでいます。もう一つ頑張って続けているナチュラリープラスビジネスでも、今、すべきことを文字にして書き出し、それを一つずつ着実に実行していくようにしています。

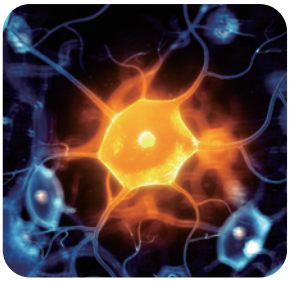
### 1日の終わりにアラームをかけて飲むAND。

私にとって、着実に実行すべきことの一つが「AND」を飲むことです。32歳から飲み始めたのも、10年後もイキイキした毎日を過ごしたいと思ったから。飲むたびに前向きな気分になれるのを感じています。成分が凝縮されてとろみのある飲み心地も好きで、時間のある日は炭酸で割って楽しんでいます。ラグジュアリーなドリンクで心まで高貴になった気分です。



趣味も仕事も計画的に。将来を見据えて「AND」を自分への堅実な投資と考えている江口さん。

# 1 欲張りな願いをかなえるための成分を潤沢に配合しているから。



## エネルギッシュな活動をサポートする ビタミンB群の一種「ナイアシン※1」

皮膚や粘膜を健やかに保つと同時に、酵素の働きを助ける“補酵素”として、毎日の健康をサポート。



## 速やかに元気をもたらす 良質なたんぱく質「大豆ペプチド」

大豆は、体内では合成できない必須アミノ酸がバランスよく含まれている「アミノ酸スコア※2100」の良質なたんぱく質です。

## 組み合わせを考えた 5種のベリーや希少な成分も配合

エネルギッシュな活動をサポートするAC−11の原材料「キャッツクロー」。アマゾンの先住民に古くから利用されてきた逞しい力が詰まっています。




ラズベリー


マキベリー


シーベリー


ブラックカラント


リンゴンベリー

**美を支えるのは、数千年前から生き抜いてきた 生命力の強いベリーの仲間たち。**

# ANDが元気ときれいのお守りドリンクになれる訳




※1 栄養機能食品（ナイアシン）。ナイアシンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
※2 食品に含まれる必須アミノ酸のバランスを数値化したもの。上限を100とし、数値が高いほどアミノ酸がバランスよく含まれ、栄養価が優れている食品と考えられています。

## 2 吸収されやすく、毎日、手軽に継続できるから。

### 体内に貯蔵できない ビタミンB群を摂取

アクティブな活動をサポートするビタミンB群は全部で8種類あり、「AND」にはそのうち$B_2$、$B_6$、ナイアシン、葉酸と4種類も配合しています。これらは水溶性ビタミンと呼ばれ、体内にほとんど貯蔵されないため継続的な摂取が欠かせません。「AND」なら手軽に摂取できます。

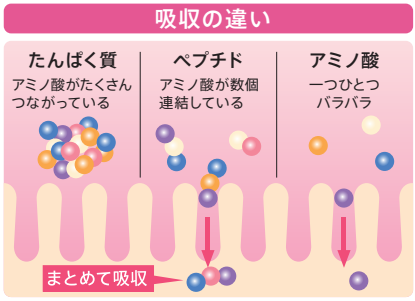



「AND」には18歳以上の成人の推奨※摂取量の約3倍の40.26mgのナイアシン配合。

※日本人の食事摂取基準(2020年版)の推定平均必要量(mgNE/日)

### 食事から取るより アミノ酸を素早く吸収

大豆ペプチドは、ペプチドという吸収されやすい形にすでに分解、低分子化されているので、効率よく取れるのが特長。頑張りたいときに速やかに元気をチャージします。




## 3 1箱1カ月分を 自分のリズムに合わせて取り入れられるから。

### いつもは中2日のローテーション。ここぞというときは集中的に。

まずは10日続けて飲んで元気と活力をチャージ。後はキープするために定期的に飲んでいただくことをお勧めします。習慣化することで、元気もきれいもサポートして若々しい印象の輝く毎日へ!

**SCENE 1**
とっておきの日に備えて“10日間集中”

**SCENE 2**
2〜3日に一本を目安に“定期的に”

**SCENE 3**
元気がほしいときの“栄養補給として一本”




AND
清涼飲料水
1箱(1本50mL×10本)
ナチュラリープラス会員価格
￥19,500(税込)

30年の信頼と実績を未来へ。

# FloraGLO® ルテインの歩み

30 YEARS
FloraGLO®
30 YEARS OF LUTEIN PROGRESS



「スーパー・ルテイン」ブランドの確かな品質を支えるのは、ルテインとゼアキサンチンを豊富に含む厳選されたアフリカンマリーゴールドから、ケミン社が独自の製法で抽出・精製・結晶化した「FloraGLO® ルテイン」です。
今年、誕生から30周年を迎えた「FloraGLO® ルテイン」の特長と歩みを振り返るとともに、ケミン・ジャパン社・橋本社長から未来への展望とメッセージをいただきました。



原料であるアフリカンマリーゴールドはインドの契約農家で化学農薬を使用せず、徹底した管理のもと栽培。

## 世界のルテイン市場で60%のシェアを誇る最も研究されたブランド

### 純度が高く吸収されやすいフリー体ルテイン

独自製法によって純度の高いフリー体のルテインに加工。
そのまま体内へ吸収されるのが特長です。

### ヒト臨床試験は130件以上

蓄積されたエビデンスによって安全性と有用性が確立された、
世界中で最も研究されたルテインブランドです。

### 全てのライフステージで培った安全性と実績

胎児期・新生児期・乳幼児期・学童期・青年期・成人期・高齢期の全てのライフステージで安心して召し上がっていただける、実績あるブランドです。

## FloraGLO® ルテインの歩み

**1980年代** ルテインが主要なカロテノイドとして世界から注目される

**1996年** 「FloraGLO® ルテイン」誕生

**1999年** 「スーパー・ルテイン」発売

**2001年** 米国にてルテイン製品で初めてGRAS（食品および飲料として用いる上で一般に安全と認められる）物質として認定

**2006年** 米国内で実施された大規模ヒト試験に採用され、ルテインの有用性が全米に広まるきっかけに

**2012年** 「スーパー・ルテイン ミルトプラス」発売

**2023~2024年** 10代を対象とした大規模研究を実施

**2026年** 「FloraGLO® ルテイン」誕生30周年

「FloraGLO® ルテイン」は30年にわたって世界中で研究と実績が重ねられ、多くの人々の健康を支えてきました。かつては目に関わる成分として知られていましたが、近年ではライフステージを問わず重要な栄養素として注目を集めています。人生100年時代を迎え、私たちはこれからも科学的エビデンスを基盤に研究を深め、全世代のウェルビーイングに貢献するルテインブランドとして進化を続けてまいります。

ナチュラリープラスの皆さまには、長年にわたり「FloraGLO® ルテイン」をご支持いただいていることに心より感謝申し上げます。30周年は一つの節目ですが、これは新たなスタートでもあります。これからも皆さまと共に、健やかな未来を見つめ、毎日の健康づくりに寄り添うパートナーであり続けたいと願っています。



ケミン・ジャパン株式会社
代表取締役 橋本正史 氏

**これからも「FloraGLO® ルテイン」そして「スーパー・ルテイン」ブランドは**
**皆さまの健康な毎日に寄り添い続けます**

“年内に一度会いましょう！”の声が聞こえる季節

# 毎日のラクトエア習慣でステキに “Face to Face”



人と会うことが増える季節。せっかくなら万全のコンディションで臨んで、とびきり楽しい時間を過ごしたいもの。でも、人と顔を合わせるときのケアや、冬ならではの健康維持のために、特別なことを「しなければ！」と思っても忙しさにかまけて、ついおざなりにしがちです。
そこでこの時季の強い味方が、なめるだけの手軽さで“ケア”も“守り”も心掛けられる「ラクトエア」です。

## 強い味方になれる理由は、エビデンスが豊富なオーラバリア®を配合しているから。

<オーラバリア®>は、「ラクトフェリン」と「ラクトパーオキシダーゼ」という2つの成分を、人の唾液中の比率に近づけて組み合わせたもの。森永乳業が長年にわたって研究を重ね、特許を取得したエビデンスが豊富な成分です。




### 特許※成分<オーラバリア®> ※特許第4203120号




**LF ラクトフェリン**
乳や唾液などに含まれている健康維持をサポートする酵素の一つ。

**LPO ラクトパーオキシダーゼ**
唾液や涙の他、出産後の限られた期間に分泌される初乳に最も多く含まれるたんぱく質の一つ。

＋

### さらにピクノジェノール®が価値をプラス！


ピクノジェノール®

寒暖の差が激しく紫外線の強い環境で生育する松の樹皮から抽出したエキス。プロシアニジンやカテキンなどのフラボノイドを40種類以上含有している注目の成分。

食べやすい タブレット タイプ



1日2～3粒が目安！




LactoAir〈ラクトエア〉
1袋(1g×30粒)
ナチュラリープラス会員価格
¥3,250(税込)

## おいしいオレンジ風味だから家族みんなで。携帯に便利だから外出先でも！

ご愛用者からは「母・娘・3歳の孫娘と3世代で食べています」「長時間のセミナーや事業説明会時の必需品！前向きに会話を楽しめます」といったエピソードも！



# Growing Together 2027 in ダナン
# 開催決定！




今期も「Growing Together」を開催します！今回のインセンティブツアーの行き先は、美しいビーチと歴史的魅力にあふれるベトナム・ダナン。対象期間中にツアーポイントを獲得し、多くのNAKAMAと最高の旅を共有しましょう！

## Growing Together 2027 概要

- 対象期間：2026年9月1日（火）～ 2027年2月28日（日）
- 達成条件：期間内に1,800ツアーポイントを達成
  ※うち600ポイントは「新規登録獲得ポイント」で達成
- 参加条件：ナチュラリープラス会員かつ NP FAN CLUB およびNP FAN'S TV（年間）加入
- 参加方法：専用フォームからのエントリー



Growing Together 2026の様子

## ツアーポイントの獲得方法

**①スピリット達成：300ポイント**（初スピリットの場合はさらに300ポイントを加算）

**②初IBO達成：150ポイント**

**③新規登録獲得**（BC001）

購入製品（20,000P / 15,000P / 10,000P）および購入期間（12M / 6M / 1M / リピート）に応じて10～360ポイントを付与。
1M登録からリピート購入した場合や途中でお得定期便に変更した場合もポイント加算対象。

**④リレーションポイント**

直紹介者からのリレーション内でBC001の直紹介が出るごとに30ポイント加算。

**⑤IZUMIO AIRの購入：360ポイント**

※ ①と②の合計の上限が900ポイント、④の上限が300ポイント。

詳細は、CONPUSまたはNDSよりご確認ください



### Growing Together 2026 in バリ達成
### 新居直樹さん（大阪府）の感想

当初はあまり気乗りしませんでしたが、いろいろな面で仲間に助けてもらったおかげで、締切日ギリギリで達成。最高の体験と確信を得たツアーでした！ツアー先のバリでは、海外リゾートの解放感から、トップリーダーの方とも気軽にお話しでき、多くのノウハウや刺激を得られました。次は、もっと多くのグループメンバーと一緒に参加し、この感動を共有したいです！

いかり ゆみこの

# vol.60 管理栄養士コラム



## 冬は根菜パワーでからだを整えよう！

日ごとに秋が深まり冷え込みが気になる季節。旬を迎えるごぼうや大根などの根菜類には、本格的な冬の寒さから身を守るパワーが詰まっています。
今号は、冬の根菜の魅力と栄養を逃さずおいしくいただくコツをご紹介します。



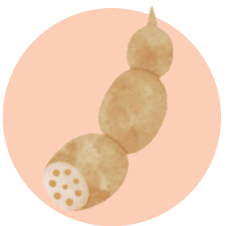
### ごぼう 食物繊維・ポリフェノール類

ごぼうの食物繊維量は野菜の中でもトップクラスで、水溶性・不溶性いずれの食物繊維もバランスよく豊富に含んでいます。苦みや渋みのもとになるアクの正体はクロロゲン酸などのポリフェノール類です。ポリフェノール類は高い抗酸化作用で知られていますが、水溶性のため水にさらしすぎないよう、アク抜きは短時間にとどめましょう。また、ごぼうの香りやうまみは皮に多く含まれているため、調理の際は皮を厚くむかず、包丁の背で軽くこそげ落とす程度にするのがお勧めです。

### 大根・かぶ 消化酵素・カルシウム

大根やかぶには、プロテアーゼやアミラーゼなどの消化酵素が豊富に含まれています。大根おろしに肉を漬けると柔らかくなるのは、このプロテアーゼの働きによるものです。胃もたれや胸やけを和らげる働きもあります。さらに大根やかぶは、葉にも栄養が詰まっています。どちらの葉も「緑黄色野菜」に分類され、大根の葉に限っては、ほうれんそうの約5倍ものカルシウムを含んでいます。植物性食品のカルシウムは、そのままでは吸収率が低いですが、ビタミンCやたんぱく質と一緒に取ることで吸収率がアップします。大根やかぶは葉を捨てずに一緒に使い、肉や魚などのたんぱく質と組み合わせるのがお勧めです。





### れんこん ビタミンC・カリウム

一般的にビタミンCは熱に弱い性質をもっていますが、れんこんに含まれるビタミンCはでんぷんに守られているため、加熱しても壊れにくいのが特徴です。また、ミネラルもバランスよく含んでいます。特に、体内の余分なナトリウムを排出する働きのあるカリウムが豊富です。ビタミンCもカリウムも水溶性のため、スープやポトフ、煮物など汁ごと食べられる料理にすると栄養を余すことなく摂取できます。

**冬の時季にこそ温かい根菜料理を囲んで、
心もからだもぽかぽかと温まる時間を過ごしましょう。**

# Information

## 暮れのごあいさつに～お世話になった方へ「ギフトセット」はいかがですか

11月25日(水)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！**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。詳細はNDS「会員の方へのお知らせ」をご確認ください。

**「お歳暮」の「のし付き」は、11月25日(水)～12月20日(日)のご注文受け付け分までとなります。**
**期間外のご注文分につきましては、「のし無し」での発送となりますのでご了承ください。**




「IZUMIO」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
※ナチュラリープラススリーブ入り

価格：5,000円(税込、送料込)
／1,000ポイント




「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
※ナチュラリープラススリーブ入り

価格：5,000円(税込、送料込)
／1,000ポイント

**WEBからも注文できます！**

**11月25日(水)から受付開始！**

# よくあるお問い合わせ

## Q 栄養機能食品とは、何ですか？

A 1日に必要な栄養成分(ビタミン、ミネラルなど)が不足しがちな場合、その補給のために利用できる食品です。栄養成分が一定の基準値を満たしていれば、国による個別の審査を受ける必要はなく、決められた栄養成分の機能が表示できます。
「スーパー・ルテイン ミルトプラス」はビタミンE※1、「AND」はナイアシン※2の栄養機能食品です。

※1　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。
※2　栄養機能食品(ナイアシン)：ナイアシンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。

製品の召し上がり方や成分などのご相談は……　フリー 0120-936-329　平日10時～17時(土・日・祝日休み)

# 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。

抽選で10名さまにプレゼント




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「AND」2本をプレゼントいたします。

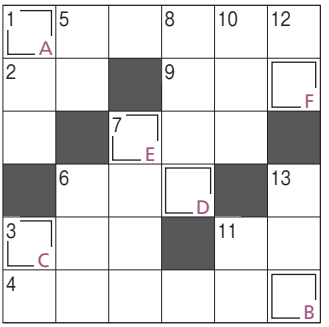
パズル制作／ニコリ

## ヨコのカギ

1.日なたぼっこもこれの一種かな
2.米国で使われている貨幣単位
3.ペリーが来航した地
4.これで性格や心の状態を判定できるとか
6.働き者のイメージがある昆虫に、羽が生えています
7.○○○読みは、前が訓読みで後が音読み
9.相手を恋い慕うこと。長屋の住人が町娘に○○○している
11.アルファベットでAの次

## タテのカギ

1.起きたけどもう一回おやすみなさい
3.胃が4つある動物といえば
5.掃きだめに○○
6.変化や起伏。○○○万丈
7.お風呂から出た後。このときスキンケアする人も多い
8.自宅でのこれが難しい場合、郵便局留めにすることも
10.この後こうなるはず、と考えること
11.小さいねじのこと
12.打者のバットが○○を切った
13.マニキュアの仕上げにトップ○○○を塗った




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

## 【今月のヒント】

2つの強みを使い分け、どちらでも結果を出すこと。

**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
株式会社ナチュラリープラス Frais〈フレ〉「おたより」係
Eメール：frais@naturally-plus.co.jp

**応募締切** 2027年1月31日（日）　＊郵便：当日消印有効　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リ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.293（5-6月号の答え）

| A | B | C | D |
|---|---|---|---|
| リ | バ | ー | ス |

「ルーテ ボディバー」1個
Vol.293（5-6月号）ご当選者発表

yyさん（埼玉県）
いっちゃんさん（広島県）
にしさん（大阪府）
芝ドキさん（滋賀県）
太田 千嘉子さん（京都府）
あいこさん（愛媛県）
fumiさん（島根県）
みんとさん（岡山県）
せいちゃんさん（北海道）
ともさん（兵庫県）

# 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。

ナチュラリープラス こども基金

現在の基金残高（2026年9月15日 時点） ￥6,257,442

1口100円のこども基金を30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

2025年は約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

# ナチュラリープラス製品一覧

価格は全て（税込）です

| | 製品名 | ポイント | 会員価格 | ヘルスケア倶楽部 | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 定期お得価格 | その都度価格 |
| ヘルスケア製品 | スーパー・リバイブ  | 20,000 | ¥32,400 | ¥32,400 | ¥35,650 |
| | スーパー・ルテイン ミルトプラス  | 15,000 | ¥19,800 | ¥19,800 | ¥21,800 |
| | OLEMIO  | | ¥19,800 | ¥19,800 | ¥21,800 |
| | IZUMIO 48パックセット  | | ¥19,800 | ¥19,800 | ¥21,800 |
| | ★AND  | | ¥19,500 | ¥19,500 | ¥21,500 |
| | スーパー・ルテイン  | 10,000 | ¥13,750 | ¥13,750 | ¥15,150 |
| | IZUMIO  | | ¥13,750 | ¥13,750 | ¥15,150 |
| | スーパー・ユーグレナ パラミロンARX  | | ¥13,750 | ¥13,750 | ¥15,150 |
| | ピュリフィカFIRE  | | ¥13,500 | ¥13,500 | ¥14,850 |
| | ピュリフィカBB  | | ¥13,500 | ¥13,500 | ¥14,850 |
| | ★ラクトエア  | 2,500 | ¥3,250 | ¥3,250 | ¥3,600 |
| ビューティケア製品 | LIFTANT  | 10,000 | ¥13,250 | ¥13,250 | ¥14,550 |
| | オラージュ リッチフォーミュラ  | | ¥13,250 | ¥13,250 | ¥14,550 |
| | オラージュ グレイシャスクリーム  | | ¥13,250 | ¥13,250 | ¥14,550 |
| | オラージュ クレンジングプラス  | 5,000 | ¥6,650 | ¥6,650 | ¥7,300 |
| | オラージュ UVメイクアップベースクリーム  | | ¥6,650 | ¥6,650 | ¥7,300 |
| | バスミオ  | | ¥6,650 | ¥6,650 | ¥7,300 |
| | ルーテ ヘアピュリファイア  | 2,500 | ¥3,250 | ¥3,250 | ¥3,600 |
| | ルーテ ヘアマスク  | | ¥3,250 | ¥3,250 | ¥3,600 |
| | ルーテ ボディソープ  | | ¥3,250 | ¥3,250 | ¥3,600 |
| | ルーテ ボディバー  | | ¥3,250 | ¥3,250 | ¥3,600 |

★…今月の特集製品　※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

## ANDについて




- 「AND」は、病気の改善や予防を目的とした医薬品ではなく、“栄養機能食品（ナイアシン）※”です。本品の摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。

※栄養機能食品（ナイアシン）。ナイアシンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。

## 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、ナチュラリ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、右記の窓口までお気軽にお問い合わせください。

**製品に関するお問い合わせ**
フリー 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
フリー 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

（2026年10月5日現在）

**■ 製品・役務の種類**

［製品］保健機能食品（栄養機能食品・機能性表示食品）、清涼飲料水、健康補助食品、シャンプー・化粧品など、ナチュラリープラスグッズ（販促品および日常活用品）、雑貨、成犬・成猫用サプリメント、水素ガス生成器

［役務］電力供給サービス、共済（総合保障共済、医療保障共済、傷害保障共済、交通事故相互共済）、オンライン診療サービス

※上記役務は、特定商取引法上の業務提供誘引販売取引に該当します。電力供給サービスは株式会社ユニヴァ・ジャパンが提供、共済はユニヴァ共済協同組合が提供（株式会社ユニヴァ・ソーシャル・コマース経由）、オンライン診療サービスは株式会社メディカルオンラインが提供します。

**■ 特定負担に関する事項**

①ナチュラリープラスのビジネス活動（スポンサー活動など）と、ヘルスケア倶楽部、N selection取扱商品、ユニヴァ共済取扱商品、NPオンラインクリニックなどの紹介活動が行える会員

- 初回登録：5,000円 ＋ 13,000円以上（税込、送料込）のナチュラリープラス製品（以下「NP製品」）代金
- 追加ポジション登録：3,000円（1ポジションにつき1回のみ）＋13,000円以上（税込、送料込）のNP製品代金

＊こども基金対象製品（任意選択）には、上記に加えて100円が加算されます。

**■ 業務提供誘引販売取引の提供条件**

- ユニヴァ共済（任意加入）：初回のみ組合出資金500円のお支払いが必要です。

**■ 統括者の名称、住所および電話番号**

株式会社ナチュラリープラス
〒106-6035 東京都港区六本木1-6-1 泉ガーデンタワー35階
代表者　田嶋 隆志
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、ナチュラリ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製品や商品、サービスを10,000ポイント以上購入し、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リープラスにて審議し、不可能との結論になった場合、ナチュラリ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、ナチュラリ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、ナチュラリ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、停止された報酬の復益は、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・リバイブ、スーパー・ルテイン ミルトプラス、スーパー・ルテイン、OLEMIO、IZUMIO、IZUMIO AIR、スーパー・ユーグレナ パラミロンARX、AND、ピュリフィカ FIRE、ピュリフィカ BB、ラクトエア、LIFTANT、LUTE、AURAGE、ナチュラリープラスグッズ、N selection取扱商品、UNIVAでんき、ユニヴァ共済取扱商品、オンライン診療サービス

※特定負担、特定利益の詳細に関しては、最新の概要書面2026年10月5日版をご確認ください。
特定商取引法および関連法規の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。

## Cover Story
## This Issue

**ウクライナ**
**［ ボルシチ ］**

ルビー色のスープに広がるビーツのやさしい甘み。ユネスコ無形文化遺産にも登録された伝統の一皿は、牛肉とたっぷりの野菜を煮込み、サワークリームが溶け合うひとときに、温もりを運びます。



## 各種お問い合わせ・お手続き

### ナチュラリープラス会員の方

| | | |
|---|---|---|
| コールセンター | 0120-989-329 | (平日10時～18時、土・日・祝日休み)<br>最新情報、各種お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)<br>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)<br>解約、返品、クーリング・オフなどのお問い合わせ |
| 製品に関するお問い合わせ | 0120-936-329 | (平日10時～17時、土・日・祝日休み)<br>製品の召し上がり方や成分に関するお問い合わせ |
| メール | info@naturally-plus.co.jp | |
| 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、各種お手続きいただけます。 | |
| 公式ホームページ | www.naturally-plus.com | |

### その他の商品やサービスに関する窓口

| | | |
|---|---|---|
| N selection | 0120-989-068<br>info@n-selection.com | (平日10時～17時、土・日・祝日休み) |
| ユニヴァ共済 | 0800-888-8877 | (平日10時～17時、土・日・祝日休み)<br>[音声ガイダンスメニュー]3.ユニヴァ共済 |
| UNIVA でんき | 03-3505-6632 | (平日9時～18時、土・日・祝日休み) |

### ヘルスケア倶楽部の方

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.naturally-plus.com<br>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 | |

**■ 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**

クレジットカード払い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の送料は、弊社で負担させていただきます。
お客さまの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。
※製品や購入金額を問わず 1 梱包ごとにかかります。