



皆さん、こんにちは。この間、節分が終わったと思ったら、もう桃の節句。月日が経つのは早いですね。この時期は、春を感じさせる暖かい日もあれば、真冬に逆戻りしたような寒さになったりと、体調管理がとても難しくなります。しっかりと栄養と休息をとり、さわやかに春を迎えましょう！

さて、クエスト社では、新商品「ネオスリープ」の発売を記念して、期間限定のキャンペーンを実施します。よりよい休息のために、ぜひご活用ください。また、今号では通販の新商品やDVD上映会などの情報をお届けします。どうぞ、ごゆっくりご覧ください♪

<<ネオスリープ新発売キャンペーンのお知らせ>>

新発売！ネオスリープ

～時差ぼけや寝入りが悪いときの睡眠トラブルに～

何かとストレスの多い現代人。

ベットに入っても、気にかかることがあったり、ちょっとした考え事などをしたために眠れなくなってしまった。。。という経験はありませんか？

そんなときには是非「ネオスリープ」をお試しく下さい！

メラトニンに加え、リラックス効果や鎮静作用を持つGABA(ガンマアミノ酪酸)やバレリアン、カモミール、レモンバーム、ポップ、パッションフラワーなどのハーブの力で、心地よい休息をサポートします。

新発売キャンペーンとして、4月30日まで2本セットを
通常価格\$100のところ、\$75にてご提供！

また、3月末まで限り1本ご購入の方にポイント3倍プレゼント♪
(通常5ポイントが15ポイントに！)

どうぞ、このお得な機会にご利用ください。



ネオスリープ新発売キャンペーン
(商品番号2220P)

ネオスリープ2本セットが、
通常価格\$100のところ、**特別価格\$75**
3月1日～4月30日まで

<飲み方の目安>

初めての方はまず1カプセルを睡眠前に飲んでください。体調に応じて、量を増やします。睡眠トラブルや時差ぼけには1～3カプセル程度で十分です。

*メラトニンは、人間の体内で自然に作られるホルモンですので、その分泌や働きを助けるよう、まずはネオパックを中心とした栄養補強で体質改善をはかることをお勧めします。毎日の食生活や生活リズムにも気を配っていきましょう。

*2本セットにポイント3倍プレゼントは適用されないため、ご注意ください。

注意事項

- ・ 飲用後は、車の運転や重機械の操作をしないでください。
- ・ 次の方はメラトニンの使用をお避けください。妊娠中や授乳中の方、ひどいアレルギー症状、リウマチなど自己免疫疾患の方、リンパ腫、ガン症状のある方（免疫機構を刺激し症状を悪化させることがあります）、18歳以下の方、妊娠を予定している女性
- ・ 通院、服薬中の方は、ネオスリープを飲む前に必ず医師に相談してください。

睡眠Q&A

Q1) ネオスリープに入っているメラトニンとは何ですか？

A1) メラトニンは人間の脳内にある松果体から出るホルモンの一種で、眠りを促すホルモンとしてよく知られています。メラトニンは暗くなると分泌され、体温、脈拍、血圧を下げて自然な眠りを誘う作用がありますが、年齢を重ねるごとにメラトニンの分泌量が減っていき、睡眠の質も低下しやすくなります。このようにメラトニンは睡眠をコントロールする上で重要な働きをするものですが、現在日本では医薬品扱いです。アメリカでは栄養補助食品として扱われており、睡眠サプリなどで人気も高く、一般のスーパーやドラッグストアなどで販売されています。

Q2) 安眠にお勧めな食事やケアを教えてください。

A2) よい睡眠を得るためにも栄養バランスのよい食事を摂る事が大切です。メラトニンを作るトリプトファンという成分がお勧めです。トリプトファンは体内で作り出すことができないため食事からの摂取が必要で、大豆製品、ナッツ類、バナナ、乳製品などに含まれています。お手軽な安眠レシピは、豆乳カモミールティです。カモミールを煮出したものに（ティーバックタイプが簡単！）温めた豆乳を加えるだけ（カモミールティと豆乳の割合は1：1ぐらい）。お好みで蜂蜜や黒砂糖を入れても美味しいですよ♪また、ラベンダー、ネロリ、カモミールなどのアロマオイルも心を落ち着かせる鎮静効果もあるのでお勧めです。お風呂に1～2滴入れたり、ガーゼなどに垂らして、枕元でほのかに香らせるとリラックスできて癒されますよ。

＊ ＊ 「リウマチ感謝！」さんのDVD上映会ご報告 ＊ ＊

2月6日に東京にて行われました、自然療法でリウマチを完治させたリウマチ感謝！さんこと、渡邊千春さんのDVD上映会が無事終了いたしました。寒い季節でもあり少数の皆様の参加でも良いので、リウマチの方にとって厳しい季節を乗り切るための何かのヒントになればと開催しましたが、思ったより多くの皆様にご参加頂き、またご質問も沢山頂戴いたしました。

参加された皆様、寒い中ご来場頂きありがとうございました！また、終了時間が予定より遅くなりましたこととお詫び申し上げます。何かひとつでも参考になることがありましたら幸いです。皆様のご質問から、サポートスタッフとして学ぶことも多くありました。今後に生かしていきたいと思えます。どうもありがとうございました！

また、今後もこのような集まりを企画していきたいと考えていた所、今回実施したDVDの内容が素晴らしく大変参考になるため、何度でも見て聞いてもらいたいことや参加者の方から「交流の場があると励まされる！」というお声も頂きましたので、第2回目のDVD上映会を3月にも開催することを決定しました。詳細は、下記をご覧ください♪

先日のDVD上映会には、乳飲み子連れで参加しました。私は、メール相談を主に担当しているため電話相談に出た経験がなかったので、初の公の場での質疑応答に緊張していました。ですが、皆さんの顔をみながら、事前に頂いていたご質問にお応えしていたら、だんだん話したいことが出てきてしまい、時間が足りなくなってしまうしまいました。次回は一人一人のご質問に対して、ご本人が十分納得がいくように、お話ができればいいなと思いました。来て頂いた方々、ありがとうございました！皆様との出会いに感謝です。
(東代)

♪♪♪「リウマチ感謝！」さんDVD上映会のご案内♪♪♪

◆内容：☆～自分の自己治癒力を信じよう！～

リウマチ&膠原病を治す持てるセミナー（2008年秋）のDVD上映

☆座談会<リウマチ、膠原病を治したスタッフ（枝松、東代）への質疑応答>

◆場所：東京、青山（お申し込みされた方に詳しい案内を差し上げます）

◆日時：3月27日（日）午後1時～4時（12時45分受付開始。1時上映開始）

◆会費：初めての方は1,500円 2回目以降750円（座談会のみ参加もOK!）

◆申し込み締め切り：3月22日（火）

※枝松、東代は、現在共に育児休業中のため、急な欠席の場合は他のスタッフが対応することがありますので、どうぞご了承ください。

◎参加ご希望の方は、会員番号とお名前をメール（QuestUG@mac.com）またはお電話（03-3969-9070）にてお知らせの上、会費をお振込ください。入金確認後、詳しい案内をお送りいたします。

<振込先> ゆうちょ銀行 名義：クエスト・ユーザーグループ 10170-46223161

または、店番018 口座番号4622316

前回参加された方のお声

・減薬について、アドバイス頂き、気持ちが晴れました。これからもう宜しくお願いいたします。
(K.A.様)

・『リウマチ感謝』の本は何度も読んだはずなのに忘れていたこと、気がついてなかったこと、私だけでなくみんな頑張ってるんだと思えたこと...

元気をいただけたこと、『リウマチ卒業宣言』をいただけたこと、私にとって嬉しい1日になりました。
(T.S.様)

♪ユーザーグループに頂いた体験談♪

< インフルエンザが軽くて済みました！ 千葉 W.T.様 >

息子の通う小学校でインフルエンザが流行し、学級閉鎖も相次ぎ心配していたのですが、とうとう息子もインフルエンザにかかってしまいました。今までも熱が出た時に、ネオガードチュアブルを多めに摂らせたなら回復も早かったこともあり、今回も試してみました。すると、夜に38.5℃あった熱が翌朝にはすっかり平熱まで戻り、受診した病院で「解熱剤を使いましたか!？」と

聞かれる程で、予想以上の回復の早さにびっくりしました。その後は微熱と平熱を少し繰り返しましたが、本当にインフルエンザなの？って思うぐらい状態も良く、家で活発に過ごしていました。また、息子が熱が出てすぐに、インフルエンザを疑い、家族も感染防止用にと同時に栄養補強を増量したおかげか、誰もうつらずにすみ、とても助かりました。

<スタッフより>

お子さんのインフルエンザの回復が早く、またご家族の皆様もうつらずにすんだのは何よりです。元々、子どもの回復力はすごいですが、巷ではインフルエンザで1週間以上も寝込んだというお話もよく聞きますので、やはり、W様が日頃からご家族で栄養補強に取り組んでいらっしゃる成果だと思います。

これからも益々の健康をお祈りいたします。嬉しいお声を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♪

●ユーザーグループ通信販売からお知らせ●



健康によ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商品が加わりました！！

新商品：絹ショーツ 絹の排毒効果をショーツでも！！

お客様から「UG通販で、絹の下着をぜひ扱ってほしい！」とのお声をいただき、このたび絹ショーツ（女性用）の取り扱いを開始しました♪

絹100%なので、吸湿性、速乾性に優れ、いつもお肌はサラサラです。

お腹まですっぽり包む丈長のシンプルなショーツ。

下着も絹で排毒美人を目指しましょう！



＜絹ショーツ/ブラウン＞

☆絹ショーツ【3月上旬入荷予定】

1枚：1,260円

2枚セット：2,420円（同色・同サイズのみ）

サイズ：M、L カラー：パールオレンジ、ブラウン

品質：シルク100%

シルクレッグウォーマーに新色入荷しました♪

大人気をいただいているシルクレッグウォーマーに新色が登場しました。

新色は、女性に嬉しいピンクとレッドの2色。

締めつけない二重織の筒型が特徴の暖かいレッグウォーマーです。

春先でも、まだまだ寒い日が続きますので足下からしっかり温めてください。



＜シルクレッグウォーマー/ピンク＞

2,000円（税込み・送料別）

サイズ：フリーサイズ

カラー：ブラック、オフホワイト、
ピンク、レッド

★ウェブショップ

(<http://www.questuser.jp/shop1.html>) 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。

★インターネット環境にない方には、資料（無料）をお送りしますので、ご希望の方は、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/>) でも資料（商品案内、価格表）のダウンロードができます。

※最新版の春号は、3月中旬にアップの予定です。

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おります。

☆シルクレッグウォーマーをご購入いただいたK様のご感想☆

つつい寒いと厚着になってしまいがちで、家事や出かける時には動きにくさを感じていました。今回、レッグウォーマーを使ってみて、そんなに厚手というわけではないのに何枚か重ね着したような暖かさにとびっくり！！これなら、出かける時にジーンズなどの下に履いても大丈夫です。肌に触れる一番下に履けば、絹のデトックス効果も期待できるのがいいですね。これから、肌寒い春の日のおかけにも、活躍しそうです！

☆無農薬のお米 読者プレゼント！☆

ユーザーグループ通販で、大変好評をいただいている、美味しい無農薬のお米（白米5キロ）が、ナチュラルヘルス3月号の読者プレゼントに！締切は3/31まで。

詳細は、同号8ページをご覧ください。どうぞお見逃しなく～！！



『アトピーと向き合う～脱ステ・脱プロ・自然療法～』

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。

著者が自分の体調と向き合い「治してもらおう」という考え方から離れ、自分で学び、様々な好転反応を乗り越えていく過程は、アトピーに悩む方たちとご家族だけではなく、体の不調を克服したいと思う方たちにとっても大変参考になります。皆様に是非読んでもらいたい1冊です！



＊巻末には、24年間ステロイドを使用し内臓障害を併発しながらもアトピーを完治させたユーザーグループのアドバイザーによる、自然療法を始める前に、心理的、社会的に準備しておくべき要点を6ページにわたりまとめています。

『アトピーと向き合う
～脱ステ・脱プロ・自然療法～』
A5 64ページ フルカラー

☆会員様に限り、ご希望の方には無料でプレゼントしています♪

(原則としてお一人様一冊とさせていただきます)

☆アトピー相談(予約制/無料)もございます。

小冊子やご相談のお問い合わせ、お申し込みは、お気軽にユーザーグループ メール：QuestUG@mac.com
または、電話03-3969-9070までお気軽にご連絡ください！

<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。

＊3月18日(金)の電話相談につきまして＊

誠に勝手ながら、サポートスタッフが研修のため、ご質問のみの受付となります。当日ご連絡いただいた内容についてのお返事は、22日以降にさせていただきます。皆様にはご迷惑をおかけしますが、何卒宜しくお願いします。

★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います。

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ご予約(現在はアトピー相談のみ)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。

<クエスト・ユーザーグループ>

- WEBサイト：<http://www.questuser.jp>
- ユーザーグループ・ブログ
<http://d.hatena.ne.jp/questuser/>

＊専門相談を4月より再開します！＊

現在、薬剤師：枝松が育児休業中のため、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が、4月より再開する予定です。詳しい日程につきましては、3月の下旬頃、ブログでご案内いたしますが、ご覧になれない場合は、ユーザーグループへお問い合わせください。また、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については、現在受付しておりますので、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。)

こんにちは。枝松です。第2子出産から6ヶ月。妊娠・出産・産後とゆっくりお休みを頂いて、我が子、そして自分の体や心とも更にじっくり向き合うことができました。ありがとうございました。4月より電話相談を再開したいと思います。お薬や検査結果はもちろん、健康について様々な不安などお気軽にご相談ください。お待ちしております。

<自然療法アドバイザー・薬剤師紹介>

枝松由佳子(えだまつゆかこ)

東京大学医学系博士課程中退後、薬剤師、アメリカではエイズの研究に携わる。帰国して第1子出産後に、膠原病(多発性筋炎&強皮症)を発症。病気を機に、自分の生き方や生活を見直し、病気の原因は自分にあることを理解。体は必ず良くなる！とも確信し、全く動けなかった状態から、周りのサポートと様々な自然療法や治療法で、病気を克服。昨夏には待望の第2子を出産。現在は拘縮した手指と足の機能回復に励みながら、これまでの経験を元に、会員の皆様の健康の道のをサポート中。