



皆さん、こんにちは。早いもので2010年も残りわずかとなりましたね。今年は夏の猛暑から一転、急に冷え込んだためか、この冬の寒さが体に一層こたえそうです。また、この時期はクリスマスや忘年会、新年会など楽しいイベントもあることでしょう。外食が続いたり、忙しいと体調が疎かになり、免疫力も下がりがちです。是非この冬のキャンペーン製品『免疫力強化セット』を活用しながら元気に冬を乗り切ってくださいね。今号では、あったか特集として、体にやさしい入浴剤や重ね履き靴下のご紹介など体を温めるヒントが盛りだくさんです。どうぞ、ごゆっくりご覧ください。

<<ネオガード+でるサポートキャンペーンのお知らせ>>

・ネオガード1本（120粒）

冬の強〜い味方！

抗酸化ビタミンたっぷりの「ネオガード」と腸内環境の維持には欠かせない10種類の善玉菌が入った植物乳酸菌「でるサポート」がこの冬だけのお得なセットになりました！



年末年始は何かと忙しいし、食生活が乱れがち・・・

それに冬は風邪が流行る季節でもあります。

そんなときは、免疫力向上を助けてくれる

「ネオガード」+「でるサポート」が強い味方に。

この2つがペアになった期間限定『免疫力強化セット』で、

体の底力アップ！をはかりましょう。

・でるサポート1本（60粒）



◆ 腸内環境は免疫力低下、アレルギー反応、アトピー性皮膚炎の増加、消化機能の低下、栄養吸収の低下、腹部の膨満感やガスなどと関与しています。プロバイオティクスは、風邪やインフルエンザの症状で辛いときも免疫機能を高めるのを助けてくれます。

◆免疫力強化セット <商品番号：3035>

通常価格\$97.5→特別価格\$89に！

さらに2セットご購入で

通常17.8ポイント（約1,500円相当）にプラスして、
なんと！50ポイント（約4,300円相当）がもらえる！

<クエスト・ユーザーグループからのお知らせ>



☆ユーザーグループではお勧めのサプリメントや、サプリメントの効果的な飲み方、好転反応の乗り越え方、ご予算に応じたサプリメントのご提案・・・など、電話、またはメールにて相談を承っております。また、様々な健康問題を抱えている方のために、電話での専門相談（予約制）もお受けしています。安心してクエスト製品をお使いいただくためにも、お気軽にご利用下さい。

※専門相談につきまして※

7月より、薬剤師：枝松が産休のため、電話での専門相談は、一時的に休止させていただいております。再開の予定がつき次第、ニュースレターなどでご案内いたします。

なお、薬とサプリメントの飲み合わせなど、メールでの専門相談は、引き続きお受けしておりますので、不安や質問等ありましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。（アドバイスや返答に、多少お時間をいただく場合がありますので、ご了承下さい。）

★留守番電話対応について★

ユーザーグループの電話相談時間は、現在のところ平日10時～16時のため、仕事などで、ご相談できないという方、メールを書く時間がないという方のために、受付時間帯以外は、留守番電話でご用件を承っております。代表電話番号03-3969-9070に電話を頂きますと、メッセージが流れますので、その後、会員番号、お名前、ご相談内容をはっきりとお伝えください。そして最後に、こちらからお返事するのにご都合の良い方法（電話、メールなど）をお知らせください。

☆サプリメントの相談や、専門相談の予約（現在は、アトピー専門相談のみ）はQuestUG@mac.com または電話03-3969-9070（10-16時 土・日・祝日を除く）までお気軽にどうぞ。

** 体にやさしい入浴剤 **

寒くなってくると、お風呂のありがたさを一段と感じるようになりますね。ゆっくりと湯船に浸かる事は、疲労回復、リラックス効果など、様々な効用があることは広く知られています。また、さら湯よりもより温まる、湯冷めしにくい、香りがよい等の理由から、入浴剤を利用されている方も多いでしょう。今日はこの「入浴剤」について考えてみました。

一口に入浴剤と言っても幅が広く、市販品でみると漢方などで使用される自然の無添加の生薬そのままを粉末にした良質な入浴剤もありますが、炭酸水素ナトリウム（重曹）に着色料、発砲剤、香料などの化学物質を添加しただけという、安価だけれど、安全性には注意が必要な入浴剤もあります。なぜならば、それらに添加されている化学物質によって、皮膚障害や体調不良を起こす可能性があるからです。

とりわけ、アトピーなど皮膚疾患がある方の場合、それらの粗悪な入浴剤を使用することで、症状が悪化したり、根治が難しくなる場合もあるため、入浴剤は相当吟味するか、むしろ何も入れないほうが無難かもしれません。

とはいえ、さら湯のままでは、塩素の残留も気になるところ。。。しかし、安全性といっても、どのような基準で選べばいいのかわからない方も多いでしょう。そこで今回は簡単に塩素を取り除く方法と、安心して使える入浴剤をご紹介します。



～おすすめ入浴剤～

◆塩素除去にはビタミンC

お風呂に1グラム程度のビタミンCを入れると、塩素が化学反応によって無害な物質に変化します。塩素除去用のシャワーヘッドにビタミンCが使われている物も多いですね。薬局でアスコルビン酸（ビタミンC）を買い求めるのが一番経済的です。ただし、薬局で販売しているのは合成ビタミンですので、浴用にのみ使用をお勧めします。アトピーの方は、塩素を取り除くだけでも相当肌への負担は減りますから、お勧めです。また、緑茶にはビタミンCが豊富に含まれているため、緑茶をお茶パック（または目の細かい洗濯ネットなど）に入れ、お風呂に入れても同様の効果が得られますよ。

◆酒風呂

日本酒を1～2合ほど、お湯に入れます。非常に温まり湯冷めしにくくなります。また、毛穴の奥の老廃物まで溶け出してくるため、お湯が白濁したり臭くなる場合があります。

<注意>酒風呂については、皮膚疾患、喘息、リウマチ、中気（脳血管障害の後遺症のある方）、糖尿病、高血圧などの持病がある方の場合、人によっては刺激が強すぎる事もあるため、少量からお試ください。

◆大根葉のお風呂

大根（1、2本分）の葉を陰干ししてカラカラに乾燥させたものを、布の袋か目の細かいネットに入れ、お鍋に適量の水をいれて火にかけ、茶色くなるまで煎じてから中身をすべてお風呂に入れます。少し手間がかかりますが、刺激が強すぎるといふ事もなく、どんな疾病を抱えている方でも、赤ちゃんからお年寄りまで気持ちよく入っていただけます。身体の芯まで温まり湯冷めしにくいです。また、皮膚からの老廃物がお湯に溶け出してくるため、特に重症のアトピーの方の場合、入り始めの頃はびっくりするぐらいお湯が濁ったり、臭くなったりしますが、続ける事によって、お湯の濁りが少なくなっていきます。干した大根の葉には、温泉成分にみられる塩化物や硫化イオンなど無機成分が多く含まれているため、温泉に入るのと同じような効用が期待できるとされ、古くから民間療法としても利用されてきました。冷え性の方には、特にお勧めですよ。

<注意>夏場の盛りには向きません（7月から9月頃）。この時期は、大根葉の代わりにヨモギを使用します。

◆にんにく風呂

殺菌作用のあるにんにくを一片、生のまますりおろしてお湯にいれます。軽いアトピーの方にはお勧めです。菌の繁殖を抑え、肌の悪化を防ぎます。気になるのが匂いですが、全くと言っていいほど匂わないのでご安心ください。

肌トラブルの心配のない方は、マグマ塩もオススメ！

<マグマ風呂25gx2袋 420円>

◆マグマ塩

天然ミネラル（マグマ塩）を豊富に含んだ岩塩100%のバスソルト。1回に1パックを目安に入れてください。水道水の塩素を中和させ、お湯がまるやかになることで肌がしっとりして乾燥を防ぎます。体の中から温まるので、冷えが気になる方や汗をあまりかかない方にもお勧めです。温泉のような香りがリラックスさせてくれますよ。

*こちらの「マグマ風呂」は、ユーザーグループ通販にて取り扱っております。他にお得な10袋セット、50袋セットもございます。



まだまだありますが、上記でご紹介しましたように、基本的に口に入れても無害なものならば、入浴剤として活用しても安全性が高いです。どうぞ、ご自分にあったものを見つけて、楽しいバスタイムを♪

●ユーザーグループ通信販売より新製品のお知らせ●

大変好評を頂いている、健康に良いものだけを集めたユーザーグループの通販サイトに、新製品が加わりました！ウェブショップ (<http://questuser.free.makeshop.jp/>) には各製品の説明や写真がカラーで載っており、商品が分かりやすいですよ。是非ご覧ください。

☆布ナプキントライアルセット 3,360円 (税込み) 送料別

<布ナプキントライアルセット>

メイドインアース (オーガニックコットン専門ブランド) のオーガニックコットン100%の布ナプキンのトライアルセット。「布ナプキンに興味はあるけど、どんな感じなの?」「試してみたいけど、どれを選んだらいいのかな?」そんな方にピッタリ!気軽にトライできるおすすめの設定です。



<セット内容>

★ポケット付きナプキン (本体ホルダー1枚、平織りパッド1枚) / 昼用1セット

少ない日から多い日まで使えるスナップタイプの昼用ナプキン。ホルダーの上下にポケットがあり、パッドをさしこんで使用するタイプです。そのため、パッドがずれたり、交換する時にうっかり落とすことにならずに安心して使えます。

★三つ折布ナプキン (薄手) 1枚

起毛生地のととても柔らかい、使い心地のよいナプキンです。三つ折タイプは、汚れた面を何度か折り返して使えるので、少ない日は1枚でかなり使えておすすめです。また、縫い目が少ないため汚れ落ちにもすぐれていて、お洗濯がとってもラクですよ。

★リトル布ナプキン (ボーダー×起毛) 1枚

軽い日やおりもの用の小さなナプキン。オーガニックコットン (起毛) とボーダー柄の生地の間にパイル生地が入ってます。どちらの面もご使用できます。やわらかく肌触りがよいナプキンです。

これから布ナプキン生活を始めたい!!そんな方におススメ

布ナプキンスタートセット (17,220円税込み)

をご用意しております。

<送料無料>

<セット内容>

- ★昼用布ナプキン・・・きなり3セット、茶3セット
- ★夜用ナプキン・・・きなり2セット
- ★三つ折布ナプキン・・・厚手1枚、薄手1枚
- ★パッド4枚セット(平織)・・・1セット



ポケット付きナプキン (昼用) の単品はこちら↓

●スタートセット&トライアルと同じタイプ。



色：きなり、茶

1,890円 (税込み) 送料別

●ボーダー柄



色：茶、グリーン

1,995円 (税込み) 送料別

♪冬のおすすめ商品♪

冬のおすすめと言えば・・・なんといっても、1番人気の「シルク&ニットのあったか重ね履きセット」です。お客様から「こちらを履いてからは、他で買ったものだと、何だかもの足りないんですよ」と嬉しいお声をよくいただきます。冷えとり健康法が初めての方も大変取り組みやすいので、寒さや冷えが気になる方はぜひお試しください。また、腹巻きやレッグウォーマーも寒い冬のお助けアイテムです!腹巻きは、二重タイプになっているため、カイロなども入れられポカポカ暖かく、カイロも落とさなくなったと大好評です。今年の冬こそ、冷え予防にしっかり努めて、冷えない体づくりを目指してみませんか?

<レッグウォーマー購入者から感想をいただきました>

会社では重ね履きソックスは履きませんが、レッグウォーマーは、パンツの下にも履けるし、履いたとたんに暖かいのでとても助かっています。

この冬は、気づかないうちに、冷えていたようで、夕方から脚がむくむことが多かったのですが、レッグウォーマーをつけるようになってからむくむことがなくなりました。(埼玉県 W様)



★興味のある方は、資料 (無料) をお送りしますので、電話または、メールにてお申し込みください。ユーザーグループブログ (<http://d.hatena.ne.jp/questuser/>) で、資料 (商品案内、価格表) のダウンロードもできます。

※最新版の冬号は、12月中旬にアップする予定です。

現在のところ、絹製品の冷えとりグッズの他、産直旬野菜ボックス、人参りんごジュース、お米 (無農薬)、マグマ塩、スキンケア商品の取り扱いをしています。



UG通販 冬の人気ランキング

NO.1

シルク&ニットのあったか重ね履きセット (2,000円 税込み) 送料別

NO.2

シルク遠赤腹巻き (9,000円 税込み) 送料無料

NO.3

シルクレッグウォーマー (2,000円 税込み) 送料別

☆レッグウォーマー読者プレゼント! ☆

ユーザーグループ通販の人気商品、シルクレッグウォーマーが、ナチュラルヘルス12月号の読者プレゼントに!締切は12/31まで。詳細は、同号8頁をご覧ください。どうぞお見逃しなく!!

<成長期のトラブルにも栄養補強が大活躍！ 長崎県 S.M.様 >

今6年生の息子が身長、体重が急に増えた中、先日の運動会で
はリレーを2回続けて走ったり、応援団長もしながら、10の競
技に出たのですが（開会式の児童会長挨拶もしました）、練習の
時から膝が痛いと言っていました、そんなときは、フラックスオ
イル2粒、ガード2粒を朝晩飲ませると痛みもなくなりました。
また、反抗期かな？いらいらしているなというときも同じくフラッ
クスオイル2粒、ガード2粒を飲ませるとあつというまに落ち着き
ました。これからも体調管理をしながら元気に過ごしたいです。

<スタッフより>

子どもの成長は親として大変嬉しいものですが、小学高学年からそろそろ思春期に入り、難しい年頃に入りますね。でも、そんな時期でも慌てずに、お子様の成長期待特有のトラブルに栄養補強を上手くご活用していただき、ありがとうございます。同じ年頃のお子さんを持つ方にとっても大変参考になる体験談をどうもありがとうございました。

体験談大募集！

クエスト・ユーザーグループではあなたの体験談を募集しています。形式、字数は問いません。掲載させていただいた方には50ショッピングポイント（約4,300円相当！）を進呈いたします。QuestUG@mac.comまでお送りください♪



「アトピーと向き合う」

A5 64ページ フルカラー
ステロイドを約15年、免疫抑制剤を約3年使ってきた著者が、自然療法でアトピーを克服してきた記録です。

無料でプレゼントしています♪
ご希望の方は、ユーザーグループ
QuestUG@mac.com
電話03-3969-9070



～出産しました！～

こんにちは。9月から産休に入らせていただいています東代です。

この度、無事9月21日に男の子を出産いたしましたので、ご報告させていただきます。出産ギリギリまで、皆様から身体を気遣う温かいお言葉や励まし、元気になるようなメールをいただきまして、本当にありがとうございました。今回の出産は第三子にして初めての助産院でした。予定より1週間早く、早朝の破水から始まり、慌てて産院に駆け込んだのですが、アクティブバース（産む直前まで好きなように動き、産みたい姿勢で産む）を実践し、4時間の超スピード＆安産でした。生まれた時、赤ちゃんの頭をさわって、私とまだ繋がっている太くしっかりしたへその緒が脈打つのを触って感じ、そのまま胸に乗せた小さな命が自然とおっぱいを探し吸い付く様子を見て、その温かさや重みと愛おしさで涙が出ました。



（左）東代の第三子 きよちゃん （右）枝松の第二子 ひろちゃん

リウマチのため妊娠すら諦めていたことからの出産でしたので、本当に嬉しく感動的でした。立ち会いは、主人は出張中、息子は希望により学校に行かさせたので、10歳の娘のみでしたが、娘はビデオを回しながら、へその緒を切ったり、赤ちゃんを抱っこしたり、大活躍してくれました。このような自然な出産を経験できたのは、体が健康になれたからです。色々なことに感謝や感動ができるのは、病気になれたからです。出産は一つのエネルギーを生み出す行いです。すごいことです。赤ちゃんはエネルギーの塊です。私は毎日、そのエネルギーに触れてパワーをもらいながら、これまた初めての布オムツ＆完全母乳ではりきって育児を楽しんでいます。私のメッセージを読んで、皆様にエネルギーのおすそ分けができるといいです。もう少し赤ちゃんとの生活を楽しんでから、少しずつ皆様のサポートができる時間を増やしていきたいと思っています。どうぞ宜しくお願いします。

【年末年始のお知らせ】

12月25日（土）から1月4日（火）まで、サポートセンターとユーザーグループはお休みさせていただきます。12月がお誕生日月の方は、12月21日までに、ご注文手続きをお願いします。Wポイントのチャンスです！（※パースディクラブご登録の方、限定）ぜひ、お忘れなく。

【ナチュラルヘルス12月号誤表記のお詫び】

p7のであるサポートの商品説明において、誤表記がございました。（誤）90粒入り → （正）60粒入り 大変申し訳ございません。ここに訂正してお詫びいたします。

ユーザーグループスタッフのつぶやき

今号のあったか特集はいかがでしたでしょうか。これからどんどん寒くなりますので体を冷えからしっかり守ってあげてくださいね。私事ですが、最近「歯の移植」を体験しました。上の奥歯がだめになってしまい、その歯を抜いて、下の殆ど使っていない親知らずをそこへ移植したのです。移植後は、口の中は傷だらけなので、治りが早くなるように、また移植した歯がしっかり根付くようにといつもよりガードを多めに飲んでいたら、次の診察の時、先生から「想定外なほど治りが早い」と言われました。ネオガードは様々な場面で活躍してくれるので、予備としていつも少し多めに持っておくといざという時に助かります。皆さんも風邪をひいたときや怪我をしたときなど、ご活用いただければと思います。（ただし、ガードが初めての方好転反応が気になる方は急な増量はおすすめできません。ガードに慣れてる方のみ体調に合わせてお試しください）少し早いです、どうぞよいお年をお迎えください。（サプリメントアドバイザーM）

<クエスト・ユーザーグループ>
WEBサイト：http://www.questuser.jp
メールアドレス：QuestUG@mac.com
電話番号：03-3969-9070
ユーザーグループ・ブログ
http://d.hatena.ne.jp/questuser/