

TRINITY

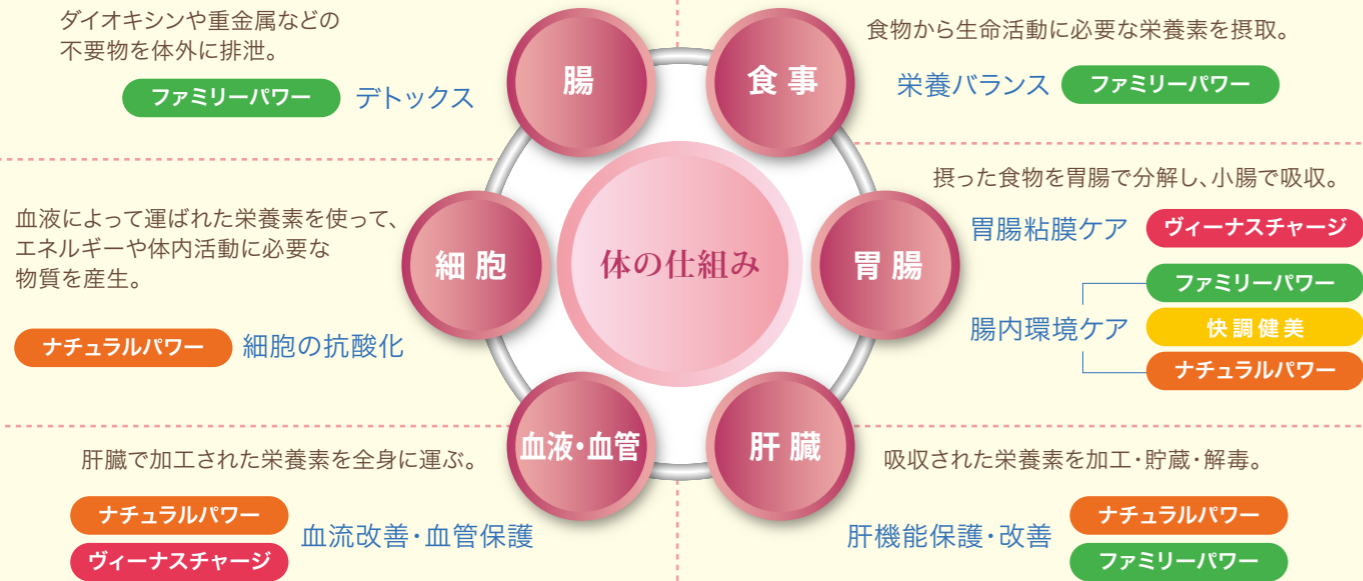
ジョセフィン化粧品HP <http://www.josephine.jp>



「キレイ」は
健康の先にある！
秋の本腰
アンチエイジング

今も未来も「キレイ」でいるために…
細胞からの
アンチエイジング

健康とは約60兆個といわれる細胞が元気で、体の機能がバランス良く働いている状態です。そして、細胞は私達が口からとり入れたものから作られ、毎日入れ替わっています。(新陳代謝) 栄養バランスと体の機能をサプリメントで総合的にケアすれば、元気な細胞が生まれ、秋もキラキラ輝く自分に近付けるはず。



細胞のエイジングケア。
実証に基づいた成分をしっかりと配合。
ナチュラルパワーのピクノジェノールはビタミンCの340倍、ビタミンEの170倍の抗酸化力で老化を予防。コラーゲンを保護し、お肌の弾力をUP。さらに、コラーゲン・ヒアルロン酸の産生を促進し、うるおったなめらか肌に。

ナチュラルパワー 180粒 10,000円(税込10,800円)

肝機能保護・改善	血流改善・血管保護	細胞の抗酸化
クルクミン・シリマリリン	ピクノジェノール・マカ	ピクノジェノール・CoQ10
腸内環境ケア	美肌	
クルクミン	ピクノジェノール・CoQ10・L-シスチン	

コラーゲンの吸収率と配合量にこだわった処方。
低分子化された吸収率の高い発酵コラーゲンペプチドを贅沢に20,000mg配合! お肌のハリや美しい髪を育みます。また、血管壁の材料となり、血管をしなやかに保ちます。

ヴィーナスチャージ 50mL×10本 6,000円(税込6,480円)

胃腸粘膜ケア	血流改善・血管保護
発酵コラーゲンペプチド	発酵コラーゲンペプチド
美肌・美髪	
発酵コラーゲンペプチド・プラセンタ・ヒアルロン酸・AGハーブMIX™	

理想的な栄養バランスで食生活を応援。
足りないものをすっきり排出。
生命活動に必要な46の栄養素はどれが欠けてもうまく機能できません。ファミリーパワーのスピルリナは必須アミノ酸をはじめ、ビタミン・ミネラルを合わせて50種類も含み、毎日の栄養バランスを総合的にサポート。豊富な食物繊維で腸をキレイに。

ファミリーパワー 500粒×2袋 7,100円(税込7,668円)

栄養バランス	腸内環境ケア
スピルリナ	スピルリナ(水溶性食物繊維)
肝機能保護・改善	デトックス
スピルリナ	スピルリナ(難溶性食物繊維)

美と健康は腸から。
腸内環境を改善し、体を整える。
3種の善玉菌(ビフィズス菌・ラクリス菌・フェカリス菌)を生きたまま腸まで届けます。オリゴ糖が善玉菌のエサとなり、善玉菌が増えやすい腸内環境に。

快調健美 1g×60包 5,500円(税込5,940円)

腸内環境ケア
ビフィズス菌・ラクリス菌・フェカリス菌・オリゴ糖

※ローマカミツレ、ドクダミ、セイヨウサンザシ、ブドウ葉の混合ハーブエキスで、コラーゲンの糖化を防ぐ効果があります。

不調の原因

- ◇夏の紫外線ダメージ
- ◇夏バテによる食欲不振(栄養不足/代謝不良)
- ◇冷たいものとり過ぎ(胃腸が冷えて消化吸収が低下)
- ◇アルコールの飲み過ぎや油っぽい食事(肝臓への負担)
- ◇気候の急激な変化(血流低下/自律神経への悪影響)

密度のある透き通ったお肌、つややかでハリ・コシのある髪、エネルギー溢れる元気な体。そんな若さを作るのは内側の健やかさ。体の中から根本的にケアすることで、若々しい真の美を手にすることができるようになります。

「キレイ」は健康の先にある!
秋の本腰
アンチエイジング



Body

夏はエアコンや水分の取りすぎで体が冷え、内臓の働きが低下しがち。冷たいビールなどを飲むことも多かったのでは? その分肝臓にも負担をかけています。内臓の働きが悪くなると、細胞への栄養素の供給が滞り、うまくエネルギーを作り出せません。すると、涼しくなった頃に何だかだるい、疲れがとれないなどの症状となって表れてきます。

Hair

夏の紫外線ダメージを受けたのは、お肌だけではなくありません。紫外線は髪の毛のキューティクルを傷め、パサつきや枝毛、切れ毛、うねりを引き起こします。また、紫外線を頭皮に浴びると、細胞がダメージを受け、抜け毛やボリューム不足の原因にも。トラブルが表面化してくる秋には何だか老けた印象なんてことも。

Skin

過酷な夏を過ごしたお肌は、思った以上にダメージを受けています。紫外線、エアコンによる乾燥、栄養バランスの悪さから、秋になると目元・口元のシワが目立ったり、フェイスラインが曖昧になったり印象まで変わってしまうことも…。さらに、冬にかけて気温・湿度が急降下し、お肌はどんどん乾燥傾向に。

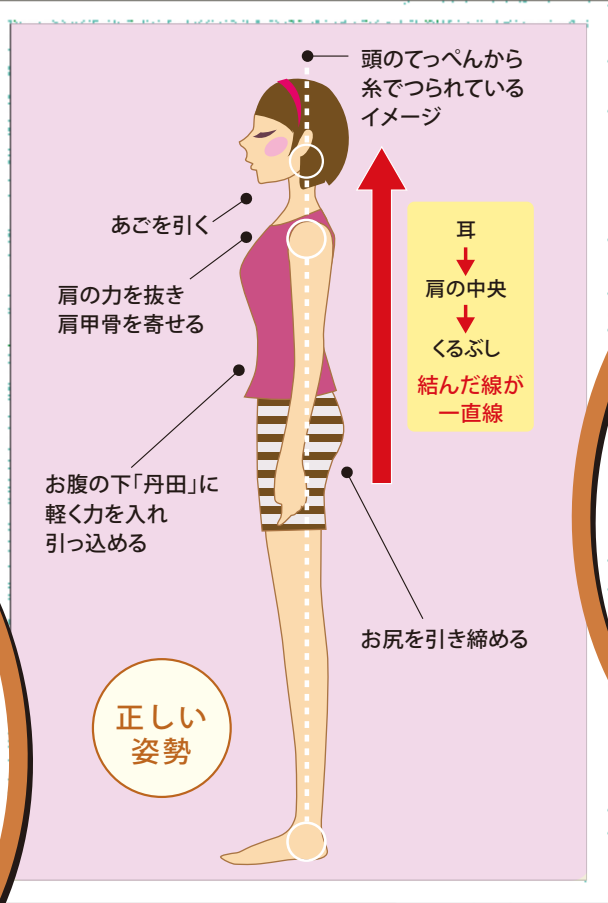
姿勢を正して ^{マイナス}5歳! 姿勢が見た目年齢を 決める!?

同い年の人でも、姿勢が悪いと老けて見えませんか?
人は加齢により筋肉が衰え、正しい姿勢をとりづらくなってきます。
だから、姿勢が悪い=老人というイメージが
無意識の内にそう感じさせているのでしょう。
人の頭は約5kg。正しい姿勢であれば負担はかかりませんが、
猫背などで頭の位置が前になると、
それを支える首や肩に負荷がかかり、コリを感じたり
体のゆがみも引き起こします。すると、血行が悪くなり
むくみや肌荒れ、たるみ、シワにも。
正しい姿勢を少し意識付けるだけで、
外面と内面、両方のアンチエイジングになるので、
ぜひ実践してみましょう!

前かがみ



反らしすぎ



■正しい姿勢がもたらすアンチエイジング効果

たるみのないなめらか肌に

正しい姿勢で血液やリンパのめぐりが良くなると、
老廃物が流れてたるみ改善。フェイスラインもキュッと引き締まります。お肌のターンオーバーを促進し、
ハリのあるつや肌に。

運動しなくても引き締まったボディラインに

よい姿勢を続けると血行が良くなり、内臓の働きが活発に。すると、基礎代謝が上がって燃えやすい体へと変化。また、正しい姿勢を保つことによって全身の筋肉がバランスよく使われ、ボディラインが整います。

気持ちまでもポジティブに

人は落ち込んだりすると、自然と背筋を丸くします。意識的に正しい姿勢にすると、頭の位置が上がり背筋も伸びるので、メンタルも前向きに。肩や首のコリも軽減され、気分すっきり、いつも気持ちよく過ごせます。



美肌レシピ

さつまいもと鶏肉のマヨ醤油炒め

〈材料〉

- さつまいも 中1本
- 鶏もも肉 300g
- 椎茸 3本
- だしの素 大さじ1
- 片栗粉 大さじ2
- 大葉 お好みで
- 醤油 大さじ2
- 砂糖 大さじ1
- オリーブオイル 大さじ1
- 水 大さじ1

さつまいもの効果といえば、「便秘に良いぐら
い?」と思われがちですが、意外にもその効果
は多岐にわたります。まず、さつまいもには
ビタミンB群が豊富。糖質や脂質を燃焼させ
て、効率よくエネルギーを作り出し、疲労回復
やダイエットに効果的。また、ビタミンB2は皮
膚や粘膜を健康に保つ働きがあります。さらに
抗酸化作用のあるビタミンCもたっぷり。シミ
やシワを防ぎ、コラーゲンの生成も応援。そし
て、さつまいもにしかない成分「ヤラピン」が
腸の働きを活発にして便秘を改善。今回はご
飯に合うマヨ醤油味の炒め物をご紹介します。

〈つくり方〉

- 1 椎茸は四つ切にする。さつまいもは皮ごと
乱切りにして水にさらし、水気を切って柔
らかくなるまで電子レンジで加熱する。
- 2 鶏もも肉は一口大に切り、だしの素を揉み
込んで片栗粉をまぶしておく。
- 3 ○の調味料を合わせておく。
- 4 フライパンを熱し、油をひいて
2の鶏肉を炒める。
- 5 鶏肉に火が通ったら、1の椎茸とさつまい
もを加え、軽く炒める。
- 6 5に3の調味料を入れ、蓋をして5分程
度炒めにする。
- 7 最後に軽く混ぜてお皿に盛り、刻んだ大葉
をのせる。

「美肌レシピ」 大募集!

【応募方法】

住所、氏名、年齢、職業、電話番号、
美肌レシピと写真を添付の上、
メールでお送りください。

【宛先】

(株)アンズコーポレーション
「美肌レシピ」係
soshiki_fb@ands.co.jp

■採用させていただいた方には、
ご連絡の上謝礼をお送り致します。



TRINITY (トリニティ)

三位一体の意。わたしたちは体の「外側」と「内側」の美容と健康、
そして「心」の健やかさをテーマとした製品づくり、サービスを常
に心掛けています。そんな想いを本誌タイトルに込めました。