



皆様、こんにちは。クエスト会員の皆様のサポートチームとして発足したクエスト・ユーザーグループは、お陰さまを持ちまして、この6月で7年目を迎えることができました。今後も皆様が安心してご相談いただけるよう、スタッフ一同より精進して参りますので、よろしくお願いたします。
さて、今号のユーザーグループニュースでは、キャンペーンのお知らせや、暑さと冷えについて取り上げてみました。どうぞゆっくりご覧ください。

<<ネオセル個包装タイプ新発売キャンペーン!もうすぐ終了7月31日まで>>

小さいお子様からシニアまで幅広い世代の方に活用していただいている、
脳の健康のための液体サプリメント「ネオセル」!

このたび、携帯にも便利な個包装タイプが加わりました。

今月末までにネオセル個包装タイプを1箱をご購入ごとに、
現代人にとって必要不可欠なビタミンB12が手軽に補給できる、
スプレータイプのネオエナジーを1本プレゼント中♪

ぜひ、この機会にお試してください。



◆ネオセル個包装タイプ

- 1箱 (30袋入り) : \$100
- 2箱 (60袋入り) : \$175
- 3箱 (90袋入り) : \$225

●ネオセル個包装タイプ1日の目安量●

食べ物と一緒に摂取が最も効果的です。ジュースなどに混ぜると飲みやすくなります。

17歳以上: 1袋、12~16歳: 1/2袋、2~12歳以下: 1/3袋

※高熱を避けて保管してください

※開封後は要冷蔵

☆ネオセル体験談☆ 厳しい受験を乗り切れました 東京都 0様

この春、子どもが大学受験を経験しましたが、なんとか健康を維持して受験に望むことができました。私の経験が子育て中の皆様の参考になればと思い、筆を取りました。

中学校と勉強は適度にしていたようでしたが、志望大学だけは妙に高く設定していたので、密かに「浪人か・・・(涙)」と思っていました。しかし昨年春の高校3年生になる辺りからスイッチが入ったようで、朝6時起きで夕食のような内容の朝食をしっかりと食べながら単語帳を見て登校時間まで勉強、放課後は塾に直行して自習室で21時まで勉強、夏休みや土日は自習室が開く前に並び閉まるまで勉強、家でも0時ぐらいまで勉強、というハードな毎日を過ごすようになりました。もちろん親の指示ではありません。

家一学校一塾が割と近かったのですが、移動時間と睡眠時間を引いたら1日17時間は勉強していたと思います。それでも体調を崩すことなく乗り切れたのは、小さい頃から栄養補強を始め、それからは薬と無縁で過ごせたこと、受験期間中は特にしっかりとネオパック、ネオガード、ネオスプリング

といった基本のサプリメントに加え、ネオセルも飲んでいたのでたまたまだと思います。

娘が「自習室で寝てたり、だらけている人がいるのは何なんだ?」と話すことがありましたが、私自身の受験時を思い出しても、体力がないと気力もわかない、持続する力が足りなくなるということは良くわかります。

私は朝5時起きで夕食並みの朝食とお弁当を作り、夜は先に寝ようと思っても結局同じ時間くらいまで起きていることもよくあり、私が先に倒れそうでしたが、今までの女性力向上セット、でるサポートに加えてネオセルも飲んでストレスをなんとかやり過ごし、最後までサポートすることができました。

結果は無事志望校に進むことができましたが、この体力と気力があればたとえ今年は残念な結果になっていたとしても来年を目指せていたと思います。でも、できたら高2ぐらいから真剣になって、もう少し余裕のある受験生活を送ってもらおうと親も楽だったんだけど・・・と思っています。

＜ネオセルの栄養成分＞

オメガ3、オメガ6、オメガ9ブレンド、セントジョンズワート、GABA、L-タウリン、マグネシウム、カルシウム、クロム、亜鉛、ビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンB3、ビタミンB5、ビタミンB6、ビタミンB12、葉酸、マンガン、セレン、トリメチルグリシン(TMG)、リン脂質、その他(ポリジオイル、大豆レシチン、カボチャの種子)

ネオセルQ&A

Q1)どんな人におすすめですか？

A1)ネオセルには脳に重要な栄養素が含まれています。脳を健康にし、脳の機能を高めてくれますので、シニアからお子様までどの年代の方にもおすすめです。ストレス、疲労、うつや不安、気分の落ち込み、慢性痛、睡眠障害、記憶力低下、ADHD(注意欠陥多動性障害)などの問題の改善が期待できます。ネオセルを開発したギブソン医師によると、ネオセルを長期的に摂取することで、アルツハイマー、パーキンソン、MS(多発性硬化症)などが予防できるそうです。

Q2)ネオセルは子どもにも良いですか？

A2)子どもにも脳によい栄養は必要です。集中力がつきますので、勉強やスポーツにも良いです。受験生にも大変おすすめです。

Q3)摂取上の注意事項はありますか？

A3)薬を服用中の方は、医師に確認してください。

Q4)ネオセルにセントジョンズワートが入っていますが、相性が悪い薬があると聞いたことがあります。

A4)ギブソン医師によると、問題になる成分をとり除いているため、薬との併用は問題ないとのこと。

Q5)ネオセルを飲んで1週間程して体がだるくなりました。ネオセルでも好転反応があるのですか？

A5)ネオセルも他の栄養補強や解毒プログラムと同様に好転反応がでることがあります。好転反応は、その方の弱い部分にでることが比較的多いですが、一般的な好転反応例として、だるい、眠い、風邪症状、痛みが移動する、検査数値の変化、湿疹、かゆみ、イライラ、便秘、下痢、頭痛、吐き気などがあります。

Q6)ネオセルを飲み始めて1ヶ月たちますが、ほとんど変化がありません。

A6)飲み始めてすぐに効果を感じる方も多いですが、変化を感じるまでに多少時間がかかる方もいるなど様々です。特に長年栄養補強をして元気な方は、2、3ヶ月程してから、ストレスの軽減や記憶力のアップなどちょっとした変化から気づくことも多いようです。細胞レベルで変化を期待するためには少なくとも90日かかるため、最低でも3ヶ月間の継続をギブソン医師は勧めています。また、より効果を上げるためにネオセルと一緒に送っている「あなたの脳をスーパーチャージする10の秘訣」も是非実践してみてください。

Q7)脳のためにネオセルはずっと摂り続けたいといけませんか？

A7)ネオセルに限らず、その他の栄養補強も同じですが、現代の食べ物には栄養が減っていて、またその方の胃腸の状態で吸収力も変わってきますので、できるだけ継続することが健康の維持のためにも必要です。

ご存知ですか？マイページ

マイページは、ウェブショップから最初にログインしていただくとショッピングポイント残高や購入履歴などが確認できる便利なお客様専用のページです。

＜便利その1＞ショッピングポイントの残高確認

＜便利その2＞購入履歴の確認：初めてのご購入から今までの履歴がご覧いただけます。

＜便利その3＞荷物の追跡：「注文したサプリはもうアメリカから発送されたのかな？」など気になる荷物の行方も、今どこにあるか簡単にチェックできます。購入履歴ページから一番右にある「該当ページへ」をクリックすると、「フライト搭載済」や「空港に貨物到着」など詳しい情報が確認できます。到着まで楽しみにお待ちください。

＜便利その4＞会員情報修正：引っ越しをした時の住所やメールアドレスの変更もマイページから修正できます。

是非ご活用ください。

＜サプリメントアドバイザーエッセイ＞

～暑さと冷え～

日本列島は南北に長く、標高差による気温の差も大きいですが、多くの方が蒸し暑さを感じながらこの季節を過ごしていらっしゃると思います。

暑い場所では、熱中症にならない程度にクーラーを活用するのも必要な季節ですが、夏の暑さ対策が更なる冷えや低体温を招いている面について今回は書いてみたいと思います。



健康な方の場合、通常ワキ、口、耳で計って36.5℃前後の体温が健康体とされていますが、体温が35℃以下しかない低体温が昨今問題になっています。

人間の生命活動を維持する上で大切な働きをしている酵素は、37℃で最もよく働くので、人間は内蔵のある体の中心部の温度を37℃に保つために、環境の変化に応じて体温を調節しています。

暑い時は、手足や皮膚表面の血管を拡張させ、血液の流れる量を増やして熱を逃がしますが、それでも足りなければ、汗を出して熱を逃がします。

寒い時は、手足の皮膚表面の血管を収縮させて熱が逃げないようにし、重要な臓器がある体の中心部に血液を集めて、体温を維持しようとします。そのため血液が行き渡りにくくなった手先や足先は、温度が下がります。

以上の情報は、体温計メーカーのHPからですが、このことを知った上で、夏の気温を見てみましょう。

列島各地の最高気温と最低気温、そしてそれが何時頃に記録されたかを気象庁のHPで見ました。

7月某日の記録を見ると、東京の最高気温は32.2℃、釧路では20.9℃、那覇30.6℃です。では、東京が一番暑いかと思ったら、甲府の34.1℃がありました。

次に最低気温を見てみましょう。釧路では、14.5℃、東京は26.7℃、甲府は24.5℃、那覇は27.8℃でした。

釧路の方はしっかり暖かくしてお休みされていることと思いますが、問題は暑い地域です。

「東京、那覇は25℃以上の熱帯夜じゃない・・・、甲府だって24.5℃なんて、寝苦しいはずだわ」と思う方も多いかと思いますが、体温と比較してみてください。36.5℃前後が良いとされる体温と1日の最低気温の差は、一番高い那覇でも8℃近くあります。

27.8℃では寝苦しいのは確かなので「暑いから涼しくして寝たい」と思ってクーラーのスイッチを入れている間、体の方の事情では「生命を維持しようと手足や皮膚表面の血管を収縮させて熱が逃げないようにし、重要な臓器がある体の中心部に血液を集めて」いる状況です。

体には血流をよくするために痛みを出すという機能も備わっていますので、あまりに血管が収縮し血流が悪くなると手足に痛みを出しはじめますし、また足のむくみ、夜中のトイレといった症状も出やすくなります。

ある整体師さんのお話によると、布団から足を出したり、布団を払いのけることによる冷えが原因で、様々な症状が出ている患者さんが来始めるのは4月頃からだそうです。さらに暑いからといってクーラーをつけっぱなしにしたり、足や肩を出して寝たりすると体のダメージは相当なものになります。

上記体温計メーカーのHPを見ると、気温が35℃だと足の方まで健康的な体温でいられるようですが、35℃ではとても仕事や家事に励む気にはならないし、熱中症の危険もありますので、状況に応じてクーラーを使うことは必要だと思いますが、室温を下げる時は、とにかく素足を出さないことが大切です。靴下（できれば最低4枚の重ね履き）、レッグウォーマー、絹や綿のスパッツを重ねるなど、上半身よりも下半身をしっかりと保温（体調によっては加温）してください。手に痛みが出る方は、レッグウォーマーを腕にしたり、手袋をして寝ることもお勧めします。素材はできたら絹が最高です。

暑い夏を健康に乗り切って、秋冬に備えましょう

ユーザーグループオリジナル小冊子のダウンロード版を会員様に限り、無料進呈中!

クエスト会員様に限り無料で、ユーザーグループオリジナル小冊子『アトピーと向き合う』、『リウマチ/膠原病と向き合う』のダウンロード版をお読みいただけます。（『リウマチ/膠原病と向き合う』は現在改訂中のため終了次第、お送りします）

☆ご希望の方にはリンクをお送りしますので、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HP（<http://www.questuser.jp>）からもお申し込みいただけます。

（1冊子につき、お1人様1回限り無料でご利用いただけます。2回目以降の請求は有料となりますのでご注意ください）

☆冊子版は、現在『アトピーと向き合う』（400円/手数料・送料込）のみでございます。

ご希望の方はユーザーグループのHP（<http://www.questuser.jp>）からお申し込みください。



①『アトピーと向き合う～脱ステ・脱プロ・自然療法～』（全64ページ/画像集あり）

ステロイド外用薬を約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。アトピーに限らず、体の不調を克服したいと思うすべての人に読んでもらいたい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ました。

『アトピーと向き合う～脱ステ・脱プロ・自然療法～』目次

はじめに	2
01アトピー経歴	5
02薬を断ったきっかけ	8
03脱ステ後の治療①～通院していた頃～	9
04脱ステ後の治療②～「治してもらおう」という意識を捨てる～	12
05脱ステ前に試みたこと～体の中をキレイに～	13
06好転反応という考え方に合う	15
07栄養補強に出会う	17
08好転反応の嵐を乗り越える	19
09腸クレンジング～傷がない柔らかい肌～	27
10重金属の解毒①	29
11重金属の解毒②	33
12ヒールとメンドによる解毒	39
13二度目の腸クレンジング、ヒールとメンド&近況	50
14アトピーについて思うこと	52
15アレルギーマーチってご存知ですか?	54
おわりに	55
自然療法で完治を目指す前に サポートスタッフより	56
編集後記 クエスト・ユーザーグループ	62

画像集 I
p.23～

画像集 II
p.35～



②『リウマチ/膠原病と向き合う』（全90ページ）

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です。

リウマチ/膠原病を解決しようとクエスト社の製品を使い始める方は大変多くいらっしゃいます。健康問題を解決するには、病気についてきちんと理解し、どのように生活を見直していったら良いのかを知ることが大切です。体に良いとされていることが、リウマチ/膠原病の方には無理がある場合もあります。また、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。

*巻末の体験談集IIでは、多くのリウマチ/膠原病から卒業した方の例の中から、3人の方の回復過程を詳しくご紹介した未発表の体験談も掲載しています。回復途上の皆様の参考にさせていただければ幸いです。

『リウマチ／膠原病と向き合う』目次

1 リウマチ／膠原病とは？・・・7
 2 検査について・・・10
 <検査数値の見方>
 3 リウマチ／膠原病の治療・・・12
 4 食事を見直す・・・14
 <食事の注意点>
 5 生活習慣を見直す・・・19
 6 好転反応の乗り越え方・・・25
 ◆痛みへの対処の仕方
 7 サプリメントによる栄養補強
 ～お勧めのサプリメントと飲み方・・・30
 8 リウマチ／膠原病を治そう
 ～完治のために・・・34
 ◆薬を止める時期の注意点
 ◆リウマチ／膠原病患者の家族の方へ
 9 モチベーション維持のコツ・・・38
 10 治る人、治らないはここが違う・・・41
 <治る人>
 <治らない人>
 11 健康を維持する／さらなる健康を手に入れる・・・42
 体験談集Ⅰ・・・44
 自然療法のみで回復した方たち
 薬+自然療法で回復した方たち
 参考体験談：繊維筋痛症のような症状から解放されました
 体験談Ⅱ・・・53
 10年間のステロイド注射から卒業しました
 リウマチ症状、強膜炎、シェーングレン症候群からの回復
 薬を併用しながらリウマチを卒業しました
 膠原病（多発性筋炎）克服体験談
 おわりに～サポートスタッフより

薬剤師健康コラム

薬剤師専門相談の例・・・11
 痛みと鎮痛剤のおはなし・・・23
 季節ごとのアドバイス・・・43
 風邪と上手な付き合い方・・・88

コラム

ステロイド外用薬と痛み・・・11
 断食療法について・・・16
 現代型栄養失調について・・・17
 腸内環境と免疫力・・・18
 自分の治癒力を信じる・・・26
 腹式呼吸法と丹田式呼吸法について・・・28
 家事との関係・・・34
 生活の工夫・・・35
 妊娠と出産・・・36
 子育てと治療・・・36
 関節の変形・・・37

Q&A

冷え取りはいつまで行えばよいのでしょうか？私は冷えてないと思うのですが好転反応と悪化の区別がつきません
 早く治したいのですが、サプリメントや水はたくさん飲んだ方が効果的ですか？
 重金属の解毒（ヒールとメンド）を早く行いたいのですが
 免疫力を上げるサプリメントはリウマチを悪化させ、クスリの効果を減らしませんか？
 治った後もサプリメントを飲まなければいけませんか？
 どうしても早く症状を取り去りたい
 関節の変形が怖くて不安が大きい
 薬は絶対止めた方がよいですか？

<リウマチ／膠原病と向き合うの感想をいただきました>

早速、ざっと拝読させていただきました。早々にお送りいただきありがとうございますm(__)m
 読んでると普段の苦しみも忘れて、前向きに治していきたいと力をもらえました。ざっとしか読んでいないので、頭に叩き込むように何度も読んでいきたいと思えます。これからもお世話になります。どうぞ宜しくお願い致しますm(__)m (H様)

<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／無料）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。

夏季休業のお知らせ

- ◎ユーザーグループ：8月8日（金）から8月17日（日）
 ・なお、休業中も代表メールアドレスへのお問い合わせにつきましては、通常よりもお返事にお時間をいただきますが、受け付けております。ご不便をおかけしますが、何卒ご了承ください。
- ◎ジャパンサポートセンター：8月9日（土）から8月17日（日）

薬剤師専門相談日程

7月：28日（水）
 8月：4日（月）、7日（木）、20日（水）、22日（金）、26日（火）
 ※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。

★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や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/>