

春の クロスワード パズル

縦、横のヒントを元に
マスを埋めて、□枠の
文字を並べ替えてできる
5文字の言葉は？

答えは6ページ右下にあります！

縦のヒント

- ①社交のためのダンスを行う会。ダンスパーティー。
マスカレードとは仮面〇〇〇〇〇のことです。
- ②緊張を解いて、気分転換のためにしばらく休むこと。休息。休憩。
- ③平和の象徴ともされる鳥。街中でよく見かけます。
- ④夜の最も更けた時。深夜。子夜とも言います。
- ⑤堅い物が折れる音や、そのままを表す語。
「木を〇〇〇〇(と)折る」
- ⑩島根の本ワサビを存分に楽しめる郷土料理の「〇〇〇飯」この〇〇〇は、ある食材を指すのではなく「埋める(〇〇〇る)」という意味からつけられたそうです。

横のヒント

- ①その部に属する人のこと。
- ③海や湖の水辺に沿った平たい陸地。浜辺。
- ⑤その一瞬。
- ⑥一晩のこと。または√2 を覚えるときの語
呂「〇〇〇、〇〇〇にひとみごろ…」
- ⑦実際以上に自分を優れていると思い、得意になっている状態、気持ち。
- ⑨教育機関や企業などで夏の期間、授業や業務を休みにする休暇のこと。夏休み。
- ⑪毛をそったり短く刈ったりした頭。野球部のイメージがあります。
- ⑫十分に確認する。または物の真偽を十分検討したうえで、判定する。確かめる。(ボールの動きを〇〇〇〇〇。)

お問い合わせ、ご意見心よりお待ちしております。

[電話 通話料無料] **0120-120-333**
受付時間/9:00~18:00(平日)

[WEB 24時間受付] <https://shop.sain-clarte.com>

明るい未来をあなたと共に
サン・クラルテ製薬 〒810-0041
福岡県福岡市中央区大名2-9-27 野村不動産赤坂センタービル5F

お問い合わせフォームはコチラ
24時間受付中!
スマートフォンから簡単に▶
お問い合わせができます

サン・クラルテ製薬
LINE友だち募集中!
友だち登録でお得なキャンペーンや
新商品情報を配信!

もしかしたらあなたも?
「春バテ」チェック!

✓ 体がだるい ✓ イライラする
✓ やる気が出ない ✓ 昼間眠くなる
✓ 目覚めが悪い ✓ 夜眠れない

1つでも当てはまつた方は「春バテ」の可能性が。
予防と解消のために、生活習慣を見直しましょう。

春バ
ご注

The image shows the front cover of the Spring issue of the magazine 'Sainc-life'. The title 'Sainc-life' is written in large pink letters at the top left, with 'Sainc-life' in smaller letters below it. To the right, the year '2022' is at the top, followed by '春号' (Spring Issue) and 'Vol. 4'. Below the title, there's a banner reading 'A healthy life 季刊会報誌' (Quarterly Association Magazine). A pink box on the left says '表紙 マンガ' (Cover Manga). The main content area features a four-panel comic strip titled 'サン・クラルテ製薬 ほのぼの劇場' (Sanclarite Pharmaceutical Hono Hono Theater). The comic depicts a woman in a green dress and a man in a purple shirt looking out from a window, while another woman in a yellow shirt works on a computer. The panels show various scenes of people reacting to sounds from outside. A small sun character is on the right. Below the comic, a banner says '今号のTOPIC' (Topic of this issue). The text discusses '春バテ' (Spring fatigue) and provides tips for managing it. The overall design is colorful and spring-themed.

春バテ対策 1 食べものでイライラをコントロール

Eat and relax

イライラする甘いものが食べたくなるという人も多いのではないか。実は甘いものの摂取により血糖値が上がり、さらにイライラが増してしまうという悪循環が起きてしまいます。

イライラした時は、交感神経の緊張をほぐすトマトや血糖値を下げる作用のあるきのこ類、リラックス効果のあるテアニンを豊富に含んだ緑茶の摂取で気持ちを落ち着かせましょう。

春バテ対策 2 ゆっくり入浴してリラックス

Relax in the bath

自律神経を整えるには入浴が効果的です。忙しいとシャワーで済ませてしまいがちですが、お風呂にゆっくり浸かってリラックスすることで、より健康な毎日を過ごしましょう。

春バテ対策 3 目もと&首もとを温めて睡眠の質をアップ

Warm and relax

就寝前に目もとや首もとを心地よく温めることで、副交感神経が優位になり、リラックスできます。また、血のめぐりもよくなり、手足の先から放熱して体温が下がってきます。この落差が眠気を誘い、ぐっすりと眠りにつくことができます。

春バテ対策 4 デジタルデトックスの時間をつくる

Digital detox

寝る2時間前からはスマホやパソコンに触れないようにし、脳を休ませてあげましょう。

なにかと忙しいこの時期は、自分の疲れに気がつかずに頑張りすぎてしまうことも。脱・春バテで、心地よいこの季節をめいっぱい楽しみましょう♪

新発売「KALCALA」

カルカラ
ブラックジンジャー & ヒハツ
Wパワーで 痩せ や

痩せ体質づくり①

年々気になってくる
「お腹周りの脂肪」を減らす。

「もう歳だし…」「体質だし…」と諦めていませんか？誰でも毎日の習慣で、痩せ体質を手に入れることができます。カルカラに配合のブラックジンジャー^{※1}とヒハツ^{※2}のパワーで、気になるお腹や脚をスッキリしましょう！

※1: ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン ※2: ヒハツ由来ビペリン類

内臓脂肪・皮下脂肪とも減少!

腹部全脂肪面積の変化量

内臓脂肪面積の変化量

皮下脂肪面積の変化量

New

「冷え」は痩せ体質の大敵!
低下した血流を正常に。

※3: ヒハツ由来ビペリン類は、冷えにより低下した血流(末梢血流)を正常に整え、冷えによる末梢(手)の皮膚表面温度の低下を軽減する機能があることが報告されています。

血管が収縮した状態 血管が拡張した状態

blackginger

vs. ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン非摂取群 #p<0.05
【被験者】BMIが24~30kg/m²未満の健康な男女52名(20~64歳)【試験】ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン(12mg/日)を含むカプセル、もしくはプラセボ品を摂取させた比較試験【摂取期間】12週間【出典】Diabetes Metab Syndr Obes. 2018; 11: 447-458. 周載の臨床データに基づき作成
※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。
※1:ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボンには、BMIが高めの方のお腹周りの脂肪を減少させる機能があることが報告されています。

痩せ体質づくり②

見た目にも影響する「むくみ」スッキリ。

ヒハツ由来ピペリン類が脚のむくみを軽減!※2
見た目にも大きな影響を与えるむくみにアプローチ!

nihatsu

大
むくみ
小

体水分に対する脚の細胞外水分の比

■ヒハツ由来
ピペリン類
摂取
■ヒハツ由来
ピペリン類
非摂取

0.386
0.384
0.382
0.38

摂取前 6時間後

夕方の脚のむくみ
44%減少!

※非摂取群の変化量に対する摂取群の変化量の割合から算出
vs.ヒハツ由来ピペリン類非摂取群 #p<0.05
【被験者】健康な日本人女性36名(20歳以上)【試験】ヒハツ由来ピペリン類(120μg)を含むカプセル、もしくはプラセボ品を摂取させた交差比較試験【摂取期間】単回
【出典】Jpn Pharmacol Ther(薬理と治療)2020; 48(3): 401-407. 周載の臨床データに基づき作成
※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。
※2:脚のむくみが気になる女性の夕方の脚のむくみを軽減する効果が報告されています。

もっと!
痩せ体質へ

毎日の習慣と「カルカラ」を組み合わせて痩せ体質づくりをスピードアップ!!

+ 食事

過度な制限はリバウンドを招くことにも。食べる順番やいつもより30回多く「噛む」ことで、効果が期待できます。

+ ストレッチ

ストレッチとは筋肉を伸ばす“運動”です。固くなっていた筋肉を柔らかくし、血流が良くなり代謝アップ!

+ 常に正しい姿勢を意識

綺麗な姿勢を意識することで筋肉にスイッチが入り、エクササイズ効果アップ!

3|sainc-life

お客様とサン・クラルテ製薬スタッフが集まるところ
さんく ラウンジ
sainc-lounge
お客様からのお手紙やお写真、編集部からの情報を紹介します。

みやすい!

熱量 2.14kcal たんぱく質 0.02g 脂質 0.01g 水分
物質 0.5g 食塞性質相当量 0.0008g

機能性関与成分: ヒハツ由来ビペリン類 120μg
ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン 12mg

60Tablets / 30Days

実物大

機能性表示食品
カルカラ
KALCALA

内容量: 60粒(30日分) 1日目安: 2粒

都度価格 5,616円 (税込) 送料275円

定期価格 23% OFF 4,280円 (税込) 送料275円

今なら!
2022年 5/31 まで

カルカラ
KALCALA新発売キャンペーン

たっぷり 30日分!

初回限定 約 91% OFF

いつでも 休止・解約可能!

※初回1世帯1袋限り
2回目以降は23%OFFの
4,280円(税込)+送料275円(税込)
=4,555円(税込)でお届けします。

お申し込み
お問い合わせは
こちらから

WEB
<https://shop.sain-clarte.com/ad.php?ad=ka.cam.500>

QRコード
から簡単に
アクセスで
きます!

お電話 (通話料無料)
0120-113-797
受付時間/10:00~17:00(土日祝除く)

Sainc-life | 4

■商品はお申込受付後、1週間~10日前後でお届けします。■お支払いは、クレジット(WEB)、AmazonPay(WEB)、コンビニ後払いとなります。■定期コース2回目以降は23%OFFの4,280円(税込)+送料275円(税込)=4,555円(税込)となります。※500円(税込)でのご購入は、初回のみ1世帯1袋限りとなります。■コース内容の変更は次回お届け予定日の2週間前までにご連絡ください。2週間を過ぎますと次々回の定期便からの変更となりますのでご了承ください。■返品希望のご連絡は商品到着から8日以内にお願いします。返品は未開封の商品のみとさせていただきます。お客様のご都合による交換・返品の場合、返送料はお客様負担とさせていただきます。■お客様の個人情報は商品発送の他、当社及び当社関連会社のご案内以外の目的には利用しません。案内がご不要の場合はお知らせください。

みんなからの
嬉しいお声

みんなからのおハガキが励みになっております!
ほんの一部ですがご紹介させていただきます。

使い始めて1ヶ月がたちました。
1日1回寝る前に使っていますが、
毎回ゆるべてびくびくソリソリしていい感じ

みんなさまの
体験談を募集
しております!
詳しくは、商品と一緒に届く
ハガキをご覧ください。

同様物やHPに体験談を
掲載された方には
500円分の
QUOカードをプレゼント!
ご応募、心よりお待ちしております!

QUO SMILE

良い商品に出会えました。増毛やかくら等
ちねすもあればあります。DANDOならばばくに

FUKUOKA

サン・クラルテ製薬がある
福岡県の魅力をもっとお伝えする。ためのコーナーです。

福 岡の名物としてラーメンを思い浮かべる方が多いと思います。実は、福岡県民はうどんにもかなり深い愛情を持っているのです。店舗数も、ラーメン店に大きくは劣らない数があるのでたとえ…福岡に来たらぜひうどんも食べてみてくださいね！

福岡には「餛飩蕎麦発祥之地」と記された石碑が建っており、うどん発祥の地とも言われているそうです！※諸説あります。

豆知識 福岡では、鶏肉のことを「かしわ」と呼びます。この「かしわ」を使った炊き込みごはん「かしわめし」は郷土料理としても愛されています。

福岡のうどんの特徴

- つゆは透明
- ゴボウ天、まる天、肉などの具が特徴
- お供にはいなり寿司やかしわおにぎりが多い
- コシの弱いやわらか麺

福岡のとある人気チェーン店のうどんは、最初からやわらかい麺なので、食べるのが遅いとどんどんスープを吸って麺の量が全然減らない！？といった現象が起こります(笑)

ついに！ サン・クラルテ製薬にダイエットサプリ「カルカラ」が仲間入りしました!!

体重が減らない…昔より太りやすい…そんなお悩みありませんか？それ、実は、、筋肉が落ちて代謝が悪くなり、脂肪がつきやすく痩せにくくなっている状態なんです！お腹周りの脂肪にお悩みの方は約43%というデータもあり、手ごわいお腹の脂肪は放っておくと増える一方…。そこで！気になるお腹の脂肪、脚のむくみなど体型のお悩みをサポートするサプリメントを開発しました。お得に購入できるこの機会にぜひお試しくださいね！

詳しくは、P3~4で紹介しています！

サン・クラルテ製薬
スタッフ 上村

FUKUOKAの豆知識で紹介した「かしわめし」です。

Sainc-life | 6