quest group

クエスト・ユーザーグループニュース　Vol.30

2015年10月号

皆様、こんにちは。日増しに秋も深まってきておりますが、空気も乾燥してきて風邪やインフルエンザに注意が必要な季節です。また、今年は新型ノロウイルスの流行も懸念されています。うがいや手洗いなどを徹底することはもちろんのこと、日頃から十分な栄養と休息も心がけ免疫力を高めておきましょう。
さて、今号のユーザーグループニュースでは、もうすぐ終了のキャンペーンのご案内やユーザーグループの活動報告など盛りだくさんの内容でお届けします。どうぞゆっくりご覧ください。

＜＜健康管理セット発売開始キャンペーン！もうすぐ終了10月31日まで＞＞

日々の健康を保つ上で気になる毒素の除去、細胞の修復など
さまざまな不安要素から体を守るための「健康管理セット」が誕生しました！

セット内容は・・・
【ネオパック】
ビタミン、ミネラル、酵素など健康維持に必要な栄養が摂取できるベースサプリメント。
この度リニューアルし、オメガ３必須脂肪酸を増量しました

【ネオガード】
病気の原因となる活性酸素の害から体を守るための
抗酸化ビタミンが豊富

【ネオクレンズ】
重金属、食品添加物などの毒素、放射汚染から身を守ってくれる植物栄養素をブレンドした解毒サプリメント

健康を保つには毎日の積み重ねが大切です。「ネオクレンズ」で毒物の蓄積を防ぎながら、「ネオパック」「ネオガード」で良質な栄養素を補い病気を寄せ付けない体づくりをしましょう。

～～～秋キャンペーンもうすぐ終了！～～～
10月31日までのご購入で、「ネオガード」をもう１本プレゼント！
大変お得なこの機会にどうぞご利用ください。

10月31日まで
もれなくネオガードをプレゼント

◆健康管理セット
（商品番号：3080P）　価格：160ドル

＜飲み方の目安＞
◎ネオパック:大人１日１袋。体重の軽い方の場合は、体重20キロあたり、１日に白い粒１つと黄色の粒１つを目安に。
◎ネオガード:１日４粒目安。初めての方は、少量（1～２粒）からお摂りいただくのがおすすめです。慣れてきた方は、体調を崩しそうな時や解決したい健康問題がある場合は増量するなど、体調に合わせて増減してください。
◎ネオクレンズ：１日１～３カプセル目安。

＜＜健康管理セット 栄養成分＞＞
★ネオパック：ビタミンA、ビタミンC、ビタミンD、ビタミンE、チアミン、リボフラビン、ナイアシン、ビタミンB6、葉酸、ビタミンB12、ビオチン、パントテン酸、カルシウム、ヨウ素、マグネシウム、亜鉛、セレニウム、銅、マンガン、クロミウム、モリデブン、カリウム、オメガ3(EPA、DHA）、イノシトール（ビタミンB複合体）、パラアミノ安息香酸（ビタミンB複合体）、塩酸ベタイン、ブロメライン、ボロン、その他植物由来の酵素：果物ブレンド（りんご、アプリコット、ブラックベリー、ブラックカレント、ブルーベリー、さくらんぼ、ぶどう、オレンジ、パパイヤ、もも、パインアップル、ラズベリー、いちご）、野菜ブレンド（ブロッコリー、キャベツ、人参、セロリ、ピーマン、トマト、ほうれん草）、海草、米ぬか、柑橘類のバイオフラボノイド、蜂の花粉、ロイヤルゼリー、オリーブオイル、クロスグリオイル、パセルオイル、ユッカ
★ネオガード：ビタミンA、ビタミンC、ビタミンE、亜鉛、セレニウム、その他（ブルーベリーパウダー、茶抽出物、ターメリック、松の表皮のエキス、いちょうの葉エキス、ガーリック、海草）
★ネオクレンズ：海洋植物栄養素ブレンド（クロレラ、スピルリナ、ケルプ）、スーパーグリーンブレンド（ブロッコリースプラウト、アルファルファ、大麦若葉、小麦若葉）

☆ユーザーグループって、どんなことをしているの？☆
～ユーザーグループの紹介～

ユーザーグループは、会員の皆様のお問い合わせ以外にも実に様々な活動を行っています。
日々行っている活動について、ご紹介します♪

1．クエストグループのキャンペーン企画、新製品の企画

クエスト社の「サプリメントカッター」や「おなかサポートチュアブル（チュアブルタイプのプロバイオティクス）」は、UG(ユーザーグループ）のアイデアで商品化されました。電話やメールのご相談で様々な会員の方のお声を聞いたりお答えする中で、皆様にどうしたら喜んでいただけるかを日々考えています。これからも様々な企画を提案していきたいと思っておりますので、どうぞお楽しみに。

2．ナチュラルヘルスニュース（季刊：クエストグループの発行）のお手伝い

クエスト本社から送られてくるアメリカ最新の健康ニュースは、UGのスタッフが一部翻訳して皆様にお届けしております。

3．UGニュースレター（季刊）、ポイントレターの発行

クエスト商品をご購入いただいた方に、お手持ちのショッピングポイントのお知らせ（葉書、またはメール）に、季節のお便りとインフォメーションを載せてお届けしています。またUGニュースレター（お読み頂いているものです）では、会員の皆様に役立つ情報やお知らせを載せています。

4．小冊子の企画・編集・発行

UGオリジナルの小冊子を発行し、大変好評を頂いております。
①『アトピーと向き合う～脱ステ・脱プロ・自然療法～』（冊子版、ダウンロード版）
②『リウマチ／膠原病と向き合う』（ダウンロード版のみ）
いずれもダウンロード版のみクエスト会員様に限り無料で進呈しております（原則として１冊子につき、お一人様１回のみ）

5．会員の皆様のサポート

その１）電話相談：０３−３９６９−９０７０（１０−１６時　土・日・祝日を除く）
受付時間以外は、留守番電話にてご用件を承っています。上記の番号に電話を頂くとメッセージが流れますので、その後に、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。また、最後にこちらからお返事するのにご都合のよい日時や連絡方法など（メール、電話、郵送）をお知らせください。

メール相談：info@questuser.jp （２４時間受付中）
原則としてお問い合わせを頂いた翌日から数えて２営業日以内に返信しておりますが（休業日を除く）、ご相談内容によっては、お返事に少しお時間を頂く場合もございますので、ご了承ください。

☆サプリメントの飲み方、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、相談を承ります。スタッフは、自分や家族、子供が自然療法で健康になった経験を生かし、その経験を皆さんと分け合い、助け合いたいと思っている製品サポート・スペシャリストです。常に最新の情報をお伝えするために、サプリメントアドバイザーの資格を持ち、勉強会をしています。

その２）薬剤師資格をもつスタッフの専門相談 (無料／予約制)
薬との飲み合わせ、検査数値の見方などを含めて、ご質問・ご相談を承ります。また、自然治癒力を上げる気持ちの持ち方や、生活習慣の改善等のアドバイスもさせていただいております。
リウマチの方を始め、様々な症状でお悩みの方にご利用いただいておりますが、薬を飲んでいない方も、是非お気軽にご相談ください。

専門相談日程
10月：27日（火）
11月：4日（水）、6日（金）、11日（水）、17日（火）、20日（金）、24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。

その３）アトピーや皮膚症状の相談につきまして

アトピーや皮膚症状に詳しいスタッフがおりますので、電話やメールでお気軽にご相談ください。
皮膚の問題の場合、生活上で気をつけて頂きたい点が多くありますので、お問い合わせ頂くことをお勧めします。

その４）郵送でのサポート

PC環境にない方のために、郵送で会員様のサポートを行っております。

６．ユーザーグループのおすすめ品

栄養補強の効果をより上げるためにも、生活を見直すことは重要です。
UGではまず簡単に取り入れられるものとして、冷えとり靴下を始めとする絹製品などを使うことをお勧めしています。またこれからの季節は、「よもぎ蒸しパッド」、「薬草ホットパッド」、「こだわりホットパック」などを活用することは、体の痛みや疲れなどのある方には、回復の近道ともなります。
その他に無農薬のお米やミネラルたっぷりの自然塩など、UGいちおしの体によいものが一カ所で購入できるウェブショップでご案内しております。皆様の健康のためにお役に立てれば幸いです。

★UG通販　健康応援ネット　http://kenko-ouen.net

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

これからも会員の皆様がクエスト社の製品を通じて、健康で楽しい生活を送れるよう、いろいろと企画していきたいと思っております。皆様からご要望などもぜひお聞かせください。

＜子供の健康必須セット体験談　　神奈川県 Y様＞

現在、私の息子は小学３年生、８歳ですが、６歳の頃に発達障害と診断されました。
去年の夏までは、学校の授業中に座っていても落ち着かずに、クラスにいられないくらいの状態でした。またお友だちの話を全部聞かないで勘違いで怒ったり、イライラも多かったです。

しかし去年７月から子供の健康必須セット（ネオガードチュアブル、おなかサポートチュアブル、ネオセル）を摂り始めたところ、２–３ヶ月で先生たちからものすごい成長です、と言われるようになりました。

集中力が上がり、普通学級で普通に授業も受けていられるようになり、お友だちの会話を聞こうとするようになりました。
また、お友だちとの関係も、嫌なことをされたときに、何かやったから怒ったと認識できるようになりました。

◆子供の健康必須セット
価格：150ドル

ここまでうまくいってる子はいない、ものすごい成長幅が大きいと先生方に言われています。

クエスト製品の体験談大募集！！

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6,250円相当！）を進呈いたします。info@questuser.jpまでお送りください♪

＜サプリメントアドバイザーエッセイ＞

～何ヶ月栄養補強をしたら、○○の症状がなくなるの？～

上の題名に書いたようなご質問をときどき頂くことがあります。

最近ニュースになっているガンの場合、化学療法を何クール行う、といったことを聞くので、栄養補強にもあらかじめ決められたスケジュールがあると思われるのかもしれません。

また、風邪ならば「この薬を１週間飲みましょう」という形で処方されたり、今年のインフルエンザはこのワクチンを１回注射すれば、という情報を聞き慣れてるからかもしれません。また予算を考えてのことかもしれません。

確かに、フルタイムで働き残業もある方、子育て中のお母さん、大学生、シニアの方、と人生の段階が様々な方でも、病院で投薬されるとしたら、授乳中や妊娠中であるかどうかは考慮されるかもしれませんが、同じ病名なら検査数値と症状を元に、同じ薬が出されるのが一般的です。これは多くの場合「診療ガイドライン」に基づいて行われています。

しかし、私どもクエスト・ユーザーグループのサプリメントアドバイザーは、同じ病名でもお一人お一人が置かれた状況を大切に考えてご提案しています。

例えば、お仕事が忙しければ心身にかかるストレスも多いでしょうから多めの栄養が必要になりますが、最初から沢山飲むと好転反応が出る場合も多いのでその点も考慮します。
小さいお子様を育てているお母さんも、好転反応が辛くても子どもさんの世話は休めませんから、この場合も少量からというご提案が多いと思います。
どんな好転反応が出ても辛くても我慢できるし、世話をしてくれる人がいるから大丈夫！という方は、最初から大量に飲むことを選択する場合もありますが、そういう方はごく少数です。

こう書くと、上に書いた方たちが同じ病名でも、どのくらいの期間栄養補強をしたら良いか、は全く異なることが分かって頂けるでしょうか。

また、栄養補強は免疫力を上げるためのひとつの方法でしかありません。
まず、体調が悪いときはしっかり休むことが大切であること、そしてお食事もできるだけ見直していくことが大切です。ストレスマネジメントも大事です。
そういったことを今すぐ全て改善することができなくても、少しずつ変えていくことができるかどうか、によっても「どれくらいの期間で回復するか」は変わってきます。

そのため、サプリメントの摂り方についてお問い合わせ頂いた際には、病名や飲んでいる薬だけでなく、生活状況などもお伺いしております。

もし、ご自分の状況や体調に合った栄養補強についてお聞きになりたい方はお気軽にお問い合わせください。

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にて、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。

☆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：info@questuser.jp　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５００円（手数料・送料込／＊送料変更のため、価格が変わりました）につきましては、現在、「アトピーと向き合う」のみございます。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出合う・・・・・・・・・・・・・・・・15
07栄養補強に出合う・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・17
08好転反応の嵐を乗りこえる・・・・・・・・・・・・・・・・・・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８２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、２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していただけましたら幸いです。

『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 好転反応の乗り超え方・・・・・・・・・・・・・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

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

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？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？
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した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います。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。

★☆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。

◎休業日のお知らせ◎

誠に勝手ながら、11月18日（水）の電話相談窓口を休業させていただきます。留守番電話にいただいたお問い合わせの回答は翌営業日以降に順次折り返し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。

☆サプリメントの相談や、専門相談の予約（薬剤師相談）は、info@questuser.jp
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/