



皆さん、こんにちは。今年は例年よりも寒く、またインフルエンザの蔓延など厳しい冬でしたが体調など崩されていませんか。春とはいえ、3月は暖かかったり寒かったりと気温変化が激しい時期です。また新生活の準備に追われる方も多いことでしょう。何かと慌ただしく、心も体も様々な変化にさらされがちな季節ですが、バランスの良い食事で体調を整え、そして休息も忘れずにとって元気に春を迎えましょう。さて、今号のユーザーグループニュースでは、お知らせやインフルエンザに関する質問集(Q&A)などの情報が満載です。ぜひ、ごゆっくりご覧ください♪

<<お知らせ>>

大好評につき、美肌トリプルセットを定番化決定！！

1月末までの期間限定セットとして登場した**美肌トリプルセット**ですが、多くのお客様からご好評をいただき、

「とても気に入ってます」「いつでも買えるようにしてほしい」とたくさんのお声を頂戴しました。

そこで、クエスト社では引き続き、**美肌トリプルセット**をこれからもずっととお得にご購入いただけるよう、定番化を決定いたしました！

もちろんご提供価格は、キャンペーン価格と同じまま♪

いつまでも若々しいお肌のために、ぜひご活用ください。



☆セット内容☆

- ・スーパーBプラス(90粒)1本
- ・ネオフレックス(90粒)1本
- ・フラックスオイル(100粒)1本

◆美肌トリプルセット

<商品番号：3055> 価格 **\$80**

【通常よりも\$14もお得です！】

<飲み方の目安>

- ◎スーパーBプラス・・・1日2～3粒目安。
- ◎ネオフレックス・・・1日3粒目安。
- ※お子様や妊娠中・授乳中の方の摂取は控えてください。
- ◎フラックスオイル・・・1日1～3粒目安。

*クエスト社の製品は、アメリカ農務省のオーガニック認定を受けており、放射能照射や遺伝子組み換えの原材料は使用しておりません。

こんな方にお勧めです！

- ☐ アンチエイジングが気になる
- ☐ 肌のハリ、たるみ、かさつきが気になる
- ☐ 階段の上り下りが辛くなってきた
- ☐ 30歳以上
- ☐ 甘いものが好き
- ☐ 疲れやすい
- ☐ イライラしやすい
- ☐ 貧血気味である
- ☐ ストレスが多い

★★★美肌トリプルセットの内容★★★

スーパーBプラス

豊富なビタミンB群は様々な方にお勧めしたい栄養素です。疲労回復、イライラ防止、貧血予防、冷え性や頭痛予防、肉体労働、頭脳労働、ストレスの多い方に。

ネオフレックス

グルコサミン、天然ミネラルMSM、ヒアルロン酸のパワフルトリオで、関節やお肌をしっかりサポート！しみが薄くなったという報告も♪

フラックスオイル

大人から子供まで家族の健康に大事な栄養素です。皮膚の問題やアレルギー体質、メタボが気になる方へ。酸化する心配のないソフトカプセルタイプです。

インフルエンザQ&A

Q1) インフルエンザと普通の風邪の違いは？

A1) 普通の風邪は、のどの痛みや咳等が中心で、全身症状はあまり見られませんが、インフルエンザは、38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの強い全身症状が突然現れて、一般的な風邪よりも症状が重くなります。そして、持病のある方など、感染すると重症化するリスクのある方がいます。慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、糖尿病などの代謝性疾患、腎機能障害、ステロイド内服などによる免疫機能不全の持病のある方は、特に感染にご注意ください。また乳幼児、妊婦、高齢者も重症化することがあると報告されているので、十分に注意してください。

Q2) 栄養補強（サプリメント）で、感染を予防できますか？お勧めのサプリメントがあれば教えてください。

A2) サプリメントで完全に感染を予防することはできませんが、あなたの抵抗力や治癒力をサポートしてくれます。免疫力が低下しているとインフルエンザもかかりやすくなったり、悪化もしやすいです。サプリメントを上手に活用し、日頃から免疫力を高めておきましょう。免疫力アップにお勧めなサプリメントは、日々の健康維持に必要な栄養素が摂れる、基礎となるサプリメント（ベースサプリメント）の「ネオパック」、天然の抗酸化ビタミン剤の「ネオガード」または「ネオガードチュアブル」、植物乳酸菌「でるサポート」または「おなかサポートチュアブル」です。これらを組み合わせて摂っていただくのがよりお勧めです。

Q3) 予防対策を教えてください。

A3) 外出後の手洗い、うがいをしっかり行いましょう。手洗いは石けんを泡立てながら、少なくとも15秒以上、手首なども忘れずに丁寧に洗ってください。洗った後は手をしっかり乾かすことも大切です。ハンカチやタオルなどは常に清潔なものを使いましょう。マスクの着用（咳エチケット）もインフルエンザの予防には効果的です。しかし、マスクを着けているからといって、100%感染を防げるものではありません。やはり毎日の適切な睡眠（休養）と食生活によって、体力をつけて普段から体の免疫力を高めておくことが大切です。バランスの良い食事をこころがけ、栄養を十分に摂るようにしましょう。また、乾燥状態が続くと、ウイルスが増殖してしまいます。加湿器などを使って、室内の乾燥を防ぎましょう。

Q4) 栄養補強の好転反応で熱がでる場合もあると聞きました。好転反応との違いはどうやって見分けたいのでしょうか？

A4) 栄養補強、解毒（ヒールとメンド）やでるもんねに取り組んでから、発熱や頭痛など風邪症状のような好転反応がでる方も多くいらっしゃいます。インフルエンザは、全身症状に出ることが多いですが、微熱程度でもインフルエンザに感染していたというケースもありますので、インフルエンザの流行時の急な発熱については、感染の疑いもあるため、受診していただくとうれしいかもしれません。

Q5) サプリメントとインフルエンザの薬との併用は大丈夫ですか？

A5) インフルエンザの薬とサプリメントとの併用は問題ありません。

（注：インフルエンザ薬以外のお薬につきましては、必ずお問い合わせください）

Q6) かかってしまったらどうすればいいですか？

A6) 重症化するリスクのある人や、具合が悪い場合は早めに医療機関を受診してください。自己治癒力を最大限に発揮するため、安静にして睡眠を十分にとり、消化によい食事や水分をたくさん摂るように心がけてください。他の人にインフルエンザをうつさないためにも、マスクを着用し、少なくとも熱が下がって2日間（できれば症状が始まった日の翌日から7日間）は外出を控えるようにしましょう。（参考：厚生労働省HP）



♪ ユーザーグループに頂いた体験談 ♪

<インフルエンザもチュアブルに助けられました！千葉県T様>

小学生の息子が先日インフルエンザにかかりました。食欲がなくほとんど食べられない中、チュアブルはキャンディのように舐めて摂ることが出来たので、本当に助かりました。薬を使わなかったわりには2日程で熱も落ち着き、回復も早かったです。今回は残念ながらインフルエンザになりましたが、そういえば一年を振り返っても病気で学校を休んだことがありませんでした。食べ物の好き嫌いが多い息子が、丈夫でいられるのもチュアブルのおかげですね。

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●



UGスタッフいちおしの健康によいものだけを集めた通信販売ショップです。

現在、絹製品の冷えとりグッズの他、産地直送の野菜ボックス、人参りんごジュース、無農薬のお米（白米、玄米）、マグマ塩、スキンケア商品の取り扱いをしております。

◎ユーザーグループ通販WEBショップ <http://www.questuser.jp/shop1.html>

今年の冬は厳しい冷え込みが続き、UG通販でも重ね履き靴下を始め、冷えとりグッズが大人気で多くのご注文をいただいています。数は十分にをご用意しておりますが、人気商品によっては入荷待ちになる可能性もございますので、どうぞお早めにお申し込みください。



注目商品！！～シルク遠赤腹巻き～

遠赤外線+シルク効果でぽかぽか♪

高級シルクを使った柔らかいニット製の腹巻きです。
丈が36cmもあるため、お腹から腰までしっかりカバーして、ムレずに温めてくれて一年中活躍します。
お肌に直接身に着けても、チクチクしたり、かゆくなったりしないので、お肌のデリケートな方にも安心してお使いいただけます。



【シルク遠赤腹巻き／一重タイプ】
価格3,800円（税込・送料別）
カラー：ホワイト、ブラック
サイズ：フリーサイズ 【日本製】

- ◆丸つぶが遠赤外線を放射して体を芯から温めます。繰り返し洗濯しても効果は落ちません（白い遠赤外線つぶを片面に転写してありますので、つぶの面がお腹にあたるようにしてください）
- ◆遠赤+シルクの効果で暖かいのにムレずに血行を促進し、内臓機能の働きを助けます。

「こんなに暖かいなら早く買っておけばよかった～」との嬉しいお声も♪

大人気！【シルク&ニットぽかぽか重ね履きセット】



価格2,000円（税込・送料別）

冷えとり初心者の方にも大変取り組みやすい重ね履きセットです。

☆セット内容

・シルクインナーソックス 1足
（カラー：生成り）

・ウールパイルソックス 1足
（カラー：グレー）1足

サイズ：フリーサイズ 【日本製】

*写真は五本指タイプです。先丸タイプもございます。

（注）ウールソックスは大きめにできていますが、むくみが酷い方には、お勧めしておりません。

◎インナーソックスの先丸タイプと五本指タイプは、 どちらがおすすめ？

絹は、毒素排出効果と保温効果に優れていますが、先丸タイプに比べて、足指にも直に触れる五本指タイプの方がより効果が高まるのでお勧めです。しかし、冷えとりは毎日履き続けることが大切ですので、五本指ソックスが苦手な方は無理をせずに先丸タイプをお選びください。

<親子でご愛用してくださっている長野県T様から感想をいただきました>

お嬢様 寒い地域に住んでいるので、シルク腹巻き、シルク&ニットぽかぽか重ね履き靴下、シルク手袋をして寝ています。腹巻きをしてお腹の冷たさを感じなくなりました。

お父様 ユーザーグループ通販のシルク&ニットぽかぽか重ね履きを履きだしてからもうすぐ2年になります。これを履いてから夜中にトイレへ行くことがなくなりました。それまでは夜中に2～3度トイレに行くことが多かったので、足を温める

★UG通販の商品は、WEBショップ、ユーザーグループブログ（通販商品資料がダウンロードできます）からご覧いただけます。
インターネット環境にない方は、資料（無料）をお送りいたしますので、お申し付けください。

★送料無料サービス：1万円以上のご購入で送料無料にてお届けいたします。（ただし、お米、野菜、ジュースは除く）

<ご注文方法>

◎お電話 ☎03-3969-9070（月-金 10:00～16:00）

◎FAX 03-5915-2661（24時間受付中）

専用ご注文用紙（通販商品資料にございます）に必要事項をご記入の上、FAXで送信ください。

◎インターネット クエスト・ユーザーグループWEBショップ <http://www.questuser.jp/shop1.html>

<お支払い方法> 現在、郵便振替または銀行振込の先払い（振込手数料はお客様のご負担となります）のみとなっております。
お振込確認後、商品を発送いたします。

※ゆうちょ銀行の口座をお持ちの方は、ATMまたはゆうちょダイレクト（インターネットサービス）のご利用で、無料でお振込できます。[ゆうちょダイレクトご利用の場合、月に5件まで無料]

<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

※クエスト・ユーザーグループ通販では、売り上げの一部を東日本大震災の義援金として、日本赤十字社を通じて寄付いたします。

『リウマチ/膠原病と向き合う～自然療法で回復を目指す人のためのガイドブック』

リウマチ/膠原病からの回復を目指して、自然療法に取り組んでいる方向けのガイドブックを新しく編集いたしました。（全92頁）

リウマチ/膠原病は、回復過程に、さまざまな体調の変化が訪れます。回復のためには、そうした変化を好転反応として、きちんととらえ、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、自分の心とも向き合う必要があります。そのためのヒントをまとめました。ご家族の方にも読んでいただきたい一冊です。

＊巻末には、回復された方々の未発表の体験談、および枝松の体験談も併せて掲載しています。

☆会員様に限り、オンラインでお読みいただけます。（冊子版については現在準備中で、発行は4月以降の予定です。アトピー冊子同様、会員様に無料にて配布いたします。アマゾンでの一般販売も予定しております）
☆ご希望の方にはリンクをお送りしますので、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までご連絡ください。なお、ユーザーグループのホームページ
<http://www.questuser.jp> からもお申し込みいただけます。

●ご報告● リウマチ感謝！さんDVD上映会を行いました

2月25日に、東京ウィメンズプラザにて、第二回＜リウマチ&膠原病を治す確信の持てるセミナー＞DVD上映会を行いました。枝松と田中が質疑応答を担当させていただきました。皆様寒い中、おいでいただきありがとうございました。

＜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、お気軽にご利用ください。

＊3月16日(金)の電話相談をお休みします＊

誠に勝手ながら、3月16日（金）の電話相談窓口を休業させていただきます。留守番電話等にいただいたお問い合わせの回答は、翌営業日19日（月）以降に順次折り返しご連絡させていただきます。ご不便をおかけしますが、何卒ご了承くださいませ。

★☆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（薬剤師相談、アトピー相談）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/>

＊薬剤師：枝松の専門相談日のご案内＊ご予約はお早めに

3月： 1日(木)、7日(水)、9日(金)、13日(火)
21日(水)、29日(木)

※ご予約時間はいずれも「10時」「11時」「12時」の1日3枠となっております。

◎直前のご予約は取りにくい場合もございます。ご希望の方はどうぞお早めにご予約ください。

◎薬とサプリメントの飲み合わせなど、メールでのご相談もお受けしております。お気軽にお問い合わせください。

（アドバイスやお返事に多少お時間をいただく場合もございます）

＜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、病気を克服後に待望の第2子を出産。

現在は拘縮した手指と脚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りをサポート中。