



# 健康生活<sup>®</sup>

クリスマスキャンペーン

巻頭  
企画

P2~3

## ポイントプレゼント実施中

読めば  
得する  
お得情報が満載!!

インシップキャラクター  
元気のツボくん



### 特集ページ

- P4 免疫力を上げる!!
- P12 肌がかゆい!  
大人肌のツラ~イ悩み
- P16 ロコモティブシンドローム  
~動ける未来のために~

### お試しキャンペーン

- P14 肌水分対策サプリ **45%OFF**  
ピーチセラミド
- P15 サメの軟骨 **半額**
- P20 筋力対策サプリ **29%OFF**  
HMB

### お買い得情報

- P8 たたかう免疫力セット **22%OFF**  
「プロポリス粒」+「ビタミンD」



Turnip

情報  
開示



インシップだけの最高品質の証!

# 健康食品の 5W1H

業界初受賞!

農林水産省  
食料産業局長賞  
受賞!!

第35回食品産業優良企業等表彰  
CSR部門

ご購入金額 税抜6,000円ごとに

# 500ポイント プレゼント

キャンペーン期間

11/25~12/24まで

●電話受注分、ハガキ・FAXは弊社到着分まで ●会員様 1家族ご注文1回限り

税抜 18,000円以上で

1,500  
ポイント



税抜 24,000円以上で

2,000  
ポイント



## ご注意

- 期間中、会員様1家族ご注文1回限りです。お届け先1ヵ所のみが対象となります。●インショップでのご注文が初めての方はプレゼント適用外です。
- ポイントの発生は入金確認後です。●ポイント発生後、次回のご購入よりご利用いただけます。●オンラインショップのお支払いにはポイントはお使いいただけません。
- ご購入金額とはポイント還元対象外を除いた金額です。●楽着サービスについては、原則12月上旬・中旬・下旬お届けの1ヵ月分が対象です。
- 楽得コース・楽着サービスで商品をご同送の場合、原則12月上旬・中旬・下旬のお届けが対象です。

# クリスマス プレゼント キャンペーン

今年も残すところあとわずかとなりました。  
日頃のご愛顧に感謝を込めて、インシップからクリスマスプレゼント！  
来年も素敵な年になりますように…

税抜 6,000円以上で

500  
ポイント



税抜 12,000円以上で

1,000  
ポイント

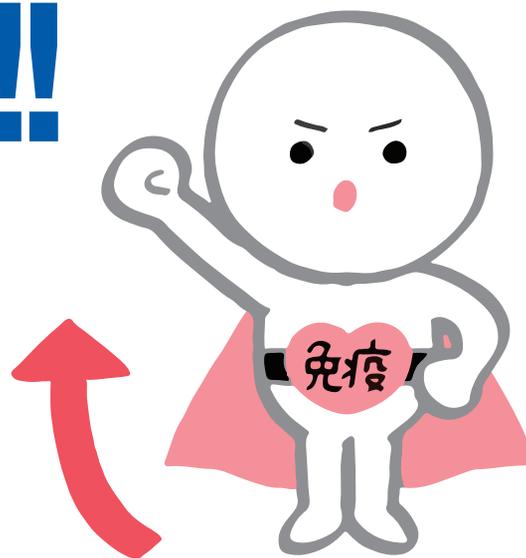


うれしい  
特典!

インシップのポイント制度にはうれしい特典がたくさん！  
詳しくは **P31** をご覧ください。

# 免疫力を 上げる!!

免疫力を上げたいけれど、  
何からはじめればいいのかわからない。  
というかそもそも免疫って何？  
そんな方に、免疫の基礎知識と  
上げるためのコツについて  
お教えします。



## 免疫とは

私たちの周囲には、日常的にホコリやウイルス、細菌などさまざまな異物が存在しています。そのような異物が体内に侵入すると病気となってしまうため、皮膚や粘膜は異物を取り込まないよう体を守っています。

また、それでも異物が体内に侵入してしまった場合には、白血球がその異物を撃退します。このように、病気を免れるように働く防御機能が免疫なのです。免疫には、誰もが生まれつき持つ自然免疫と、免疫細胞が抗体をつくって異物を退治する獲得免疫の2種類があります。

### 自然免疫

すべての異物に対して、広く浅く反応する免疫。体の第一防衛隊として働く。

### 獲得免疫

刺激を受けた異物に対して、狭く深く特異的に反応する免疫。体の第二防衛隊として働く。

# 人の体を守る防衛隊 免疫システム

免疫システムの主役は白血球です。白血球は単球・顆粒球・リンパ球の三種類の免疫細胞で構成されています。情報を伝達しながらチームプレーで敵を攻撃し、異物から私たちの体を守ってくれています。

攻撃



◎好酸球 ◎好中球 ◎好塩基球

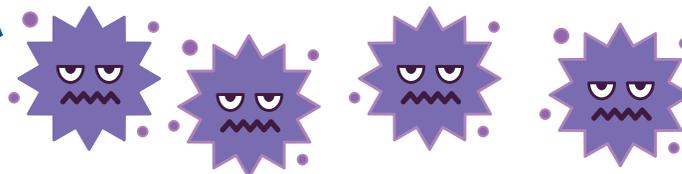
顆粒球

殺菌作用のある顆粒を持つ細胞群。好酸球は寄生虫を処理するのが得意な反面、アレルギー性皮膚炎の原因になることも。好中球は酵素のはたらきで食べた細胞を消化して殺菌する。好塩基球は寄生虫から体を守る反面、ヒスタミンを放出することでアレルギー反応を起こすこともある。

## 第一防衛隊

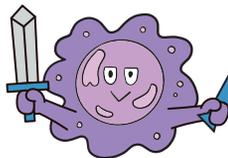
自然免疫

菌やウイルスなどの異物



## 第一防衛隊

自然免疫

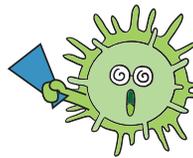


攻撃

情報伝達

◎マクロファージ 単球

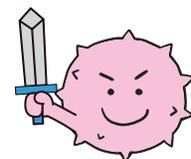
進入してきた異物を認識し、丸ごと飲み込んで分解酵素で処理。ヘルパーT細胞に異物侵入を知らせる。



情報伝達

◎樹状細胞 単球

異物を取り込んだり、死んだ異物の破片を集め、その情報をヘルパーT細胞に伝える。



攻撃

◎NK細胞 リンパ球

異物に感染した細胞を、他の細胞の協力なしに単独で攻撃。高い殺傷能力を持つ。

## 第二防衛隊

獲得免疫



指令

◎ヘルパーT細胞 リンパ球

マクロファージや樹状細胞から受け取った情報を読み取り、攻撃戦略を立て、B細胞やキラーT細胞に指令を出す。



攻撃

◎キラーT細胞 リンパ球

ヘルパーT細胞に指示を受け、異物に感染した細胞に分解酵素を噴射して、丸ごと分解する。



攻撃

◎B細胞 リンパ球

武器（抗体）を大量に作って放出し、異物を分解する。また、敵の情報を記憶する。

## ストレスこそが免疫力を低下させる正体

前のページで、免疫システムの主役は白血球であるとお伝えしましたが、その白血球は自律神経と綿密に関わっています。

まず、自律神経とは何かというと、神経には脳と脊髄の中枢神経と、その中枢神経から枝分かれし臓器や器官を結ぶ末梢神経があります。さらに、末梢神経のなかには体の各部を自分の意思で動かす体性神経と、自分の意思では動かせない自律神経があります。そして、脳が命令しなくて

も心臓や消化器官などを動かしている自律神経には、交感神経と副交感神経があります。

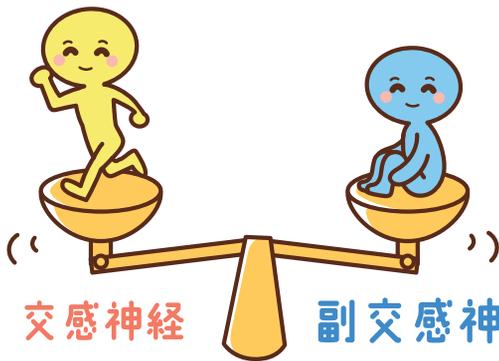
白血球の中で、NK細胞やB細胞などの「リンパ球」を支配しているのは、休むときに働く副交感神経です。副交感神経はリラックスをした状態の時に働く神経です。対して好中球や好塩基球などの「顆粒球」を支配するのが、行動すると働く交感神経です。交感神経はイライ

ラや緊張の時に働く神経です。

リンパ球も顆粒球もどちらも免疫の自己防衛システムでありながら、実は顆粒球には困った性質があります。顆粒球が異物と戦って死んだ後には、活性酸素

という毒をまき散らしてしまうのです。顆粒球は大きな異物を食べてくれる働きはしますが、その後にまき散らされた活性酸素が組織や細胞を破壊する原因となり、これが病気の発生につながってしまうのです。

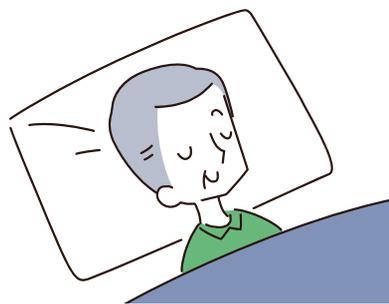
つまり、副交感神経が優位にあつてリンパ球が増えず、かつ交感神経が落ち着いていて顆粒球が増えすぎない状態こそが「免疫力が高い」状態と言えます。そして、この交感神経と副交感神経のバランスをくずす一番の原因がストレスなのです。



# 免疫力を上げるコツ

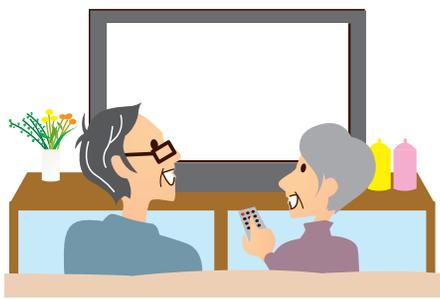
## ● 寝る

良質な眠りが免疫力を高めます。睡眠中にはさまざまなホルモンが分泌され、中でも成長ホルモンは、免疫の強化や傷ついた細胞の修復をするため、寝ている間に心身をメンテナンスすることができません。



## ● 泣く、笑う

能動的に涙を流す、または大声で笑うことで気分がスッキリします。同時に、幸せホルモンのβエンドルフィンが増加するため、ストレスを和らげ免疫力を高めます。テレビや映画、本など自分の好きなもので試してみてください。



## ● 踊る

踊りは、骨格や筋肉を動かす運動効果で交感神経を優位にしなから、体を揺らすという副交感神経が優位になる動きもみられるのでおすすめです。ラジオ体操でも盆踊りでも、適当な節を口ずさみながらリズムカルに揺れるだけでもOKです。



## ● 食べる

胃腸の調子を整えることが、免疫力の向上につながります。例えば、玄米に豊富な食物繊維は、腸管を活性化に動かすので副交感神経の誘導を促します。発酵食品やキノコ類、海藻類などをしっかりと食べましょう。



# パワーセット

ダブルで  
お買い得!

## ただかう免疫力セット

今月号 から  
スタート



通常価格 **2,500円** (税込2,700円)



通常価格 **350円** (税込378円)



今年の冬も  
はね返す力で  
乗りきる!

プロポリス粒の  
**ココ**がスゴイ

- 品質に定評のある**ブラジルミナス・ジェライス州産**のプロポリス
- 愛媛県産 100%の**青みかん成分配合**
- 独特な匂い・味が苦手な人にもおすすめ  
**飲みやすい粒タイプ**



ビタミンDの  
**ココ**がスゴイ

- バリアやもろさが気になる方に必須、**太陽のビタミン!**
- 1日たった1粒**なのに、**35µg (1,400 IU)** しっかり補える



冬に負けない体をつくる

プロポリスは、様々な外敵から巣を守るために、ミツバチが植物の新芽や樹脂・ミツロウを集めて作った物質。そんな「天然の防衛物質」とも呼ばれるプロポリスは、季節の変わり目の健康維持におすすめ。「日本人の98%が不足している」として注目を集める、底力アップ成分『ビタミンD』と一緒に摂って、負けない体づくりを!

期間【11月25日~2025年1月24日まで】 期間中、何セットでもご注文いただけます。



## ただかう免疫力セット

プロポリス粒 + ビタミンD

必ずこのセット  
商品番号で  
ご注文ください

セット商品番号  
**5909**

通常価格  
~~2,850円~~  
(税込3,078円)

特別価格  
**2,200円**  
(税込2,376円)

今だけ  
**22% OFF**

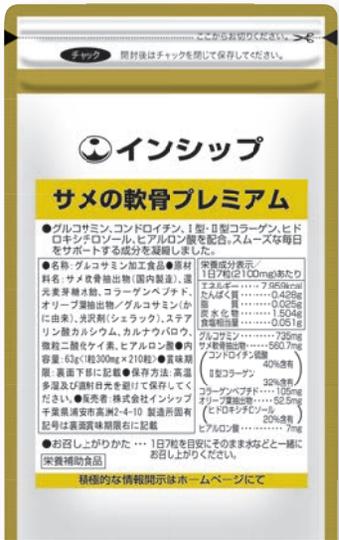
\*商品について詳しくはP23~28をご覧ください。

ダブルで  
健康サポート

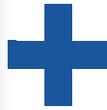
# Wダブル

## 足取り軽快セット

先月号 から  
スタート



通常価格 **2,839円** (税込 3,067円)



通常価格 **1,200円** (税込 1,296円)

歩くのが不安  
動くのが億劫  
という方におすすめ

この2商品でこれだけ摂れる!

グルコサミン  
735mg

コンドロイチン  
296.28mg

コラーゲンペプチド  
1436.1mg

Ⅱ型コラーゲン  
179.42mg

ヒドロキシチロソール  
10.5mg

ヒアルロン酸  
7mg

※一日摂取目安あたり

6つの成分が  
足取りを軽快に!

ふしぶしの違和感に6つの成分からアプローチ! 二大軟骨成分はもちろん、ふしぶしに多く含まれているⅡ型コラーゲン、低分子化したコラーゲンペプチドなどふしぶしに嬉しい成分をまとめて配合。健康的な歩みのために始めてみませんか。

**【12月24日で終了! お急ぎください!】** 期間中、何セットでもご注文いただけます。

階段も  
ラクラク♪



必ずこのセット  
商品番号で  
ご注文ください

セット商品番号  
**5899**

## 足取り軽快セット

サメの軟骨プレミアム + コラーゲン粒

通常価格 ~~4,039円~~  
(税込 4,363円) → 特別価格 **2,980円**  
(税込 3,219円)

今だけ  
**26% OFF**

# 健康食品 Q&A



健康食品について、  
みなさまから多くのお問い合わせをいただいております。  
その一部をご紹介します。



Q

健康食品は、  
効果がありますか？  
どのくらいで効果が  
できますか？

A

健康食品は健康の維持や病気の予防を  
目的とするもので、治療を目的とする  
医薬品とは異なるものです。お体に緩やかに  
作用するものですので、実感を得るにはお摂  
りになる時の体質や体調などによって個人差  
があります。どちらの商品についても、目安  
として、**続けてお飲みいただいたうえで最低  
3ヶ月とお考えください。**  
また、基本となるのは、日々の食生活。サ  
プリメントは食事の代わりにはなりません。  
必要な栄養素は毎日の食事から摂ることが望  
ましいです。しかし近年、食品に含まれる栄  
養価自体が減少しており、バランスの良い食  
事を心がけていても十分に摂取するのが難し  
いのが現状です。食生活が偏りがちな人は特  
に、良質のサプリメントで効果的に栄養素を  
補っていく必要があります。

Q

健康食品は1日のうちで  
いつ摂るのが効果的？

A

健康食品は食品ですので、基本的には  
いつお摂りいただいても差し支えござ  
いません。目安が多いものについては、2  
〜3回に分けていただいても大丈夫です。タ  
イミングとしては、**胃や腸の消化吸収が活発  
になっている食事の後に、コップ1杯程度の水  
またはぬるま湯で飲むことをおすすめします。**  
また、**ご自分のライフスタイルにあわせて  
飲み方を決めていただく**と、習慣化しやすく、  
飲み忘れを防ぐことができます。例えば、食  
事の際に1日の目安量を分けて摂る、お出か  
け前に1日の目安量をまとめて摂る、など日々  
の生活にあわせて  
ご利用ください。



Q

長いこと  
飲んでるんだけど、  
副作用はないの？

A

健康食品の副作用を心配する方が多いですが、健康食品はあくまで食品の一種です。普段の食事と同じなので、医薬品のような副作用はありません。ただし、健康食品はたくさん栄養素を飲みやすく凝縮しているため、その時の体調や体質によって食あたりを起こす事もあります。胃腸が弱っているときにサバを食べるとよくないのと同じです。その場合は、摂取を中止するか、粒数を減らすなどして様子を見ましょう。

また、他の要因も考えられるため、医師・薬剤師にご相談いただくことをおすすめいたします。

Q

目安量より多く  
摂っても大丈夫？  
摂りすぎの心配は  
ないですか？

A

食品ですので特に心配はありません。弊社商品は全て、成人で体重50〜60kgの方を想定してお作りしております。1日の摂取目安量をご参考の上、体調に合わせてお口上がひびかえ。尚、健康食品は多く摂取すれば、その分だけ健康が増進する、といったものではないです。継続して摂取していただき、健康にお役立ていただければ幸いです。



Q

健康食品は  
薬と併用しても  
大丈夫？

A

薬によっては、まれに飲み合わせが問題になる場合もございます。そのため、薬を服用されている方や治療中の方は、かかりつけの医師・薬剤師にお知らせください。健康食品は、いわゆる食生活の一部であり、体にかかわりのあることです。かかりつけの医師・薬剤師に知っていただくということも大切だと考えております。最近では、問診票やお薬手帳に、利用している健康食品を記入する項目もありますので、お伝えしやすいのではないかと思います。



# 肌がかゆい!

## 大人肌のツラ～イ悩み

秋から冬にかけて空気が乾燥しだすと、「特に発疹があるわけでもないのに、全身がなんだかかゆい」という話をよく耳にします。「子供のころはなんともなかったのに、年を取ってそういった症状が出てきた」とも。空気の乾燥によって肌の保湿力が失われて起きる、大人肌のツライかゆみの原因をさぐります。



かゆみの多くは「全身性皮膚そう痒症」  
ぜんしんせいひふそうようしょう



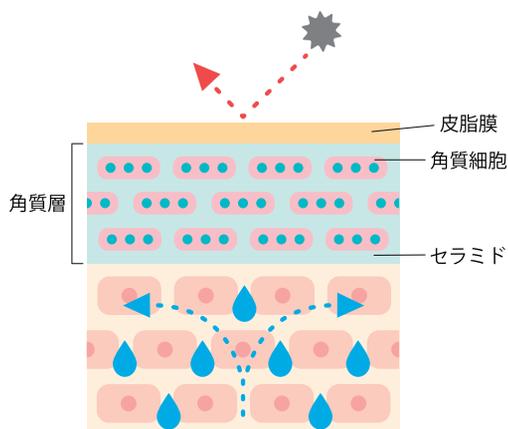
「全身性皮膚そう痒症」とは、発疹を認めないにもかかわらず痒みを訴える疾患であり、長期にわたる強い痒みによって、睡眠や日常生活に大きな支障をきたします。原因として最も多いのは、皮膚の乾燥（乾燥肌）によって引き起こされるケースです。

※全身性皮膚そう痒症の原因としては、乾燥肌以外にも、糖尿病や甲状腺機能異常など内臓の病気が原因の場合もあります。病気が疑われる場合は、病院できちんと検査をうけましょう。

## 健康な肌と乾燥した肌

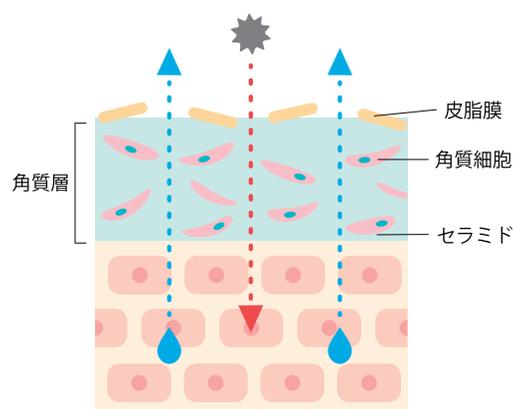
### 健康な肌

角質細胞の間にセラミドなどの細胞間脂質が十分にあるため、水分が保持されています。また、角質層の表面は皮脂膜に覆われているので、外部からの刺激を防ぎます。



### 乾燥した肌

角質層の表面を覆っていた皮脂膜が壊れ、肌の水分は蒸発してしまいます。細胞間脂質が不足し角質層が乱れるため、バリア機能がうまくはたらかなくなります。



中高年になると、皮脂や汗の分泌が減少するため、肌はどうしても乾燥しやすくなります。肌が乾燥すると、外部からの刺激が皮膚の内部に直接加わるため、ちょっとした刺激でもかゆみの原因となってしまうのです。

## かゆみを防止するためのスキンケア

肌の中の水分を補う

### 「補湿」

セラミドなどの細胞間脂質を増やし、肌に水分を補いましょう。化粧水（ローション）は、水分と水溶性の保湿成分が含まれており、肌に潤いを与えて調子を整えてくれます。



セラミドの補給と、毎日のスキンケアで、かゆみにさようならしましょう！

水分の蒸発を防ぐ

### 「保湿」

肌の表面を油分で“ふた”をして、水分の蒸発を防ぎましょう。乳液やクリーム、軟膏などの油分を使用しましょう。特にお風呂あがりは肌の水分が蒸発しやすいので、タオルで水気を拭き取ったら5分以内に塗ってください。

# お試しキャンペーン商品

かゆい…

こんな**症状**が  
気になりだしたら

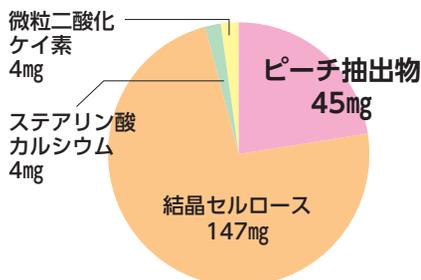
**肌が乾燥しがち**

## 国産の“モモ”で潤いを守る

肌が潤いを保てるのは、「セラミド」という物質が細胞と細胞を接着し水分の蒸発を防いでいるから。しかし、加齢や季節に伴う外敵要因によって不足すると、肌のバリア機能は衰え、乾燥や荒れを引き起こしやすくなります。インシップの『肌水分対策サプリ（ピーチセラミド）』は、モモからとれたセラミドを使用。モモ1個には、セラミドが3mg含まれている\*ので、一袋（一ヶ月分）で、モモ13.5個分のセラミドが摂れます。国産のモモを原料とした、『肌水分対策サプリ（ピーチセラミド）』で、冬の乾燥から肌の潤いを守りましょう。

※過食部150gとして

### インシップは原料をすべて開示！



[原材料配合表(1粒中)]



### 肌水分対策サプリ(ピーチセラミド)の5W1H

なぜ	なにを	どこで	だれが	いつ	どのように
目的	主原料	主原料採取地	主原料メーカー	製造年月日を表示	加工処理方法・会社の姿勢
お客様の ために	モモ	日本	オカヤス(株)	製造年月日・ 賞味期限を表示	放射能検査を 毎ロット全商品実施

\*疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。\*特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。

\*関与成分による研究レビュー採用論文のうち、代表的な1報を事例として提示しており、本製品を用いた臨床試験ではありません。\*機能については、機能性関与成分の研究レビューによります。

期間限定：11月25日～2025年1月24日まで

機能性表示食品

## 肌水分対策サプリ(ピーチセラミド)



通常価格  
~~1,880円~~  
(税込1,944円)  
**45% OFF**

キャンペーン番号 5451

**980円**  
(税込1,059円)



\*商品について詳しくはP23~28をご覧ください。

いきいき健康生活 2024.12

14

こんな**症状**が  
気になりだしたら

**階段が苦手**

曲げ伸ばしが  
つらい…

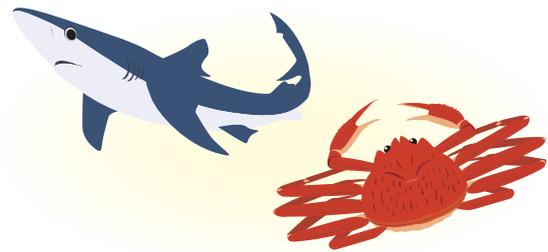
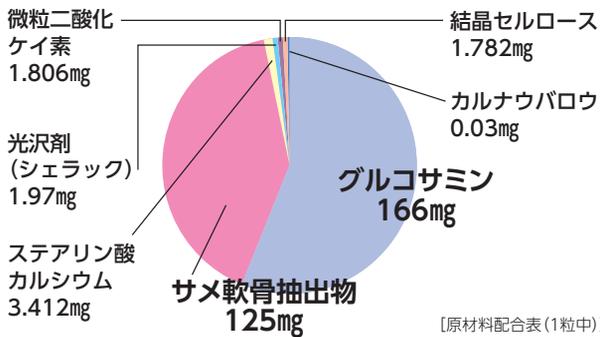


## 海の軟骨成分<sup>\*</sup>で軽快!動きに納得!

インシップの『サメの軟骨』は、海の恵みをしっかりと配合した、インシップ史上NO. 1の大人気商品です。「コンドロイチン」は、ヨシキリザメから時間をかけて抽出した高純度原料を採用。サメ一匹から0.02%しか取れない貴重な成分です。「グルコサミン」は、鳥取県境港で水揚げされた紅ズワイガニが原料です。貴重な国産100%原料を一粒あたり166mg 配合しました。この2大軟骨成分に加え「Ⅱ型コラーゲン」も含有しています。コンドロイチンとグルコサミン、Ⅱ型コラーゲンのトリプルパワーが日々の健康や活動をしっかりサポート!『サメの軟骨』で、スタスタと動ける毎日を目指しましょう。

<sup>\*</sup>サメ軟骨由来成分

### インシップは原料をすべて開示!



### サメの軟骨の5W1H

なぜ	なにを	どこで	だれが	いつ	どのように
目的	主原料	主原料採取地	主原料メーカー	製造年月日を表示	加工処理方法・会社の姿勢
お客様の ために	ヨシキリザメ 紅ズワイガニ	三大海洋 日本海	日本薬品(株)	製造年月日・ 賞味期限を表示	放射能検査を 毎ロット全商品実施

期間限定：11月25日～2025年1月24日まで



## サメの軟骨



~~通常価格  
1,800円  
(税込1,944円)~~  
**半額**

キャンペーン番号 5385

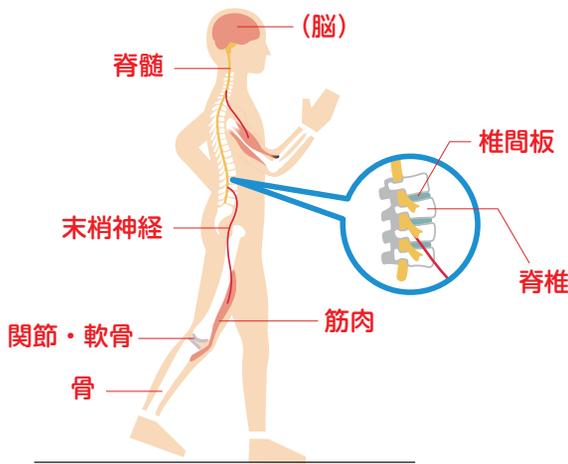
**900円**  
(税込972円)



# ロコモティブシンドローム

～動ける未来のために～

日本の高齢化社会において、ロコモが深刻な問題となっています。しかし、ロコモは予防でき回復可能な症状でもあります。未来の自分が動けるために、ロコモ対策始めてみませんか？



### 運動器とは、身体を動かす仕組みのこと

①骨（身体支持機構の中心）②関節軟骨、脊椎の椎間板など（関節内の組織・器官）③筋肉、靭帯、神経系などの動かしたり制御したりする部分（脈管系、リンパ管など身体運動に関わる組織、器官）によって構成される。

### ロコモとは

ロコモとはロコモティブシンドロームの略称で、移動することを表す「ロコモーション (locomotion)」、移動するための能力があることを表す「ロコモティブ (locomotive)」から作られた言葉です。運動器の障害により、立つ、歩くなどの移動機能が低下した状態を指します。



### 運動機能不全

- 痛み／痺れしび
- 関節可動域制限
- 柔軟性低下
- 姿勢変化
- 筋力低下／麻痺まひ
- バランス能力低下

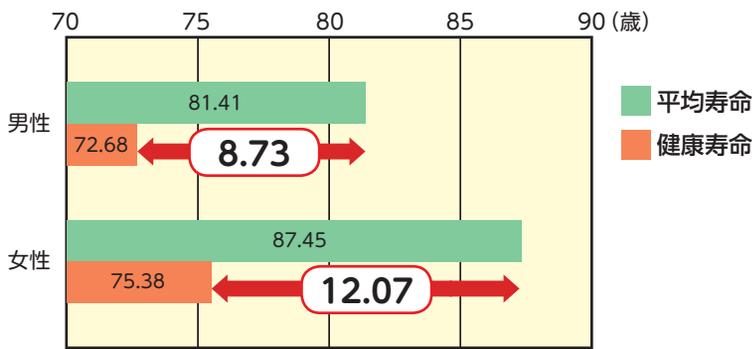


### 運動器の疾患

- |          |  |        |
|----------|--|--------|
| 骨        | <ul style="list-style-type: none"> <li>骨粗鬆症</li> <li>骨折</li> </ul>       |        |
| 関節軟骨／椎間板 | <ul style="list-style-type: none"> <li>変形性関節症</li> <li>変形性脊椎症</li> </ul> | 脊柱管狭窄症 |
| 神経／筋肉    | <ul style="list-style-type: none"> <li>神経障害</li> <li>サルコペニア</li> </ul>   |        |
- など

ロコモのつづみ

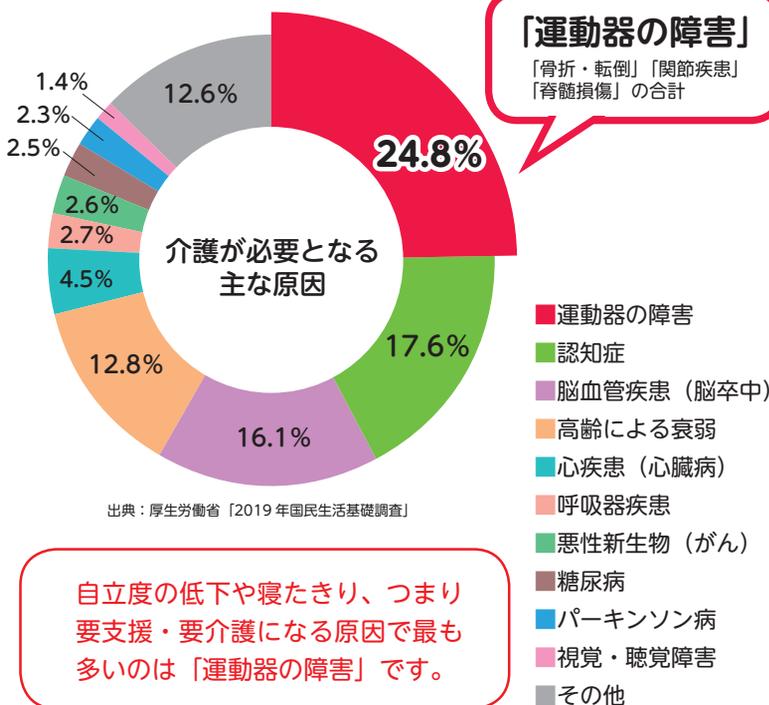
## 平均寿命と健康寿命の差



厚生労働省「令和4年版厚生労働白書-社会保障を支える人材の確保-」図表2-1-1より作成

## ロコモの進行が 要介護につながる

日本は世界有数の長寿国として知られていますが、平均寿命と健康寿命（健康で日常生活を送れる期間のこと）の間には、男性で約9年、女性で約12年の差があります。この期間は、健康上の問題を抱え生活の制限や助けを必要としていることを意味します。また、要支援・要介護の原因は総合して、運動器の障害＝ロコモが全体の約1/4を占めています。つまり、平均寿命と健康寿命の差を短縮し自立度を上げるには、ロコモを進行させないことが重要なのです。



出典：厚生労働省「2019年国民生活基礎調査」

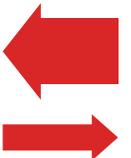
自立度の低下や寝たきり、つまり要支援・要介護になる原因で最も多いのは「運動器の障害」です。



生活活動制限  
社会参加制限  
要介護



移動機能の低下  
(歩行障害)



※適切に対処すれば再び移動機能は向上します。

チェック

# こんなことはありませんか？

## 7つのロコモチェック

こんな状態は  
要注意！



1 片足立ちで  
靴下がはけない



2 家の中でつまずいたり、  
すべったりする



3 階段を上げるのに  
手すりが必要である



4 家のやや重い仕事が  
困難である  
(掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど)



5 2kg 程度の買い物をして  
持ち帰るのが困難である  
(1 リットルの牛乳パック 2 本程度)



6 15 分くらい続けて  
歩くことができない



7 横断歩道を  
青信号で渡りきれない

7つの項目はすべて、  
骨や関節、筋肉など  
の運動器が衰えている  
サインです。

※ 1つでも当てはまればロコモの心配があります。気になる方は医療機関を受診しましょう。

ロコモとなる原因は、運動器の疾患と加齢による運動器機能不全（身体機能の衰え）の2つがあります。高齢者の場合、1つの運動器について多くの病気がでることもあるし、複数の運動器にそれぞれの病気がでることもあります。また、運動不足に伴う身体機能の低下、運動器疾患による痛みなどの要因が加わると、日常生活を自立して行うことができなくなり、健康寿命の短縮、閉じこもりからの寝たきりなど、あっという間にロコモへの負の連鎖に陥ります。

しかし、ロコモは回復可能なのが最大の特徴です。「7つのロコモチェック」に1つでも当てはまってしまった人はロコモの心配がありますが、すぐに対策を始めることでロコモを遠ざけることができます。いつまでも自分の力で歩き続け、健康寿命を延ばすために、自分でできるロコモ対策を早速はじめましょう。

# ロコモ対策

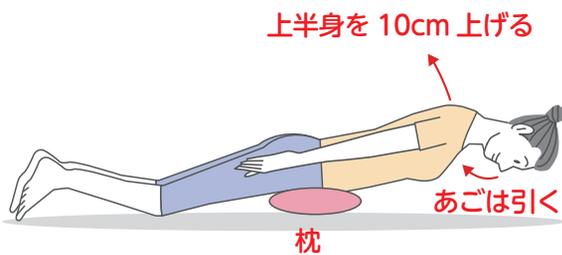
ロコモ対策の基本は、足腰のトレーニングと、エネルギーと栄養素をバランスよく摂ることです。

## 足腰のトレーニング

ロコモを予防するための運動をロコトレ（ロコモーショントレーニング）といい、下肢の筋肉を鍛えるスクワットや、バランス能力を鍛える開眼片足立ちなど、いくつかの運動が推奨されています。しかし、立ったまま行うトレーニングは不安という方は、下記の体操を試してみてください。

### ①腰痛体操 背筋運動

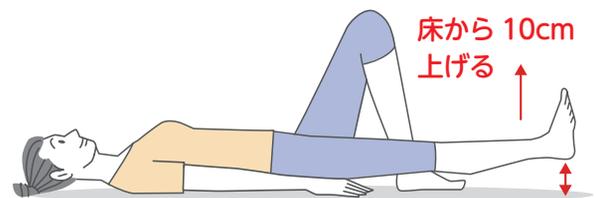
うつぶせに寝て、おなかの下に枕を挟みます。背中に力を入れ、上半身を10cm程度ゆっくり持ち上げます。そのまま5～10秒間止めゆっくり下ろします。



<10回で1セット、1日3セット>

### ②膝痛体操 だいたいしとうきん 大腿四頭筋訓練

仰向けに寝て、片方の太ももに力を入れて膝をしっかり伸ばします。力を入れたまま、足を10cmの高さまでゆっくり上げ、そのまま5～10秒間止め、ゆっくり下ろします。



<左右とも10回で1セット、1日3セット>

※支えが必要な人は、十分注意して行ってください。

※自分のペースで無理をせず行いましょう。痛になったら中止してください。痛みが治まらない場合は、医療機関を受診してください。

## エネルギーと栄養素

高齢になると食が細くなりがち。しかし、せっかく運動をしても、食事をきちんと摂らなければやせて筋肉が減ってしまいます。まずは一日三食、エネルギー源となる炭水化物や脂質と筋肉の材料であるたんぱく質をしっかり摂りましょう。他に、骨の元となるカルシウムとカルシウムの吸収を高めるビタミンDも忘れずに。また、食塩やカフェインの摂りすぎには注意しましょう。



# お試しキャンペーン商品

会員様期間限定

期間中、会員様ひと家族各1袋限り 2袋目からは通常価格



こんな**症状**が  
気になりだしたら

**筋肉の衰えを感じる**

**筋力を維持して、自分で歩く力をつける!**

厚生労働省も認めた話題の成分!

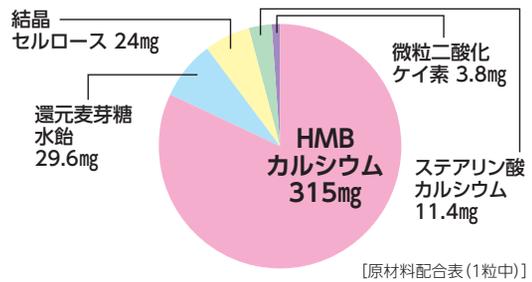
## HMBとは?

「HMB」とは必須アミノ酸であるロイシンの代謝物です。筋肉を「作れ」「守れ」という指令を出している「筋肉へのスイッチボタン」として働いています。厚生労働省の報告書でもロコモ対策として、HMBの有効性が紹介されています。しかし、ロイシンから代謝生成される量はわずか5%程度。HMBの直接摂取が効率的と考えられています。



インシップの『筋力対策サプリ (HMB)』なら、一日摂取目安量5粒で、食肉相当約1.2kg分のHMBが補えます。

インシップは原料をすべて開示!



### 筋力対策サプリ (HMB) の5W1H

なぜ	なにを	どこで	だれが	いつ	どのように
目的	主原料	主原料採取地	主原料メーカー	製造年月日を表示	加工処理方法・会社の姿勢
お客様の ために	合成品	日本	小林香料(株)	製造年月日・ 賞味期限を表示	放射能検査を 毎ロット全商品実施

\*疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。\*特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。  
\*関与成分による研究レビュー採用論文のうち、代表的な1報を事例として提示しており、本製品を用いた臨床試験ではありません。  
\*機能については、機能性関与成分の研究レビューによります。

期間限定：11月25日～2025年1月24日まで



機能性表示食品

## 筋力対策サプリ (HMB)



~~通常価格  
2,880円  
(税込 3,024円)~~  
**29% OFF**

キャンペーン番号 5452

**1,980円**  
(税込 2,139円)



\*商品について詳しくはP23~28をご覧ください。

お客様に毎日安心して健康食品をご利用いただくため、  
インシップでは安心安全のための様々な取り組みを行っています。

## 1 衣服について

### A 製造現場服の完全マニュアル化

工場内を徹底したクリーンゾーンに保つため、現場服を完全マニュアル化。保管場所も全て決まっています。

### B 肌が見えているのは「目」と「手」のみ

残りの部分は完全防備。首下のスナップボタンや肩ケープなど覆い隠す箇所は徹底的に!



時計・アクセサリーなどは全て外します!

何も持ち込めないようにポケットがありません!

POINT

**異物混入は×!  
徹底的にチェックをし、  
管理しています。**

## 2 製造エリア内 潜入チェック

- ① 洗浄区用の靴に履き替える
- ② 入場チェックリストに記録する
- ③ 作業服に粘着ローラーをかける
- ④ 鏡で服装をチェック
- ⑤ 手洗い・消毒
- ⑥ エアシャワーに入る

粘着ローラーは背中や肩など見えない所まで徹底的にかけます!



紫外線照射機で完全乾燥完全殺菌システム。

## 3 機械の清掃

1 製品製造ごとに機械を全て清掃。製造時間よりも清掃時間の方が長い場合も多々あります。



POINT

**1点1点パーツを外し  
専用洗剤で清掃!  
いつでも清潔!**

## 4 製品チェック

出来上がった製品は、自社の技術試験に合格したスタッフが丁寧に、厳しく目視チェック。集中力と忍耐力のいる仕事です。

### A 染み出しチェック

カプセル割れや欠けなどがなく1粒1粒、確認をします。



### B 選球

さらにコンベア式機械で粒を回転させながら外観を確認。液漏れや小さな傷、汚れも見逃しません。

**厳しい  
検査工程を経て  
お客様のお手元へ  
お届けしています!**

健康ひろばに  
参加して、  
ポイントを  
もらおう!

掲載された方  
全員に  
500  
ポイント  
プレゼント!

# 健康ひろば



募集中

健康ひろばでは皆様からの声を募集中!  
自慢の「写真」や「イラスト」なども  
お待ちしております。

※ペンネームで応募も可能。

※写真は返却不可となりますので  
ご注意ください。

みなさんの声、お待ちしております。

ブルーベリー ビタミンC、DHAを飲んで  
います。先日入院してブルーベリー等を  
飲めなかったのですが目がしょぼしょぼして  
眼精疲労がひどくなりました。  
又飲みはじめたころよくわかりました。  
サプリのありがたみがよくわかりました。

新潟県 K・A様 60代

スタッフ便り

その後体調はいかがですか。退院後もご愛用  
いただき感謝しております。今後もご自愛いただき、  
お体を労わりながらお過ごしくださいませ。

私は、サメの軟骨を愛飲して  
います。これによって腰痛が治り、  
お値段の安い安価な薬の上にお金を  
払っていません。毎日腰のこわいの  
調子も良く、手足も動くので  
出来ています。

兵庫県 K・K様 70代

スタッフ便り

お客様にとって最適なサプリ「サメの軟骨」  
であることが嬉しく思います。引き続きご愛飲  
していただけるように努力していきます。

サメの軟骨、DHA、ブルーベリーを安心して  
飲用し、お陰で天気に逆ん居ります。  
私の宝物、ありがたございます。

北海道 R・Y様 80代

スタッフ便り

「宝物」とおっしゃっていただき嬉しい限りです。  
これからも元気にお過ごしいただけるように、  
お手伝いさせていただきます。

いちじく葉、DHAを愛飲して、約10年近くなりました。  
記憶も、身体の動きも、まだまだかえられると思っ  
ております。元気の源に感謝いたします。

奈良県 Y・F様 80代

スタッフ便り

長い間ご愛飲いただきありがとうございます。  
サプリももちろんですが、  
「まだまだがんばれる」という前向きな  
お気持ちが一番の健康の秘訣ですね。



応募先はこちら

〒279-8686  
千葉県浦安市高洲2-4-10  
株式会社インシップ編集部「健康ひろば」係宛

インシップの栄養補助食品

# 健康食品カタログ

プレミアム  
シリーズ

機能的表示  
食品シリーズ

注目素材  
シリーズ

伝統シリーズ

基礎栄養  
シリーズ

ご当地名産  
シリーズ

オイルインワン  
シリーズ

遠州の茶・  
至福の珈琲

楽々お届けの  
ご案内

栄養補助食品業界初、情報開示で  
農林水産省食料産業局長賞受賞。



一歩すすんだ商品を実現  
インシップの安心・安全品質。

着色料・香料・  
防腐剤  
すべて無添加

日本初!  
植物性ソフト  
カプセル使用

遺伝子組換え  
原料  
不使用<sup>\*1</sup>

動物<sup>\*2</sup>原料  
不使用

<sup>\*1</sup> 厚生労働省の指定検査方法 PCR 法により確認

<sup>\*2</sup> 動物とは哺乳類・鳥類のこと。「腸内環境対策サプリ(ビフィズス菌)」「ビフィズス菌プレミアム」は除く。

インシップだから実現できる低価格の理由。

流通マージンカット

広告費削減

簡易包装(アルミ袋)

インシップ独自の取り組み  
健康食品「5W1H」の開示。

**Why**  
なぜ  
お客様のために

**What**  
なにを  
主原料表示

**Where**  
どこで  
主原料採取地表示

**Who**  
だれが  
主原料メーカー表示

**When**  
いつ  
製造年月日  
賞味期限表示

**How**  
どのように  
放射能検査実施

## 商品の表示について

### アレルギー物質の表示について

食品衛生法により、特定食物が原因で発生するアレルギー症状を防止するために特定原材料を使用している場合、表示が必要となります。

#### 表示義務

一部商品に使用  
乳、卵、そば、えび、かに、落花生、小麦、くるみ

#### 表示推奨

一部商品に使用  
大豆、さけ、ごま、もも

### 各種アイコン表示について



新発売の  
商品です。



期間限定  
割引商品です。



楽得  
コース  
楽得コース  
対象商品です。



栄養機能  
食品  
栄養機能食品  
です。

※掲載商品につきましては予告なく変更させていただく場合がございます。また、掲載商品は印刷物のため、実際とは若干、色などが異なる場合がございます。ご了承ください。

### ご注意マークについて

- [注1] てんかんの発作歴がある方やてんかんの方、ワルファリンや抗血液凝固薬など出血傾向を高める薬を服用中の方は、摂取をお控えください。
- [注2] 妊娠中・授乳中の方はお召し上がりにならないでください。
- [注3] お子様はお召し上がりにならないでください。
- [注4] 薬を服用中、または通院中の方は事前にかかりつけのお医者様にご相談の上、お召し上がりください。
- [注5] 体質や体調によりまれに下痢などの症状が現われる場合がございます。その場合は飲用を中止してください。
- [注6] 降圧薬を服用している方は、医師、薬剤師に相談してください。
- [注7] 常に気分が落ち込む、休暇・睡眠をとっても疲労感が抜けない方は、うつ病や慢性疲労症候群等の可能性がありますので、医師の診察をお勧めします。
- [注8] 本品には、カルシウムが含まれます。カルシウムの過剰摂取にならないよう注意してください。

### 〈お支払い金額の計算方法について〉

お電話・おはがき・FAXでご注文の場合は本体価格の合計に消費税を計算し、1円未満を切り捨てます。そのため、実際のお支払い金額が、税込価格の合計より安くなる場合がございます。

### 11種類の“見る力”をサポートする成分凝縮 ブルーベリープレミアム

楽得  
コース

一日摂取目安量 2粒

アレルギー：大豆

ビルベリー抽出物(アントシアニン36%含有)120mg、カンスエキス末(アントシアニン35%含有)60mg、精製魚油(DHA 42%・EPA 4.2%含有)10mg、ビタミンE含有植物油(d-α-トコフェロール67.1%含有)10mg、マリーゴールドエキス含有植物油(ルテイン20%・ゼアキサントン2%含有)10mg、β-カロテン粉末(β-カロテン1%含有)6mg、ビタミンB<sub>6</sub>2mg、ビタミンB<sub>2</sub>1.5mg、ビタミンB<sub>12</sub>5μg



植物性  
ソフトカプセル



原寸サイズ

主原料採取地  
フィンランド スウェーデン

商品番号 0489

1,900円  
(税込 2,052円)

450mg×60粒

### 中年男性のスッキリ快適をサポート ノコギリヤシプレミアム

楽得  
コース

一日摂取目安量 3粒

アレルギー：大豆

ノコギリヤシ果実エキス330mg、抽出ビタミンE(d-γ-トコフェロール90%含有)150mg、カボチャ種子エキス105mg、植物ステロール(大豆由来)99.9mg、トマト抽出物(リコピン6%含有)30mg、ビタミンE含有植物油(d-α-トコフェロール67.1%含有)30mg



植物性  
ソフトカプセル



原寸サイズ

主原料採取地  
アメリカ

商品番号 0468

2,800円  
(税込 3,024円)

450mg×90粒

### 軟骨成分に和らぎ成分をプラス サメの軟骨プレミアム

楽得  
コース

一日摂取目安量 7粒

アレルギー：かに

グルコサミン(かに由来)735mg、サメ軟骨抽出物(コンドロイチン硫酸40%・II型コラーゲン32%含有)560.7mg、コラーゲンペプチド105mg、オリーブ葉抽出物(ヒドロキシトコソール20%含有)52.5mg、ヒアルロン酸7mg



植物性  
ソフトカプセル



原寸サイズ

主原料採取地  
日本海/三大海洋

商品番号 0335

2,839円  
(税込 3,067円)

300mg×210粒

### 4つの知的栄養成分配合 いちよう葉プレミアム

楽得  
コース

一日摂取目安量 1粒

いちよう葉抽出物(フラボノイド配糖体24%・テルペンラクトン6%含有)150mg、本わさびエキス末(6-MSTIC 0.8%含有)40mg、パコハモニエラ抽出物(総パコサイド40%含有)35mg、葉酸400μg



商品番号 **0486**  
**2,700円**  
(税込 2,916円)

300mg×30粒 [注1]

主原料採取地  
日本

### ハリ・弾力・潤いをサポート コラーゲンプレミアム

一日摂取目安量 4粒

コラーゲンペプチド660mg、ヒアルロン酸60mg、サメ軟骨抽出物(コンドロイチン硫酸40%含有・コラーゲンペプチド32%含有)50mg、ビタミンB<sub>2</sub> 5.2mg、ビタミンB<sub>6</sub> 5.2mg[4粒でコラーゲンペプチド676mg以上]



商品番号 **0419**  
**2,200円**  
(税込 2,376円)

300mg×120粒

主原料採取地  
インドネシア近海

### 3つの国産原料がムズムズにアプローチ 国産アレルギレスプレミアム

一日摂取目安量 2粒

シソエキス粉末300mg、醸酵黒じゃばら粉末(ポリフェノール1.5%含有)100mg、じゃばら果皮抽出物(ナリルチン30%含有)45mg



商品番号 **0380**  
**2,800円**  
(税込 3,024円)

355mg×60粒

主原料採取地  
日本

### 記憶力対策サプリ いちよう葉エキス

一日摂取目安量 1粒

アレルギー: **大豆**

いちよう葉抽出物(フラボノイド配糖体24%・テルペンラクトン6%含有)150mg<機能性関与成分: いちよう葉由来フラボノイド配糖体28.8mg、いちよう葉由来テルペンラクトン7.2mg>



商品番号 **0493**  
**1,100円**  
(税込 1,188円)

300mg×30粒 [注1]

主原料採取地  
日本

### 腸内環境対策サプリ ビフィズス菌

一日摂取目安量 1粒

アレルギー: **乳**

ビフィズス菌末(乳成分を含む)100mg\*1、イソマルトオリゴ糖30mg、ビートオリゴ糖30mg、乳酸菌(フェカリス菌)末7.5mg\*2<機能性関与成分: ビフィズス菌BB536 100億個>  
\*1/ビフィズス菌 150億個以上(製造時)  
\*2/フェカリス菌 300億個以上(加熱処理)



商品番号 **0431**  
**1,400円**  
(税込 1,512円)

380mg×30粒

主原料採取地  
日本

### 11種類の善玉菌1,300億個配合 ビフィズス菌プレミアム

楽得  
コース

一日摂取目安量 1粒

アレルギー: **乳**

乳酸菌(クリスバタス菌、クレモリス菌H61株、バラカゼイ菌、フェカリス菌、ロイテリ菌)末90mg、植物性乳酸菌(カゼイ菌、バラカゼイ菌、プランタラム菌、ペントーサス菌)末40mg、ビフィズス菌末30mg、有胞子性乳酸菌末10mg



商品番号 **0435**  
**2,800円**  
(税込 3,024円)

290mg×30粒

主原料採取地  
日本

### お口の環境対策サプリ 還元型コエンザイム Q10

一日摂取目安量 1粒

アレルギー: **大豆**

還元型コエンザイムQ10(96%含有)110mg、ビタミンE含有植物油(d-α-トコフェロール67.1%含有)15mg、黒胡椒抽出物(ピペリン)5mg、トマト抽出物(リコピン6%含有)5mg<機能性関与成分: 還元型コエンザイムQ10 100mg>



商品番号 **0453**  
**2,300円**  
(税込 2,484円)

470mg×30粒

主原料採取地  
日本

### 身体疲労対策サプリ 還元型コエンザイム Q10

一日摂取目安量 1粒

アレルギー: **大豆**

還元型コエンザイムQ10(96%含有)110mg、ビタミンE含有植物油(d-α-トコフェロール67.1%含有)15mg、黒胡椒抽出物(ピペリン)5mg、トマト抽出物(リコピン6%含有)5mg<機能性関与成分: 還元型コエンザイムQ10 100mg>



商品番号 **0436**  
**2,300円**  
(税込 2,484円)

470mg×30粒

主原料採取地  
日本

### 睡眠・ストレス対策サプリ GABA

一日摂取目安量 1粒

大麦乳酸発酵ギャバ粉末(GABA 90%含有)118mg<機能性関与成分: GABA100mg>



商品番号 **0429**  
**1,400円**  
(税込 1,512円)

250mg×30粒 [注6][注7]

主原料採取地  
日本  
オーストラリア

### 目のぼやけ対策サプリ ルテイン&ゼアキサンチン

今だけ  
お得

一日摂取目安量 1粒

マリーゴールドエキス含有植物油(ルテイン20%・ゼアキサンチン4%含有)52.5mg<機能性関与成分: ルテイン10mg、ゼアキサンチン2mg>



商品番号 **0440**  
**1,600円**  
(税込 1,728円)

305mg×30粒

主原料採取地  
インド

### 目の疲労対策サプリ ブルーベリー一粒

一日摂取目安量 2粒

ブルーベリー抽出物(アントシアニン36%含有)160mg、β-カロテン粉末(β-カロテン1%含有)0.6mg<機能性関与成分: ビルベリー由来アントシアニン43.2mg>



商品番号 **0485**  
**1,100円**  
(税込 1,188円)

200mg×60粒

主原料採取地  
フィンランド  
スウェーデン

### 血管対策サプリ エラスチン

一日摂取目安量 1粒

カツオ由来エラスチンペプチド(デスマシン・イソデスマシン0.1%含有)80mg、ビタミンC 20mg<機能性関与成分: カツオ由来エラスチンペプチド75mg>



商品番号 **0445**  
**2,300円**  
(税込 2,484円)

200mg×30粒

主原料採取地  
三大海洋

### 血圧対策サプリ 血圧が高めの方の血圧を低下させるギャバ

一日摂取目安量 1粒

大麦乳酸発酵ギャバ粉末(GABA90%含有)24mg<機能性関与成分: GABA20mg>



商品番号 **0437**  
**1,300円**  
(税込 1,404円)

200mg×30粒 [注6]

主原料採取地  
日本  
オーストラリア

\*温度や環境により、内容物が結晶化したり、赤い斑点の出方が変わったり、斑点が全く出なかったりすることがありますが、品質には問題ございません。

インショップ商品のご注文はこちらまで **0120-217-111**

通話料  
無料

受付時間  
9:00~18:00(年中無休)

プレミアム  
シリーズ

機能性表示  
食品シリーズ

注目素材  
シリーズ

伝統シリーズ

基礎栄養  
シリーズ

ご当地名産  
シリーズ

オールインワン  
シリーズ

遠州の茶・  
至福の珈琲

楽なお届けの  
ご案内

プレミアム  
シリーズ

機能性表示  
食品シリーズ

注目素材  
シリーズ

伝統シリーズ

基礎栄養  
シリーズ

ご当地名産  
シリーズ

オイルインワン  
シリーズ

遠州の茶・  
至福の珈琲

薬菜お届けの  
ご案内

### 空腹時血糖値対策サプリ コロンソニン酸

一日摂取目安量 1粒

バナバ葉抽出物(コロンソニン酸18%含有) 5.5mg<機能性関与成分:バナバ葉由来コロンソニン酸0.9mg>



商品番号 0450  
**1,400円**  
(税込 1,512円)

200mg×30粒

### 食後血糖値対策サプリ 国産長命草

一回摂取目安量 4粒 ※気になる食事の前にお飲みください。

ポタンボウフウ粉末(クロロゲン酸1.2%含有) 1470mg<機能性関与成分:ポタンボウフウ由来クロロゲン酸16.8mg>



商品番号 0446  
**2,200円**  
(税込 2,376円)

375mg×120粒

### 脂肪対策サプリ エラグ酸

一日摂取目安量 2粒

アフリカマンゴノキエキス末(エラグ酸1%含有・アルブミン7%含有) 303mg<機能性関与成分:エラグ酸3mg>



商品番号 0438  
**2,000円**  
(税込 2,160円)

250mg×60粒

### 肌水分対策サプリ ピーチセラミド

今だけ  
お得

一日摂取目安量 1粒

アレルギー: もも

ピーチ抽出物(モモ由来グルコシルセラミド3%含有) 45mg<機能性関与成分:モモ由来グルコシルセラミド1.2mg>



商品番号 0432  
**1,800円**  
(税込 1,944円)

200mg×30粒

### 膝軟骨対策サプリ プロテオグリカン

一日摂取目安量 1粒

アレルギー: さけ

サケ鼻軟骨抽出物(プロテオグリカン20%含有) 52.5mg<機能性関与成分:サケ鼻軟骨由来プロテオグリカン10mg>



商品番号 0452  
**2,500円**  
(税込 2,700円)

200mg×30粒

### 筋力対策サプリ HMB

今だけ  
お得

一日摂取目安量 5粒

カルシウム ビス-3-ヒドロキシ-3-メチルブチレートモノヒドレート(HMBカルシウム) 1.575g<機能性関与成分:カルシウムビス-3-ヒドロキシ-3-メチルブチレートモノヒドレート(HMBカルシウム) 1.5g>



商品番号 0433  
**2,800円**  
(税込 3,024円)

383.8mg×150粒 [注8]

### ひざ関節対策サプリ エラスチン

一日摂取目安量 1粒

カツオ由来エラスチンペプチド(デスモン・イソデスモン0.1%含有) 80mg、ビタミンC 20mg<機能性関与成分:カツオ由来エラスチンペプチド75mg>



商品番号 0403  
**2,300円**  
(税込 2,484円)

200mg×30粒

### 便通・BMI対策サプリ フコース

今だけ  
お得

一日摂取目安量 2粒

海藻分解物(フコース30%含有) 525mg<機能性関与成分:フコース150mg>



商品番号 0490  
**3,200円**  
(税込 3,456円)

350mg×60粒

### 尿酸値対策サプリ アンセリン

一日摂取目安量 2粒

魚肉抽出物(アンセリン10%含有) 525mg<機能性関与成分:アンセリン50mg>



商品番号 0448  
**2,100円**  
(税込 2,268円)

321.6mg×60粒

### 冷え・血流対策サプリ ツバキ種子エキス

一日摂取目安量 2粒

ツバキ種子エキス末(カメラサポニンB2 3%含有) 315mg<機能性関与成分:カメラサポニンB2 9mg>



商品番号 0462  
**2,200円**  
(税込 2,376円)

251.25mg×60粒

### 海洋コラーゲン(魚由来) 使用 コラーゲン粒

今だけ  
お得

一日摂取目安量 6粒

コラーゲンペプチド1321.2mg、サメ軟骨抽出物(コンドロイチン硫酸40%、コラーゲンペプチド5.5%含有) 180mg [6粒でコラーゲンペプチド1331.1mg以上]



商品番号 0402  
**1,200円**  
(税込 1,296円)

300mg×180粒

### 筋肉成分ロイシン高配合 アミノ酸1000

一日摂取目安量 5粒

L-ロイシン600mg、L-イソロイシン150mg、L-バリン150mg、L-グルタミン120mg



商品番号 0392  
**1,400円**  
(税込 1,512円)

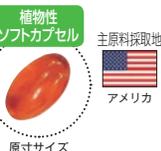
350mg×150粒

### 男性のトイレのお悩みに ノコギリヤシエキス

一日摂取目安量 2粒

アレルギー: 大豆

ノコギリヤシ果実エキス322mg、カボチャ種子エキス40mg、ビタミンE含有植物油(d-α-トコフェロール67.1%含有)20mg



商品番号 0466  
**1,400円**  
(税込 1,512円)

295mg×60粒

### 女性のトイレのお悩みに カボチャ種子エキス

一日摂取目安量 2粒

カボチャ種子エキス500mg



商品番号 0413  
**2,700円**  
(税込 2,916円)

470mg×60粒

### 乳酸菌由来のヒアルロン酸使用 ヒアルロン酸

一日摂取目安量 1粒

ヒアルロン酸160mg



商品番号 0422  
**2,700円**  
(税込 2,916円)

300mg×30粒

### 軟骨成分でふしづしスムーズ! サメの軟骨

今だけ  
お得

一日摂取目安量 6粒

アレルギー: かに

グルコサミン(かに由来) 996mg、サメ軟骨抽出物(コンドロイチン硫酸40%・II型コラーゲン5.5%含有) 750mg



商品番号 0340  
**1,800円**  
(税込 1,944円)

300mg×180粒

機能性表示食品

#### 機能性表示食品とは?

事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品です。販売前に、安全性と機能性の根拠に関する情報を、消費者庁長官へ届出し、受理されたものだけが表示できます。

\* 疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。  
\* 特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。  
\* 食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。  
\* 各商品の機能性については、機能性関与成分の研究レビューによります。

## 青魚成分でサラサラ習慣 EPA

一日摂取目安量 5粒

アレルギー：大豆

精製魚油(EPA 24%、DHA 10.2%含有)1430mg



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
三大海洋

商品番号 0491  
1,300円  
(税込 1,404円)

441mg×150粒

## 考える・見る力をサポート DHA

一日摂取目安量 3粒

アレルギー：大豆

精製魚油(DHA 42%、EPA 4.2%含有)843mg



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
三大海洋

商品番号 0460  
1,000円  
(税込 1,080円)

436mg×90粒

## 幻の果実「じゃばら」使用 国産じゃばら粒

一日摂取目安量 1粒

じゃばら果皮抽出物(ナリルチン30%含有)45mg



植物性  
ハードカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
日本

商品番号 0369  
1,800円  
(税込 1,944円)

186mg×30粒

## 保湿や若々しさをサポート 深海鮫エキス(スクワレン)

一日摂取目安量 5粒

アレルギー：大豆

深海鮫エキス(スクワレン)1250mg、ビタミンE含有植物油(d-α-トコフェロール67.1%含有)5mg



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
インドネシア近海

商品番号 0483  
1,400円  
(税込 1,512円)

406mg×150粒

## セサミン高含有の黒ゴマ使用 焙煎黒セサミン

一日摂取目安量 3粒

アレルギー：ごま

ごま油(リグナン1.5%含有)780mg  
[3粒でセサミン換算10.14mg以上]



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
ミャンマー

商品番号 0492  
1,900円  
(税込 2,052円)

385mg×90粒

## 女性の前向きな毎日をサポート 大豆イソフラボン

一日摂取目安量 2粒\*

アレルギー：大豆

大豆胚芽抽出物(イソフラボンアグリコン19~21%含有)137mg、アマニ抽出物(SDG 40%含有)18mg  
[2粒でアグリコン換算26.03~28.77mg]



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
アメリカ  
ニュージーランド

商品番号 0465  
1,450円  
(税込 1,566円)

200mg×60粒 [注2][注3][注4]

## 季節や環境によるガサガサに ガンマリノレン酸

一日摂取目安量 2粒

ポラージ油(ガンマリノレン酸23%含有)560mg



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
イギリス  
ニュージーランド  
中国

商品番号 0349  
1,500円  
(税込 1,620円)

540mg×60粒

## エネルギーづくりに不可欠 コエンザイムQ10

一日摂取目安量 2粒

アレルギー：大豆

コエンザイムQ10 60mg、ビタミンE含有植物油(d-α-トコフェロール67.1%含有)30mg、ビタミンB2 4mg



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
日本

商品番号 0494  
1,900円  
(税込 2,052円)

305mg×60粒

## 細胞の生まれ変わりをサポート DNA&RNA(核酸)

今だけ  
お得

一日摂取目安量 2粒

アレルギー：さけ

サケ白子抽出物(DNA90%含有)200mg、  
トルラ酵母リボ核酸(RNA85%含有)200mg



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
日本  
三大海洋

商品番号 0443  
980円  
(税込 1,059円)

300mg×60粒

## 脂っこいもの好きの健康値対策 キトサン

一日摂取目安量 3粒

アレルギー：かに

キトサン(かに由来)612mg、オリゴグルコ  
コサン(かに由来・オリゴ糖類80%含有)  
54mg



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
日本

商品番号 0415  
800円  
(税込 864円)

300mg×90粒 [注2][注3]

## 余分な糖分をブロック ギムネマ粒

一日摂取目安量 2粒

ギムネマエキス末(総ギムネマ酸15%含有)  
375mg



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
インド

商品番号 0223  
1,200円  
(税込 1,296円)

250mg×60粒 [注2][注3]

## お酒を飲む方の健康維持 ウコンエキス粒

一日摂取目安量 2粒

ウコン粉末 100mg、ウコンエキス末(総ケ  
ルクミノイド95%含有)62mg、黒胡椒抽出  
物(ピペリン)5mg  
[2粒でケルクミン換算41.23mg以上]



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
日本  
インド

商品番号 0338  
1,100円  
(税込 1,188円)

200mg×60粒

## 最高水準のデセン酸含有 ローヤルゼリー

一日摂取目安量 3粒

アレルギー：大豆

ローヤルゼリー末(10-ハイドロキシ-δ-2-デ  
セン酸6%含有)600mg、ビタミンE粉末(総  
トコフェロール16%含有)30mg  
[3粒で生ローヤルゼリー換算1800mg以上]



植物性  
ハードカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
中国

商品番号 0481  
1,350円  
(税込 1,458円)

340mg×90粒 [注2]

## バリア機能サポート 国産霊芝粒

一日摂取目安量 6粒

霊芝末1260mg



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
日本

商品番号 0458  
1,800円  
(税込 1,944円)

300mg×180粒

## パワフルな毎日に 高麗人参+冬虫夏草

一日摂取目安量 2粒

高麗人参抽出物(総ジンセノサイド及びマロ  
ニルジンセノサイド8%含有)200mg、冬虫  
夏草菌糸体培養エキス末(冬虫夏草エキス由  
来固形分50%含有)100mg



植物性  
ソフトカプセル  
原寸サイズ

主原料採取地  
日本  
中国

商品番号 0434  
2,000円  
(税込 2,160円)

200mg×60粒

インシップ商品の  
ご注文はこちらまで

0120-217-111

通話料  
無料

受付時間

9:00~18:00(年中無休)

プレミアム  
シリーズ

機能性表示  
食品シリーズ

注目素材  
シリーズ

伝統シリーズ

基礎栄養  
シリーズ

ご当地名産  
シリーズ

オールインワン  
シリーズ

遠州の茶・  
至福の珈琲

ご案内  
楽なお届けの

プレミアム  
シリーズ

機能性表示  
食品シリーズ

注目素材  
シリーズ

伝統シリーズ

基礎栄養  
シリーズ

ご当地名産  
シリーズ

オイルインワン  
シリーズ

遠州の茶・  
至福の珈琲

ご案内  
楽々お届けの

### エキスが苦手な方に プロポリス粒

今だけ  
お得

一日摂取目安量 3粒 アレルギ-: **大豆**  
プロポリスエキス240mg、青みかん粉末(ヘスペリジン10%、ナリルチン2%、ノビレチン0.02%含有)150mg  
[3粒でプロポリス原塊換算342mg以上]



商品番号 **0480**  
**2,500円**  
(税込 2,700円)

主原料採取地  
ブラジル

### 自己防衛力をつけたい方に プロポリスエキス28%

一日摂取目安量 1ml(スプーン1杯)  
プロポリスエキス(p-クマル酸15%含有)  
280mg

においが強い  
商品です



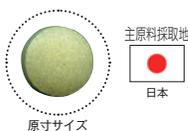
30ml [注3]

商品番号 **0423**  
**3,100円**  
(税込 3,348円)

主原料採取地  
ブラジル

### 野菜の力を手軽にチャージ 国産青汁粒

一日摂取目安量 1粒  
大麦若葉末1200mg、明日葉末400mg、  
桑葉末400mg、ケール末400mg

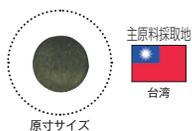


商品番号 **0482**  
**2,300円**  
(税込 2,484円)

主原料採取地  
日本

### 緑黄色野菜不足の方に 緑藻クロレラ

一日摂取目安量 10粒  
クロレラ原末2000mg



商品番号 **0405**  
**880円**  
(税込 951円)

主原料採取地  
台湾

### 天然ビタミンE ビタミンE

一日摂取目安量 3粒 アレルギ-: **大豆**  
ビタミンE含有植物油(d-α-トコフェロール  
67.1%含有)450mg



商品番号 **0488**  
**600円**  
(税込 648円)

主原料採取地  
日本  
アメリカ  
ブラジル

### 戦う力応援ビタミン ビタミンD

今だけ  
お得

一日摂取目安量 1粒 アレルギ-: **大豆**  
ビタミンD<sub>3</sub>粉末(ビタミンD<sub>3</sub>0.5%含有)  
7mg



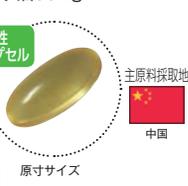
200mg×30粒

商品番号 **0439**  
**350円**  
(税込 378円)

主原料採取地  
フランス

### 見る健康に嬉しいビタミン豊富 ハツ目うなぎ

一日摂取目安量 1粒 アレルギ-: **大豆**  
ハツ目うなぎ油90mg、深海鮫エキス(スク  
ワレン)50mg、タラ油50mg



商品番号 **0246**  
**1,400円**  
(税込 1,512円)

主原料採取地  
中国

### キレイと元気がたっぷり スッポン粒

一日摂取目安量 1粒  
スッポン粉末(ヒドロキシプロリン2.5%含有)  
240mg



商品番号 **0404**  
**1,800円**  
(税込 1,944円)

主原料採取地  
台湾

### 15種類の栄養素を配合 マルチビタミン

栄養機能  
食品

一日摂取目安量 1粒 アレルギ-: **大豆**  
ビタミンC 140mg、ビタミンE粉末(総トコフェロール16%含有)29mg、ナイアシン17mg、パント  
テン酸カルシウム10mg、ビタミンP 10mg、イノシトール5mg、ビタミンB<sub>6</sub>3.5mg<269%>、ビ  
タミンB<sub>1</sub>2.5mg、ビタミンB<sub>2</sub>2.5mg<178%>、ピオチン粉末(ピオチン0.9%含有)1.7mg<30%  
>、β-カロテン粉末(β-カロテン1%含有)1.46mg、トコリエノール粉末(総トコリエノール15%  
含有)1mg、葉酸200μg、ビタミンB<sub>12</sub>7μg、ビタミンD<sub>3</sub>粉末(ビタミンD<sub>3</sub>0.5%含有)0.0003mg



商品番号 **0389**  
**680円**  
(税込 735円)

主原料採取地  
イギリス

### 6種類のミネラル マルチミネラル

栄養機能  
食品

一日摂取目安量 4粒 アレルギ-: **大豆**  
ホタテカルシウム末(カルシウム38%含有)765.2mg<42%>、硫酸マグネ  
シウム(マグネシウム13.79%含有)130mg、グルコン酸亜鉛(亜鉛12.43%  
含有)51.2mg<72%>、クエン酸第一鉄ナトリウム(鉄10%含有)50mg<30%  
>73%>、セレン含有酵母(セレン0.09%含有)35.2mg、クロム含有酵母(ク  
ロム0.2%含有)15.2mg、ビタミンD<sub>3</sub>粉末(ビタミンD<sub>3</sub>0.5%含有)0.18mg



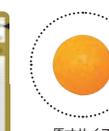
商品番号 **0391**  
**880円**  
(税込 951円)

主原料採取地  
日本

### 7種類のビタミンB ビタミンB群

栄養機能  
食品

一日摂取目安量 2粒 アレルギ-: **大豆**  
ビタミンB<sub>2</sub> 40.02mg、ナイアシン34.02mg<261%>、  
パントテン酸カルシウム30mg、ビタミンB<sub>6</sub> 30mg、ビタミン  
B<sub>1</sub> 10.02mg<835%>、ビタミンB<sub>12</sub>粉末(ビタミンB<sub>12</sub>  
0.1%含有)4.2mg、葉酸42μg



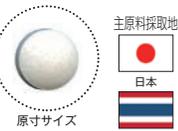
商品番号 **0393**  
**400円**  
(税込 432円)

主原料採取地  
ドイツ

### 味覚を正常に保つ 亜鉛

栄養機能  
食品

一日摂取目安量 1粒 アレルギ-: **大豆**  
グルコン酸亜鉛(亜鉛12.43%含有)117.18mg  
<165%>、クロム含有酵母(クロム0.2%含有)  
30mg、セレン含有酵母(セレン0.2%含有)  
22.5mg



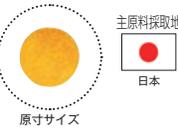
商品番号 **0461**  
**850円**  
(税込 918円)

主原料採取地  
日本  
タイ

### 非ヘム鉄使用 鉄

栄養機能  
食品

一日摂取目安量 1粒 アレルギ-: **大豆**  
クエン酸第一鉄ナトリウム(鉄10%含有)  
100mg、ビタミンB<sub>2</sub> 12mg、ビタミンB<sub>6</sub>  
10mg、葉酸200μg<83%>、ビタミンB<sub>12</sub>  
2μg<83%>



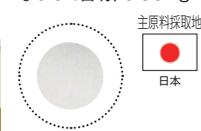
商品番号 **0421**  
**880円**  
(税込 951円)

主原料採取地  
日本

### 小魚・牛乳嫌いな方 カルシウム

栄養機能  
食品

一日摂取目安量 6粒 アレルギ-: **大豆**  
ホタテカルシウム末(カルシウム38%含有)  
1080mg<60%>、硫酸マグネシウム(マ  
グネシウム13.79%含有)162mg、ビタミン  
D<sub>3</sub>粉末(ビタミンD<sub>3</sub>0.5%含有)0.36mg<  
32%>



商品番号 **0386**  
**400円**  
(税込 432円)

主原料採取地  
日本

### 1粒で「レモン8個分」 ビタミンC

栄養機能  
食品

一日摂取目安量 4粒 アレルギ-: **大豆**  
ビタミンC 690mg、アセロラ粉末(総ビ  
タミンC 30%含有)4mg、ローズヒップ粉末  
4mg、ビタミンB<sub>2</sub> 1mg  
[4粒で総ビタミンC 691.2mg以上<691%  
>]



商品番号 **0469**  
**360円**  
(税込 389円)

主原料採取地  
イギリス

栄養機能  
食品

#### 栄養機能食品とは?

高齢化や食生活の乱れが原因で、1日に必要なビタミンやミネラルなどの栄養成分が摂れない場合に、補給・補充のために利用する食品。国が定めた上限量・下限量の規格基準に適合した場合のみ、栄養機能食品の表示が認められます。栄養機能と注意喚起の表示が必要となります。

※<%>は、1日の摂取目安量を摂取した場合の栄養素等表示基準値(18歳以上、基準熱量2200kcal)に対する割合です。本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。亜鉛の摂りすぎは銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。マグネシウムを多量に摂取すると軟便(下痢)になることがあります。1日の摂取量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。本品は、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。※体質や体調により、かゆみ、発疹、胃部不快感、下痢、便秘などの症状がまれに現れる場合がございます。

**愛知県木曾川産の「ヤマトしじみ」のみ使用  
木曾しじみエキス粒**

一日摂取目安量 | 5粒      アレルギー：大豆

しじみエキス270.8mg




主原料採取地 日本

商品番号 **0351**  
**1,900円**  
(税込 2,052円)

約111mg×約150粒

**静岡県産 100%  
伊豆キダチアロエ**

一日摂取目安量 | 4粒

キダチアロエ乾燥末(アロイン0.3%・アロエン1%含有)792mg、キダチアロエエキス末(アロイン0.8%・アロエン2.5%含有)204mg [4粒でキダチアロエ生葉換算35000mg]




主原料採取地 日本

商品番号 **0411**  
**1,580円**  
(税込 1,707円)

286mg×120粒 [注2][注3][注5]

**沖縄県産もずく原料  
琉球フコイダン**

一日摂取目安量 | 1粒

もずく抽出物(フコイダン80%含有)100mg




主原料採取地 日本

商品番号 **0425**  
**2,200円**  
(税込 2,376円)

300mg×30粒

**山口県産無臭ニンニク使用  
長州無臭ニンニク粒**

一日摂取目安量 | 1粒

無臭ニンニクエキス末280.2mg、ビタミンB<sub>1</sub> 0.5mg、ビタミンB<sub>6</sub> 0.5mg [1粒で生ニンニク換算6164.4mg]




主原料採取地 日本

商品番号 **0406**  
**1,000円**  
(税込 1,080円)

350mg×30粒

**高知県産 100%  
土佐しょうが粒**

一日摂取目安量 | 2粒

生姜粉末400mg




主原料採取地 日本

商品番号 **0484**  
**1,900円**  
(税込 2,052円)

300mg×60粒 [注2]

**鹿児島県福山町産 100%  
薩摩黒酢**

一日摂取目安量 | 3粒      アレルギー：大豆

玄米胚芽油(γ-オリザノール1.25%含有)396mg、黒酢もろみ粉末200.1mg、濃縮黒酢粉末99.9mg




主原料採取地 日本

商品番号 **0495**  
**1,700円**  
(税込 1,836円)

385mg×90粒

**紀州産100%  
紀州南高梅エキス粒**

一日摂取目安量 | 5粒

梅エキス562.5mg




主原料採取地 日本

商品番号 **0459**  
**980円**  
(税込 1,059円)

約250mg×約150粒

**能登(のと)産100%  
能登カキエキス粒**

一日摂取目安量 | 8~10粒

カキエキス406.8mg、カキ肉末226mg




主原料採取地 日本

商品番号 **0326**  
**1,800円**  
(税込 1,944円)

約113mg×約260粒

**50代以上の男性にオススメ！  
男性特有のお悩みをサポート  
オールインワンサプリ  
～男性編～**



30袋(1袋6粒入)

DHA、ノコギリヤシエキス、コエンザイムQ10、ブルーベリー粒、ウコンエキス粒、サメの軟骨

一日摂取目安量 | 1袋      アレルギー：大豆、かに

精製魚油(DHA42%、EPA4.2%含有)281mg、グルコサミン(かに由来)166mg、ノコギリヤシ果実エキス161mg、サメ軟骨抽出物(コンドロイチン硫酸40%、II型コラーゲン5.5%含有)125mg、ビルベリー抽出物(アントシアニン36%含有)80mg、ウコン粉末50mg、ウコンエキス末(総クルクミノイド95%含有)31mg\*、コエンザイムQ10 30mg、カボチャ種子エキス20mg、黒胡椒抽出物(ピペリン)2.5mg  
\*1袋でクルクミン換算20.61mg以上

商品番号 **0498** **4,300円**  
(税込 4,644円)

**50代以上の女性にオススメ！  
女性特有のお悩みをサポート  
オールインワンサプリ  
～女性編～**



30袋(1袋6粒入)

サメの軟骨、コエンザイムQ10、ブルーベリー粒、大豆インフラボン\*、DHA、カボチャ種子エキス

一日摂取目安量 | 1袋      アレルギー：大豆、かに

精製魚油(DHA42%、EPA4.2%含有)281mg、カボチャ種子エキス250mg、グルコサミン(かに由来)166mg、サメ軟骨抽出物(コンドロイチン硫酸40%、II型コラーゲン5.5%含有)125mg、ビルベリー抽出物(アントシアニン36%含有)80mg、大豆胚芽抽出物(イソフラボンアグリコン19~21%含有)68.5mg\*、コエンザイムQ10 30mg、アマニ抽出物(SDG40%含有)9mg  
\*1袋でアグリコン換算13.015~14.385mg

商品番号 **0496** **4,600円**  
(税込 4,968円)

**必要な基礎栄養をまんべんなく摂取！  
オールインワンサプリ  
～基礎栄養編～**



30袋(1袋5粒入)

ビタミンE、ビタミンC、マルチミネラル、ビタミンB群、国産青汁粒

一日摂取目安量 | 1袋      アレルギー：大豆

ホタテカルシウム末(カルシウム38%含有)191.3mg、ビタミンC172.5mg\*、大麦若葉末150mg、ビタミンE含有植物油(d-α-トコフェロール67.1%含有)150mg、明日葉末50mg、桑葉末50mg、ケール末50mg、硫酸マグネシウム(マグネシウム13.79%含有)32.5mg、ビタミンB<sub>2</sub>20.26mg、ナイアシン17.01mg、パントテン酸カルシウム15mg、ビタミンB<sub>6</sub>15mg、グルコン酸亜鉛(亜鉛12.43%含有)12.8mg、クエン酸第一鉄ナトリウム(鉄10%含有)12.5mg、セレン含有酵母(セレン0.09%含有)8.8mg、ビタミンB<sub>5</sub>0.1mg、クロム含有酵母(クロム0.2%含有)3.8mg、ビタミンB<sub>12</sub>粉末(ビタミンB<sub>12</sub>0.1%含有)2.1mg、アセロラ粉末(総ビタミンC30%含有)1mg\*、ローズヒップ粉末1mg、ビタミンD<sub>3</sub>粉末(ビタミンD<sub>3</sub>0.5%含有)0.045mg、葉酸0.021mg \*1袋で総ビタミンC172.8mg以上

商品番号 **0463** **1,900円**  
(税込 2,052円)

※大豆インフラボンは「大豆インフラボン」、「オールインワンサプリ～女性編～」を含めて上限2粒となります。  
●オールインワンシリーズの主原料採取地は各商品(P23~28)をご覧ください。●粒同士の色移りが起こる場合もございますが、品質には問題はありません。

プレミアムシリーズ  
機能性表示食品シリーズ  
注目素材シリーズ  
伝統シリーズ  
基礎栄養シリーズ  
ご当地名産シリーズ  
オールインワンシリーズ  
遠州の茶・至福の珈琲  
ご案内 楽なお届けの

静岡県産100%

# 遠州の茶

プレミアム  
シリーズ

機能性表示  
食品シリーズ

注目素材  
シリーズ

伝統シリーズ

基礎栄養  
シリーズ

ご当地名産  
シリーズ

オイルインワン  
シリーズ

遠州の茶・  
至福の珈琲

楽々お届けの  
ご案内

遠州森の茶

## 高級煎茶

お茶の特長	渋み	★	★	★	★	★	甘み
	黄緑	★	★	★	★	★	鮮緑
	焙煎香	★	★	★	★	★	新鮮香

商品番号 **3015** **1,200円**  
(税込 1,296円)  
●100g

湯温の目安 約70℃  
浸出時間 約30~40秒



陽光を十分に浴びた一番茶の新芽を使用。深蒸し茶らしいコクのある濃いめの味の良さ、のどごし感の良さは秀逸。

遠州森の茶

## 上級煎茶

お茶の特長	渋み	★	★	★	★	★	甘み
	黄緑	★	★	★	★	★	鮮緑
	焙煎香	★	★	★	★	★	新鮮香

商品番号 **3016** **850円**  
(税込 918円)  
●100g

湯温の目安 約80℃  
浸出時間 約30~40秒



一番茶の新芽を深蒸しして、しっかりと火入れした濃厚なコクのあるお茶。爽快ななどごし感で、後味さっぱり。

遠州森の茶

## 中級煎茶

お茶の特長	渋み	★	★	★	★	★	甘み
	黄緑	★	★	★	★	★	鮮緑
	焙煎香	★	★	★	★	★	新鮮香

商品番号 **3018** **600円**  
(税込 648円)  
●100g

湯温の目安 約80℃  
浸出時間 約30~40秒



二番茶の若い新芽を深蒸しした、うま味と渋味のバランスのとれたのどごしの良なお茶。

## 有機粉末茶

水やお湯に溶かすだけ!



緑茶成分がまるごと摂れる有機一番茶の粉末茶。静岡県春野町で農薬化学肥料を一切使わず栽培しました。

商品番号 **3019** **800円** 約**60**杯分  
(税込 864円)  
●30g



## 粉末茶用ワンタッチシュガーポット



さっとひとふりでより手軽に粉末茶がお楽しみいただけます。お砂糖などの調味料入れにもご利用いただけます。

商品番号 **3901** **400円**  
(税込 440円)

お茶の製造元：株式会社おさだ製茶

# 至福の珈琲



## 健康に良いコーヒーの話

コーヒーは、世界的に飲まれているため研究データも多く、心臓疾患・糖尿病・うつ病・アルツハイマー型認知症・肥満など、健康に関する良い報告が多数発表されています。美味しく飲んで健康効果が得られるのは、一石二鳥ですね。

## 大人の「ドリップ」珈琲

### リッチブレンド

柔らかな酸味と落ち着いた苦みがバランスよく、飲みやすい珈琲です。

商品番号 **8851** **1,000円**  
(税込 1,080円)  
●400g

### コーヒーフィルター

ピュアパルプを使用した、自然にやさしい無漂白フィルターです。

商品番号 **8903** **180円**  
(税込 198円)  
●100枚入 ●2~4人前

### ブラジル100%

ブラジル産の豆を100%使用。贅沢な気分を味わいたい方にオススメです。

商品番号 **8811** **1,980円**  
(税込 2,139円)  
●8g×50袋

### モカブレンド

柑橘系の甘い香りと、程良く酸味のきいたマイルドな飲み口が特長。

商品番号 **8881** **1,600円**  
(税込 1,728円)  
●7g×50袋

1杯 39.6円 (税込)

1杯 32円 (税込)

## オリジナルブレンド

深煎りなので深い苦みとコクが特長。毎日手軽に楽しみたい方にオススメ。

商品番号 **8821** **2,770円**  
(税込 2,992円)  
●7g×100袋

まとめてお得! オリジナルブレンド **パックセット**

### ファミリーパック

商品番号 **8831** **6,480円**  
(税込 6,999円)  
●7g×300袋

### ビジネスパック

商品番号 **8841** **11,100円**  
(税込 11,988円)  
●7g×600袋

1杯 27.7円 (税込)

1杯 21.6円 (税込)

1杯 18.5円 (税込)

\*コーヒー、お茶に関しても全商品製造毎に放射能検査を実施しています。 \*写真はすべてイメージです。

# 楽楽お届け、始めませんか？

続けることで健康維持!ご愛用の商品を自動的にお届けします。

人気の  
**5商品**が  
特別割引に!

## 楽得コース

いつでもお得な特別価格でお届け!続けるほど安くなります!

コース(1個)	継続回数	通常+送料*	1~3回目	4~12回目	13回目以上
サメの軟骨 プレミアム		3,339円 (税込 3,617円)	2,811円 (税込 3,036円) <b>581円OFF</b>	2,782円 (税込 3,005円) <b>612円OFF</b>	2,640円 (税込 2,852円) <b>765円OFF</b>
いちよう葉 プレミアム		3,200円 (税込 3,466円)	2,673円 (税込 2,887円) <b>579円OFF</b>	2,646円 (税込 2,858円) <b>608円OFF</b>	2,511円 (税込 2,712円) <b>754円OFF</b>
ノコギリヤシ プレミアム		3,300円 (税込 3,574円)	2,772円 (税込 2,994円) <b>580円OFF</b>	2,744円 (税込 2,964円) <b>610円OFF</b>	2,604円 (税込 2,813円) <b>761円OFF</b>
ブルーベリー プレミアム		2,400円 (税込 2,602円)	1,881円 (税込 2,032円) <b>570円OFF</b>	1,862円 (税込 2,011円) <b>591円OFF</b>	1,767円 (税込 1,909円) <b>693円OFF</b>
ビフィズス菌 プレミアム		3,300円 (税込 3,574円)	2,772円 (税込 2,994円) <b>580円OFF</b>	2,744円 (税込 2,964円) <b>610円OFF</b>	2,604円 (税込 2,813円) <b>761円OFF</b>

※各コースごとのお届け回数によっても、さらに割引率がアップします。※一度楽得コースを中止されますと、割引がスタート時に戻ります。\*本州の場合

上記  
**5商品以外**  
にも対応!

## 楽着サービス

他の商品も**2カ月に1度**お届けできます。

しかも、1カ月分の商品合計**税抜2,000円以上**なら**送料無料**でお届け!

### 楽楽お届けのご案内

お届け時期	上旬(10日頃) 中旬(20日頃) 下旬(30日頃) から お選びください。 <b>お申し込み・変更・中止締切日</b> 上旬→前月10日まで 中旬→前月20日まで 下旬→前月30日まで	お約束と ご注意
お届け内容	2カ月分をまとめて、2カ月に1度自動的にお届けします。	
お届け方法	メール便にてお届けいたします。 (※お申し込み内容によっては宅配便にてお届けいたします)	
お支払い方法	振込用紙を同封いたしますので、商品到着後、 1週間以内に郵便局もしくはコンビニエンスストアにて お振込みをお願いいたします。	

- 以下のお届けをご希望の場合、送料は有料となります。
    - ① 楽着サービスご利用の方で、1カ月分の商品合計が**税抜2,000円**に満たない場合(税込110円)
    - ② 1カ月に1度のお届けをご希望の場合(税込110円)
  - お届けの中止は5カ月目以降より承ります。4カ月分は必ずお受取りください。3カ月分までで中止された場合は、差額を請求いたします。
  - 変更、中止の場合は、変更・中止締切日までにお電話にてご連絡をお願いいたします。
  - ご入金の確認ができない際はお届けを見合わせる場合がございます。
  - 中止のお申し出がない限り、自動的に継続させていただきます。
  - 楽得コース対象の5商品は、ポイント還元対象外となります。
- ★ご連絡先：0120-217-111 (9:00~18:00/年中無休)

プレミアム  
シリーズ

機能性表示  
食品シリーズ

注目素材  
シリーズ

伝統シリーズ

基礎栄養  
シリーズ

ご当地名産  
シリーズ

オールインワン  
シリーズ

遠州の茶・  
至福の珈琲

楽楽お届けの  
ご案内

# ポイント制度のご案内

## ポイントの貯め方

### ① オレンジ会員からスタート。ご購入金額の1%をポイント還元いたします。

※ポイントの発生はご入金確認後です。  
 ※小数点以下は切捨てです。  
 ※ポイント還元の対象金額は、ご請求金額から右記を除いたものです。  
 ※商品の返品があった場合、ポイントは自動的に変わります。

送料/代金引換手数料/消費税/楽得コース商品/  
 オンラインショップ/ポイント

### ② ゴールド会員になるとポイント還元率が2%にアップ!

※ポイント還元率は年間購入金額に応じて決まります。年間購入金額は4月1日から翌年3月31日までのハガキ・FAX到着分、電話受注分を対象として右記を除いた金額で集計し、翌年度のポイント還元率を決定します。

※年間購入金額が  
 50,000円以上の場合、翌年度はゴールド会員に、  
 50,000円未満の場合はオレンジ会員です。

年間購入金額	ステージ	還元率
50,000円以上	ゴールド会員	2%
50,000円未満	オレンジ会員	1%

送料/代金引換手数料/消費税/  
 オンラインショップ/ポイント

### ③ さらに、ポイント還元の対象金額合計10,000円以上でポイントが2倍!

## ポイントの使い方

### ① 1ポイント=1円として、500ポイント単位で合計金額(送料・消費税などを含む)から差し引きます。

### ② お電話のご注文の際は、オペレーターにお申し付けください。ハガキ・FAXの場合は、ポイント使用欄にご記入ください。

※ポイントのご利用はご本人様のみです。ご家族への譲渡などもできません。※ご注文完了後・ご購入後にポイントを利用することはできません。  
 ※オンラインショップでのお支払いにはご利用できません。※ポイントの有効期限は、発生日より1年間です。1年間ご利用がない場合は失効します。

## お友達もあなたもうれしい! お友達紹介特典

ご紹介いただいたお友達が初回のご注文時に商品合計税抜2,000円以上ご購入の場合、あなた様には**2000ポイント**をプレゼント。お友達にも**500ポイント**をプレゼントいたします!



**ご注意** ●お友達が初回ご注文の際、あなた様のお申し出がない場合はプレゼント対象にはなりません。●同一住所や電話番号の方、すでにインシップ会員の方、ご購入者様以外からのご注文、法人担当者あるいは会社へのお届けの場合は、プレゼント対象になりません。●個人情報保護のため、ご紹介プレゼントに対するお問い合わせは、ご本人様以外からは承れません。

## 通信販売ご利用ガイド

■全国どこからでも  
 通話料無料(注文専用)

# 0120-217-111

9:00~18:00/年中無休

※携帯電話からもご利用いただけます。

■FAX 24時間受付/年中無休  
**047-390-9545**

■ハガキ 切手不要の同封ご注文ハガキで

■商品に関するご相談、お問い合わせ 10:00~16:00/土日祝休み  
 お客様相談室 **047-390-9546**

### お届け方法

#### ■配達日・配達時間帯指定

- 通常、宅配便にて3~4日でお届けいたします。
- お届け配達日・配達時間帯を指定することができます。お申し付けください。
- 宅配ボックスをご利用の際は、お申し付けください。

#### ■送料

- 商品合計税抜6,000円以上で送料無料
- 商品合計税抜6,000円未満の場合、本州は税込550円、本州以外は税込770円を送料としていただきます。

### お支払い方法

- 商品到着後、1週間以内に郵便局またはコンビニエンスストアにてお振込み(手数料はお客様負担)をお願いいたします。
- 商品合計税抜20,000円以上ご購入の場合、代金引換(手数料は弊社負担)でお届けします。商品合計税抜20,000円未満で代金引換をご希望の場合、手数料(税込440円)はお客様にご負担いただきます。個人の電話をお持ちでない場合も代金引換でのお届けとなります。(手数料はお客様負担)

### ご返品について

※まずは、お客様相談室へお問い合わせください。

- 健康食品・コーヒーは未開封のものに限り、商品到着後8日以内返品可。(返送料はお客様負担)
- 煎茶は商品の特性上、お客様のご都合による返品は承れません。

### 個人情報について

お客様の個人情報は、インシップグループ全体で厳重に一元管理させていただきます。詳しくはウェブサイト(<http://www.inship.jp>)をご参照ください。

12月号の  
目玉

# お試しキャンペーン

期間中、会員様ひとと家族各1袋限り 2袋目からは通常価格  
割引率は税抜価格より算出しています

今月号スタート 11月25日～2025年1月24日まで

## 肌水分対策サプリ ピーチセラミド



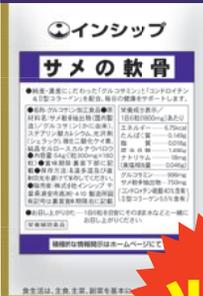
**45% OFF**

肌の潤いを守る!

キャンペーン番号 5451

通常価格 ~~1,800円~~ (税込 1,944円) → **980円** (税込 1,059円)

## サメの軟骨



**半額**

軽快な歩みに!

キャンペーン番号 5385

通常価格 ~~1,800円~~ (税込 1,944円) → **900円** (税込 972円)

## 筋力対策サプリ HMB



**29% OFF**

筋力維持・低下抑制に!

キャンペーン番号 5452

通常価格 ~~2,800円~~ (税込 3,024円) → **1,980円** (税込 2,139円)

前月号スタート 12月24日まで

すでにお試しキャンペーン価格でご利用済みの方はご容赦ください。

## 便通・BMI対策サプリ フコース

**半額**

キャンペーン番号 5499

通常価格 ~~3,200円~~ (税込 3,456円) → **1,600円** (税込 1,728円)

## 目のぼやけ対策サプリ ルテイン&ゼアキサンチン

**38% OFF**

キャンペーン番号 5466

通常価格 ~~1,600円~~ (税込 1,728円) → **980円** (税込 1,059円)

## DNA&RNA(核酸)

**23% OFF**

キャンペーン番号 5485

通常価格 ~~980円~~ (税込 1,059円) → **750円** (税込 810円)

## Wダブルパワーセット

期間中、会員様おひとり 何回・何セットでもご利用可能!

今月号スタート

## ただから免疫力セット

**22% OFF**



### プロポリス粒 + ビタミンD

期間:11月25日～2025年1月24日まで

セット商品番号 5909

通常価格 ~~2,850円~~ (税込 3,078円) → **2,200円** (税込 2,376円)

前月号スタート

## 足取り軽快セット

**26% OFF**

### サメの軟骨プレミアム + コラーゲン粒

期間:12月24日まで

セット商品番号 5899

通常価格 ~~4,039円~~ (税込 4,363円) → **2,980円** (税込 3,219円)

ご注文は

全国どこからでも通話料無料 (ご注文専用)  
**TEL 0120-217-111**

9:00～18:00 / 年中無休 ※携帯電話からもご利用いただけます。

**FAX 047-390-9545** 24時間受付 年中無休

**ハガキ** 切手不要の同封ご注文ハガキで

