LINEやってます!

友だち限定でお得なキャンペーンや新商品情報を配信中!

限定のお得なキャンペーン♪
新商品情報をいち早く♪

登録方法

1 右記QRコードを読み取ってください。

2 左下の👤+をタップで、友だち追加完了です。

ID連携方法

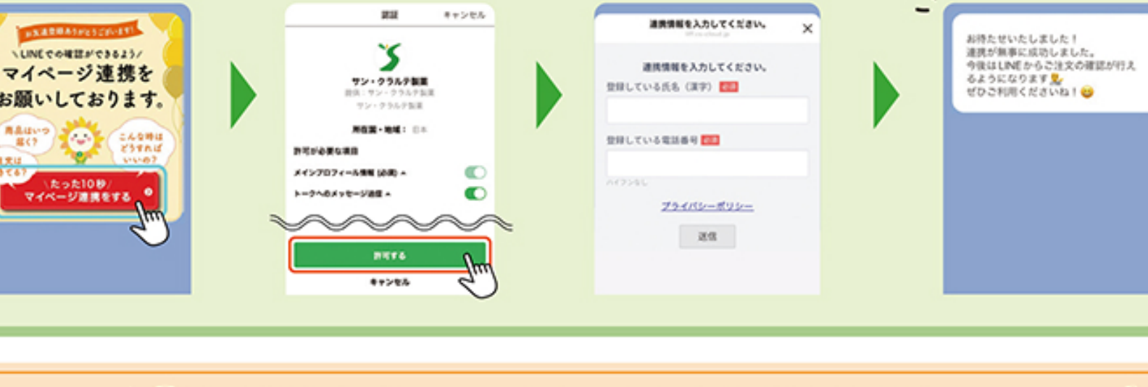
ID連携で、ご注文情報や配送状況の確認が可能となります!

1 友だち登録後、「マイページ連携する」をタップ。

2 認証画面が表示されたら「許可する」をタップ。

3 マイページにご登録の「お名前」「電話番号」を入力して「送信」をタップ。

4 連携が完了すれば、下記のメッセージが届きます。


マイページ連携をお願いしております。
たった10秒 マイページ連携をする
許可する
送信

お待たせいたしました!
連携が無事に成功しました。
今後はLINEからご注文の確認が行えるようになります。
ぜひご利用くださいね!

ID連携でお得な特典GET!

- 特典1 お得なLINE限定キャンペーンやセール情報をGET
- 特典2 お誕生日プレゼントをGET ※生年月日のご登録がある方のみ
- 特典3 新商品情報をいち早くGET

耳ヨリな情報更新中! **サン・クラルテ広場** QRコードを読み込んで、集いの場をのぞいてみる! ▶▶▶

Follow me! **Instagram**やってます! QRコードを読み込んでいただくとアカウントをご覧いただけます!ぜひ遊びに来てくださいね♪ SAINCLARTE

お問い合わせはこちらから

電話 通話料無料 0120-113-797 受付時間 / 10:00〜17:00(平日)

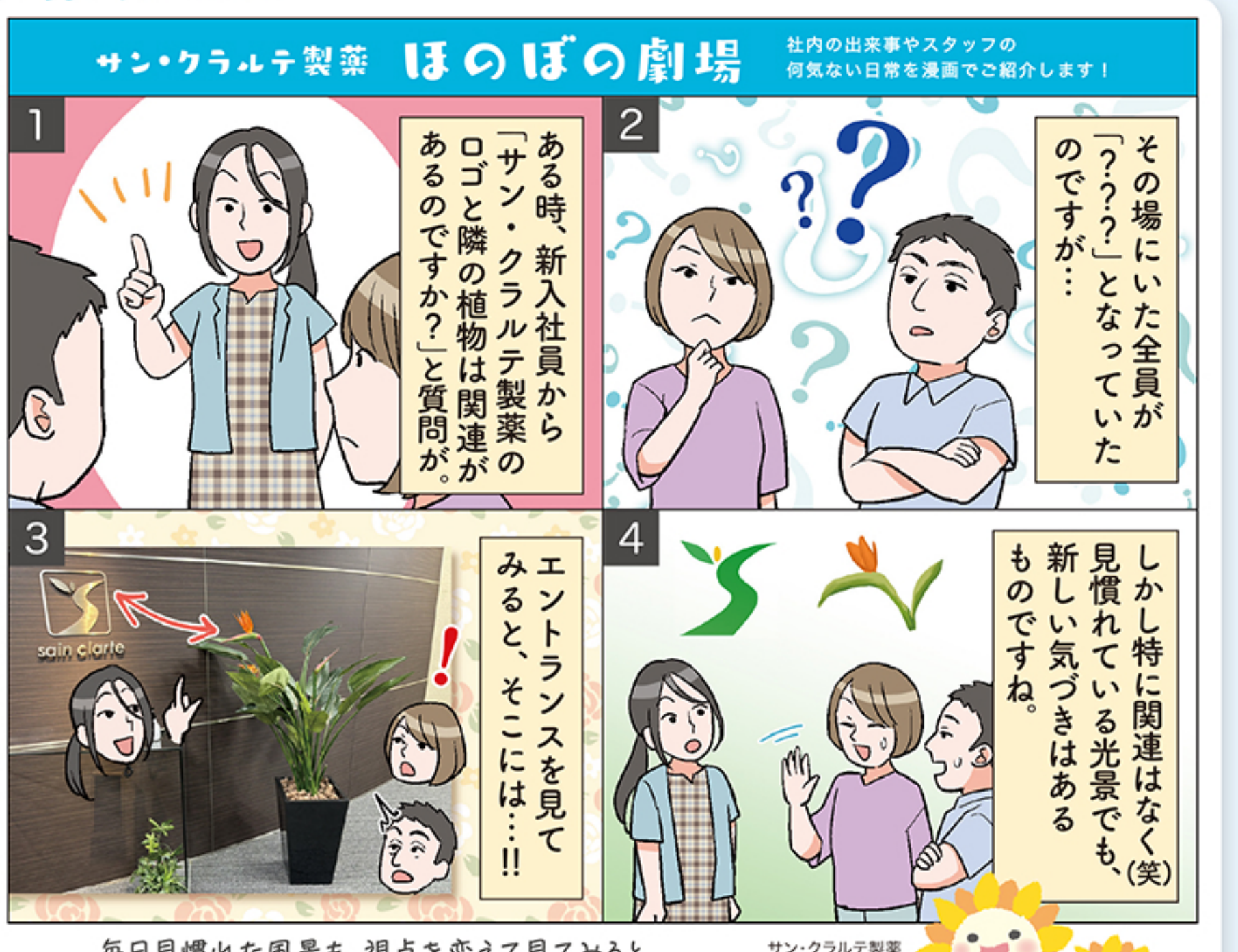
WEB 24時間受付 https://shop.sain-clarte.com/contact/

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

あなたの暮らしと共に
さんくらいふ Sainc-life
A healthy life 季刊会報誌
2025 夏号 Vol.6

表紙マンガ

サン・クラルテ製薬 ほのぼの劇場 社内の出来事やスタッフの何気ない日常を漫画でご紹介します!


1
ある時、新入社員から「サン・クラルテ製薬のロゴと隣の植物は関連があるのですか?」と質問が。
2
その場にいた全員が「???」となっていたのですが…
3
エントランスを見てみると、そこには…!!
sain clarte
4
しかし特に関連はなく(笑)見慣れている光景でも、新しい気づきはあるものですね。

毎日見慣れた風景も、視点を変えて見てみると意外と新しい発見があるかもしれません。

サン・クラルテ製薬 イメージキャラクター サンちゃん・クラちゃん

今号のTOPIC

暑さが日に日に増す今日この頃、いかがお過ごしでしょうか?
今回は、東洋医学での体質タイプ診断や、毛穴についての特集です!この暑さを乗り切るヒントが見つかるかもしれません。
ぜひ、ご覧ください!

サン・クラルテ製薬 編集部スタッフ

25.06

東洋医学のチカラで、暑い夏も元気に!

停滞… 不足… 気血水（きけっすい）偏りチェック

東洋医学では人のからだを構成する基本的な要素を「気(元気のもととなる生命エネルギー)」「血(血液)」「水(リンパ液などの体液)」と考えています。それらが心身に過不足なく巡っている状態を健康と捉えられており、その内1つでも不足や滞りが生じると、心身に不調が現れます。

気虚（ききょ）タイプ

気(エネルギー)不足で、お疲れ気味

Check! 気虚タイプの特徴

- □朝が苦手
- □風邪をひきやすい
- □息切れしやすい
- □立っているのが苦手 すぐ横になりたくなる

気虚タイプのあなたは… 疲れや倦怠感があり、体力がないため風邪をひきやすい傾向にあります。

対策

- ●もっとも夏バテしやすいため、睡眠不足、過労、冷えに要注意
- ●胃腸が弱いため、脂っこい料理や体を冷やす食べ物・生ものをなるべく控える

気虚タイプにおすすめ! 体を温める 消化の良い 食べ物 ・山芋 ・紅茶 ・ショウガ ・エビ

気滞（きたい）タイプ

気(エネルギー)が巡らずどんより

Check! 気滞タイプの特徴

- □のどに違和感を感じる
- □動悸や吐き気がある
- □げっぷ・おならが多い
- □胸やみぞおちが張って苦しい

気滞タイプのあなたは… 精神的ストレスでイライラしたり、不安、憂鬱感を感じる傾向にあります。

対策

- ●リラックスできる時間をもち、ストレスを溜め込まない
- ●アロマやハーブなど、心地よい香りで気の巡りを良くすることもGOOD!

気滞タイプにおすすめ! 柑橘類など 酸味のある 食べ物 ・みかん ・グレープフルーツ ・ナッツ類

瘀血（おけつ）タイプ

血(栄養)の巡りが悪く、血行不良に

Check! 瘀血タイプの特徴

- □顔や唇の色が悪い
- □クマやシミ、そばかすができやすい
- □手足の冷えが気になる
- □便秘気味

瘀血タイプのあなたは… 血の巡りが悪く、体に栄養素が行き渡らない状態。皮膚トラブルが多い傾向にあります。

対策

- ●ストレッチや入浴などで血行を良くし、体を温める
- ●揚げ物や脂肪の多い食品は血流を妨げる原因になるため摂りすぎに注意

瘀血タイプにおすすめ! 血の流れを促し 新陳代謝を 高める食べ物 ・ウナギ ・玉ねぎ ・ニラ ・青魚

血虚（けっきょ）タイプ

血(栄養)不足でカサカサに

Check! 血虚タイプの特徴

- □目が疲れやすい
- □めまいや立ち眩みがする
- □爪が白く、割れやすい
- □顔色が悪く、乾燥している

血虚タイプのあなたは… 血(栄養)が足りていない状態。めまいやしびれなどを起こしやすい傾向にあります。

対策

- ●冷えに弱いため、足元を冷やさないように
- ●朝食をしっかり摂り、不規則な生活にならないよう心がけると◎

血虚タイプにおすすめ! 「血」を増やす 働きのある 食べ物 ・プルーン ・黒豆 ・トマト ・レバー

水毒（すいどく）タイプ

水の巡りが悪くむくみがち

Check! 水毒タイプの特徴

- □お腹からチャプチャプと音が聞こえることがある
- □すぐにのどが渇く
- □むくみやすい
- □大量の汗が出る

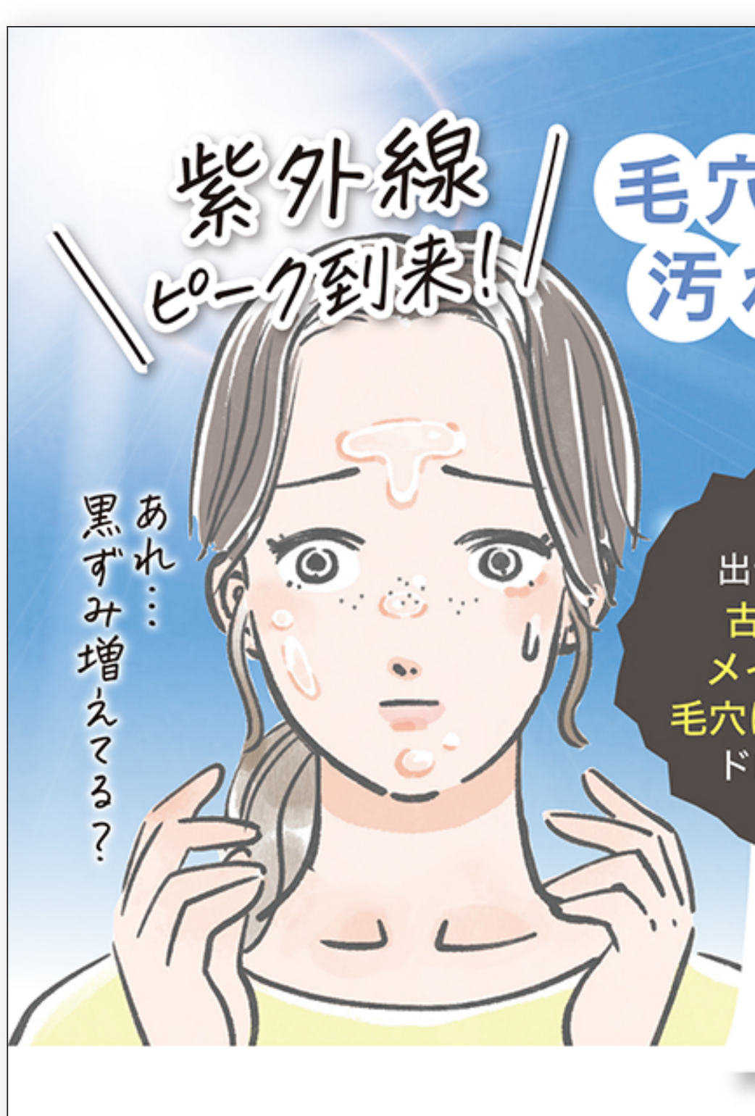
水毒タイプのあなたは… 余分な水分が溜まっており、汗をかきやすく軟便下痢気味の傾向にあります。

対策

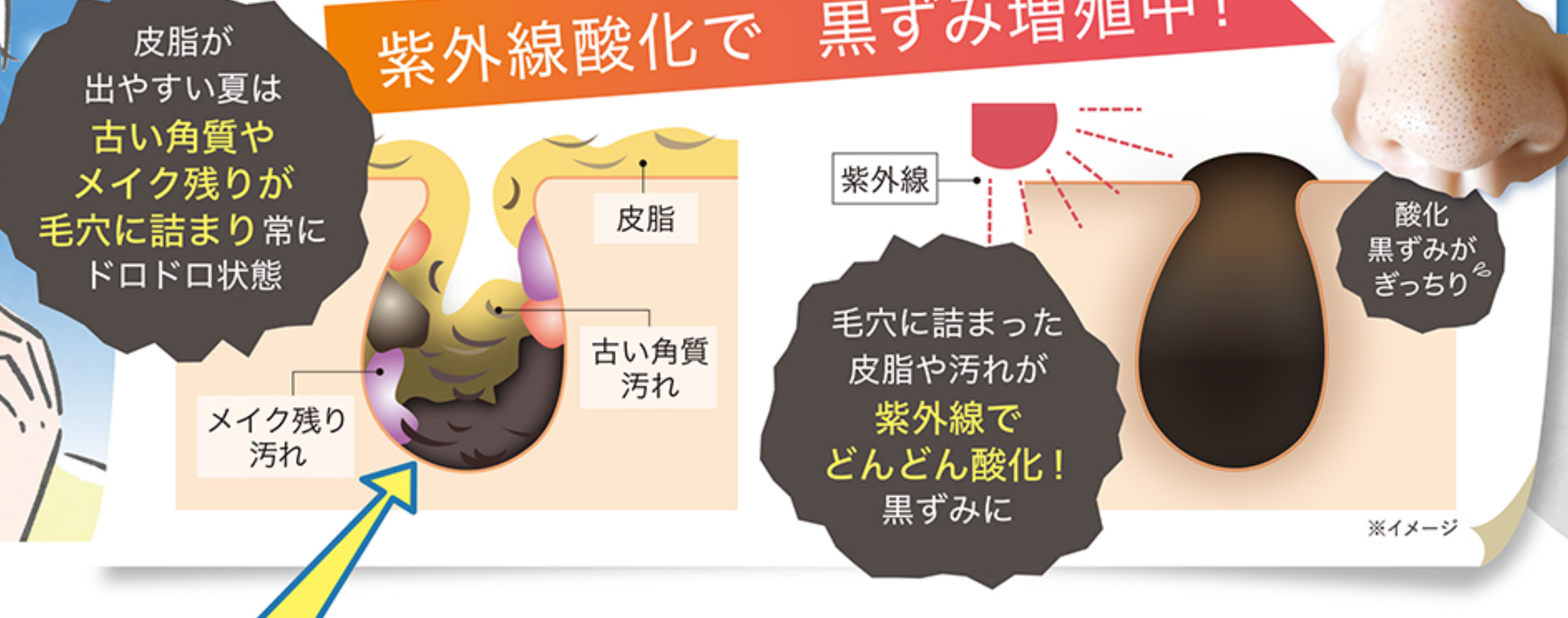
- ●水分の摂りすぎに注意。冷たい飲み物はなるべく控え、常温か温かいものを飲む
- ●軽い運動で汗を流し、体にたまった水分を排出する

水毒タイプにおすすめ! 「水」の働きや 全身の循環を 良くする食べ物 ・海藻 ・キノコ ・大根 ・ウメ

紫外線ピーク到来! 毛穴汚れは酸化で黒くなる!



紫外線が最も強い夏は毛穴が黒くなりやすい時期。お肌をクリーンに保ち涼しげ毛穴で過ごしましょう!


皮脂が出やすい夏は古い角質やメイク残りが毛穴に詰まり常にドロドロ状態
紫外線酸化で 黒ずみ増殖中!
皮脂
古い角質汚れ
メイク残り汚れ
紫外線
毛穴に詰まった皮脂や汚れが紫外線でどんどん酸化!黒ずみに
酸化黒ずみがぎっちり
※イメージ

角栓は無理に抜かないで!

角栓を無理に抜いたパックリ毛穴はさらに角栓ができやすい!

角栓を無理に抜いた開き毛穴は、汚れが詰まりやすく角栓ができやすい状態に。

毛穴対策クレンジングなどで今ある角栓を徐々に取り除き、「汚れ残り」を落として角栓を作らないようにしましょう。

夏の酸化黒ずみは毛穴の汚れ残りが原因

古い角質汚れだけでなく 残さずしっかり

毛穴メイク残りも落としましょう!

肌不調=ケア間違い?

通常の洗顔料ではメイク残りは落ちません

不調の現れはケアに問題ありかも。汚れが残っているとスキンケアを頑張っても無駄になります。

毛穴に入ったメイクを残さないよう、クレンジング剤で落としましょう

ボツボツ角栓増!

クレンジングの長時間肌乗せは負担大

ゴシゴシこすり・長時間のクレンジング使用は皮脂が増え、ボツボツ毛穴増。

NG
スリスリ
ポロポロ

汚れをサッと落とし、角質ケアも同時にできる物を選びましょう

オススメアイテム

こすらずサッとメイク落とし。瞬間毛穴洗浄&角質ケア!

P5-6で紹介中

夏のメイク悩み 速攻解決

どんどん出てくる皮脂でファンデはヨレまくり

毛穴対策下地でメイク崩さない!

夏に不快なべたつき感なし。さらふわ下地

ファンデ前のBIDAI下地でメイク崩れを1日中防ぐ

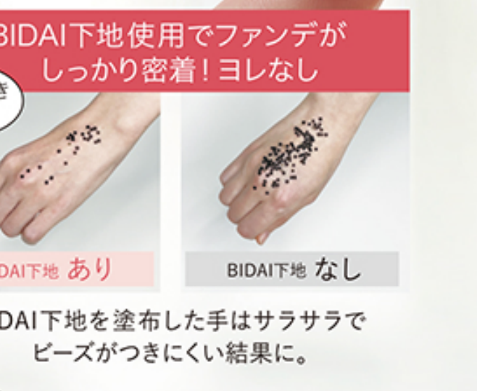
ボツボツ毛穴を埋めて皮脂吸着パウダーがメイク崩れ防止!サラサラ肌持続

ボツボツ毛穴を埋める × サラサラ持続 皮脂吸着

BIDAI
SMOOTH FIT PRIMER
WATER PROOF
SPF23 PA+++
普段使いに優しい SPF23 PA+++

※イメージ

BIDAI下地使用でファンデがしっかり密着!ヨレなし


べたつき実験
BIDAI下地 あり
BIDAI下地 なし

BIDAI下地を塗布した手はサラサラでビーズがつきにくい結果に。

-ビダイ- BIDAI スムースフィットプライマー (1本:25g)

初めての方限定 定期初回特別価格 1,980円(税込) 2回目以降2本届け

詳しくはこちら!

夏の酸化黒ずみこすらず落とす!

夏の今!がオススメ クレンジングを見直してみませんか?

毛穴

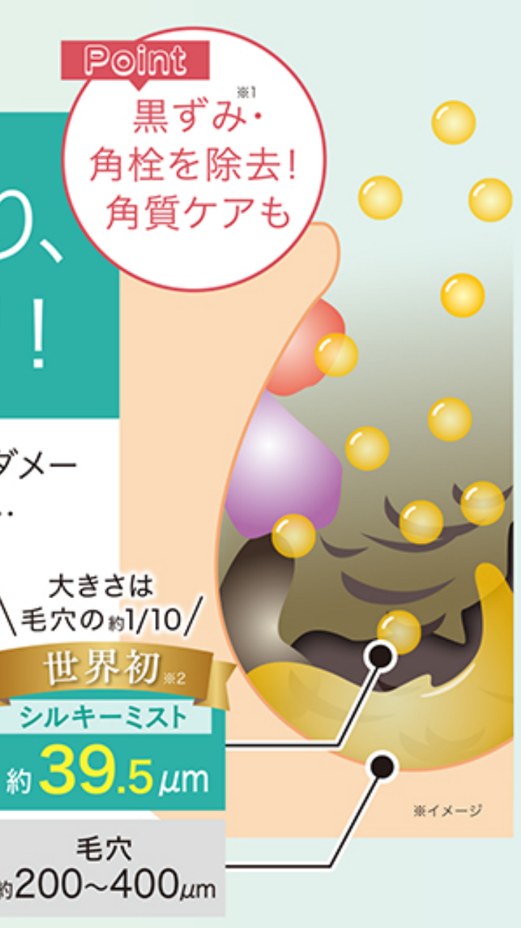
瞬間!メイク残り、黒ずみ※1スッキリ!

Point 黒ずみ※1・角栓を除去!角質ケアも

毛穴汚れを取るのに時間がかかると、ダメージを与え黒ずみ※1・角栓が増えることに…

BIDAI シルキーミストクレンジングオイルなら

オイルミストが瞬時に毛穴に入り、奥の汚れをジュワッと落とします


大きさは毛穴の約1/10
世界初※2 シルキーミスト 約39.5μm
毛穴 約200〜400μm
※イメージ

さらに

落としながら毛穴ケアも完了!

毛穴ケア成分配合で、毛穴の目立たないフラット肌へ導きます。

天然由来成分が毛穴で働く!
黒ずみ※1 毛穴ケア
アーチチョークエキス※3
透明感 くすみ※1
マンダリンオレンジ果皮エキス※5
黒ずみ※1
ヒメフロウエキス※3
毛穴・エイジングケア※4
タイムエキス※3

※画像はすべてイメージ

天然由来成分 99%

優しさに配慮した天然由来成分99%!メイクをしていなくてもお使いいただけます。

皮脂汚れや毛穴洗浄としても!

使い方は簡単

吹きかけて
軽く押さえて
流すだけ
こすらず終了

メイク

メイク・皮脂汚れ、吹きかけて落とす!

Point 塗り広げ不要だから、こすり負担ゼロ

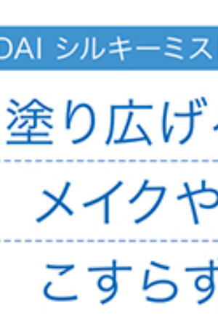
シトラスハーバルの爽やかな香りに癒される♪

黒ずみ毛穴の原因「メイク残り」。しっかり落としたいけど摩擦や刺激は肌不調の原因に…

BIDAI シルキーミストクレンジングオイルなら

塗り広げる面倒もなくメイクや皮脂汚れをこすらず落とします

落ちにくいポイントメイクもしっかり落ちる



肌あたり柔らかふわっとミスト
BIDAI Silky Mist Cleansing Oil

つっぱらない! 独自ナノサイズ成分 リポモイス配合で潤い持続

- 抗シワ評価試験済
- ノンコメドジェニックテスト済※
- 7つのフリー処方※
- アレルギーテスト済※

-ビダイ- BIDAI シルキーミストクレンジングオイル

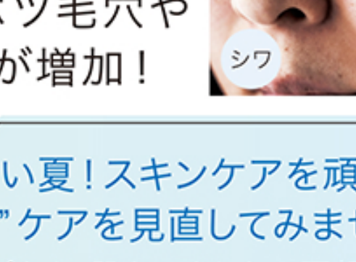
詳しくはこちら!

初めての方限定 定期初回特別価格 1,980円(税込) 2回目以降2本届け

※1:汚れや古い角質による ※2:洗い流しタイプのミスト状のオイルクレンジング(製品)に関する市場調査、㈱未来トレンド研究機構調べ、2024.10.31時点 ※3:保湿剤 ※4:年齢に応じた肌のケアをすること ※5:着香剤 ※:すべての方に皮膚刺激、アレルギー、コメド(ニキビのもと)ができないというわけではありません。

夏の弱り肌をこすると…

肌は硬くなりボツボツ毛穴やシワが増加!


老け見え加速
しみ
シワ
ほうれい線

※イメージ

汚れやすい夏!スキンケアを頑張る前に“落とす”ケアを見直してみませんか?

ミストタイプなら、肌をこすらない理想のクレンジングが簡単に。乾燥に気づきにくい夏こそ、潤い守ってしっかり落とすクレンジングがベスト!

スキンケアに慣れていない **男性にもおすすめ!**

実際に サン・クラルテ製薬の男性スタッフ2名が初挑戦!

メイク落とし経験ゼロ!

ドキドキ 初めてのクレンジング体験

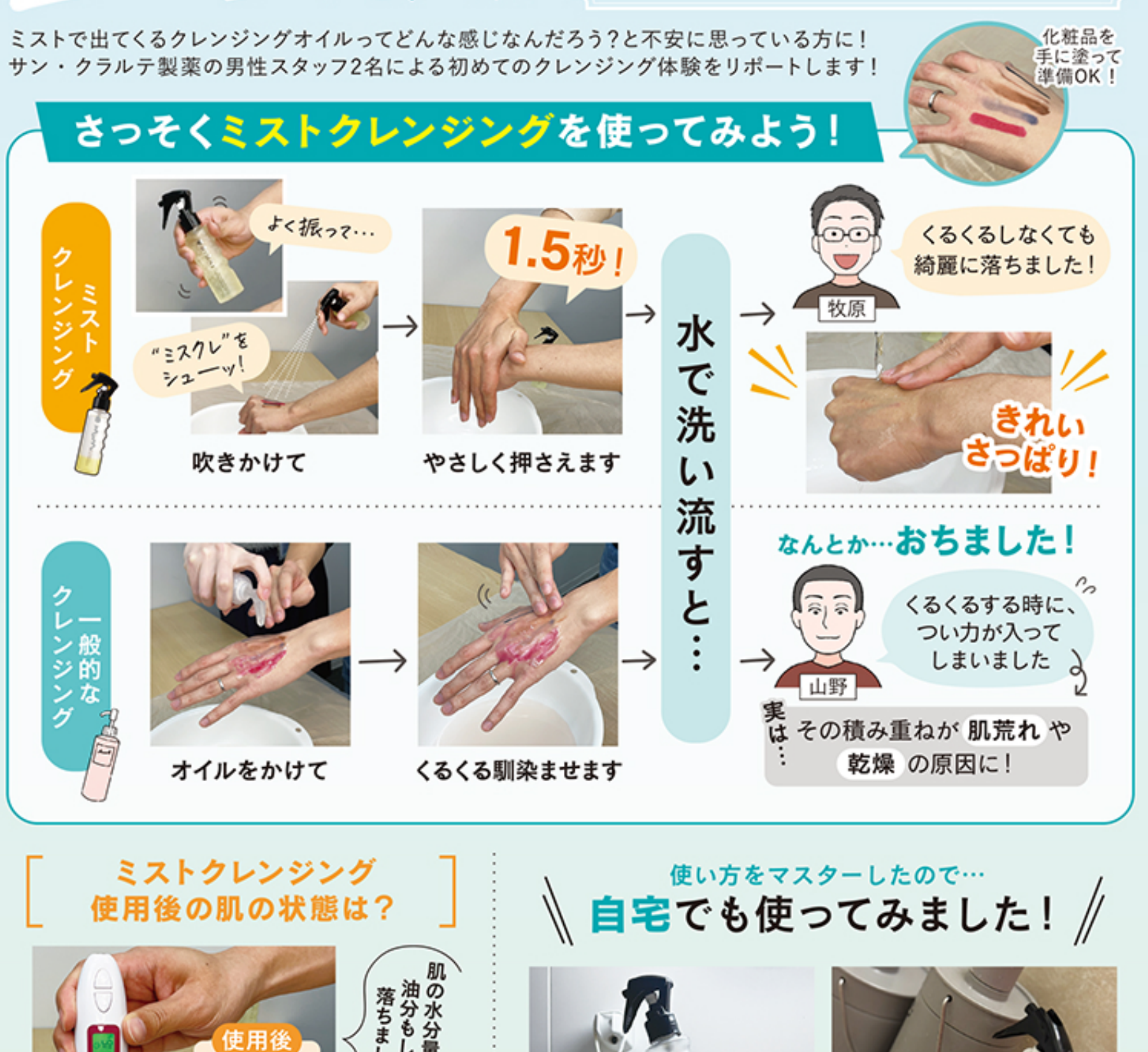
体験したのは…

- **牧原** お茶目で明るい性格の好青年男子。
- **山野** いつも穏やかで優しい2児のお父さん。

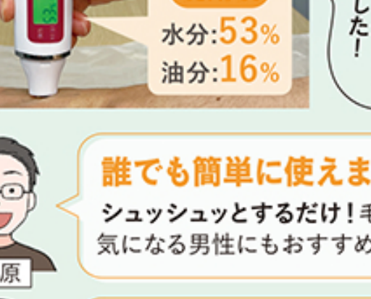
ミストで出てくるクレンジングオイルってどんな感じなんだろう?と不安に思っている方に!
サン・クラルテ製薬の男性スタッフ2名による初めてのクレンジング体験をリポートします!

化粧品を手に塗って準備OK!

さっそくミストクレンジングを使ってみよう!


ミストクレンジング
よく振って…
“ミスクレ”をシューッ!
吹きかけて
1.5秒!
やさしく押さえます
水で洗い流すと…
牧原
くるくるしなくても綺麗に落ちました!
きれいさっぱり!
一般的なクレンジング
オイルをかけて
くるくる馴染ませます
なんとか…おちました!
山野
くるくるする時に、つい力が入ってしまいました
実は… その積み重ねが肌荒れや乾燥の原因に!

ミストクレンジング使用後の肌の状態は?


使用後
水分:53%
油分:16%
肌の水分量がUP!油分もしっかり落ちました!

牧原：**誰でも簡単に使えます!** シュッシュッとするだけ!毛穴が気になる男性にもおすすめです。

山野：**時短で済みますね!** くるくるしないのでサッと簡単に、でもしっかり落ちました!

使い方をマスターしたので…

自宅でも使ってみました!

山野：元々乾燥肌で、お風呂上がりは特に乾燥していましたがミストクレンジングでの洗顔後はずっとしっとりしていました!嫁さんも使ってみたところ、「乾燥せず、もっちりとした仕上がり!」「こすらずマスカラが落ちた」と大絶賛でした!

スタッフおすすめ むくみ撃退法! 夏を快適に過ごす

梅雨が過ぎると急激に気温が上がり、夏本番を迎えますね。この時期は冷たい飲み物の摂りすぎや冷房のあたりすぎから「むくみ」がひどくなることも…。むくみをしっかり対策して、スッキリした夏を過ごしましょう!

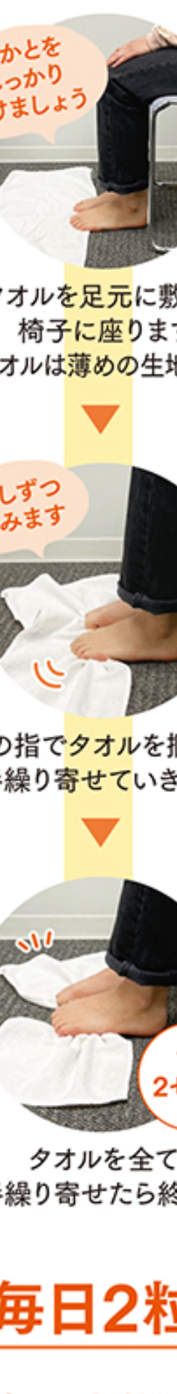
夕方になるとゾウのような足になる…

靴下の跡がなかなか取れない!

その“むくみ”… **放置していませんか?**

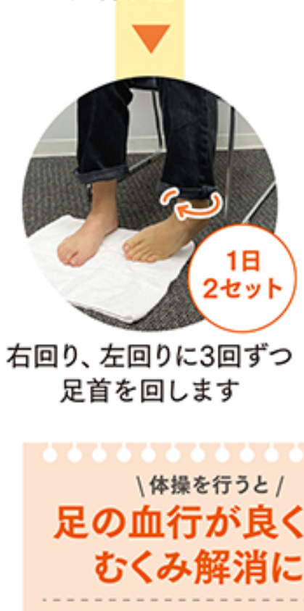
むくみをそのままにしていると足首が硬くなり、思わぬ転倒のリスクにつながる可能性が!

撃退法その1 タオルギャザー体操


かかとをしっかりつけましょう
少しずつ掴みます
1日2セット

1. タオルを足元に敷き、椅子に座ります(タオルは薄めの生地が◎)
2. 足の指でタオルを掴み、手繰り寄せていきます
3. タオルを全て手繰り寄せたら終了!

撃退法その2 足首ストレッチ体操



1. つま先の上げ下げを5回繰り返します
2. 右回り、左回りに3回ずつ足首を回します

体操を行うと **足の血行が良くなりむくみ解消に!**

山口：むくみが解消されるだけでなく、転倒防止や外反母趾への効果も期待できるとのこと!私も休憩中に取り入れてます。

どちらの体操も、まずは無理のない範囲で行いましょう。

※足指や足裏、足首に痛みが生じる場合は中止し、安静にしてください。

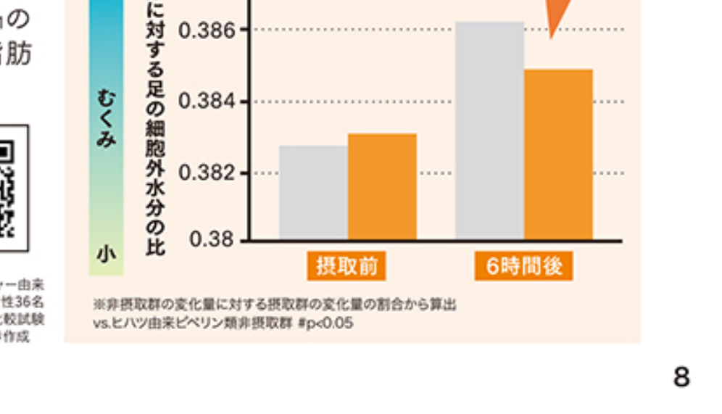
撃退法その3 カルカラを毎日2粒!

機能性表示食品

むくみ※1、冷え※2などのお悩みにアプローチ!

「ブラックジンジャー※3」「ヒハツ※4」のWパワーで、夕方の脚のむくみ※1の他に、冷え※2の軽減やお腹の脂肪を減らします※5!

サンちゃんの情報便でも掲載中!



※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

※1:病的ではない一過性のむくみ ※2:冷えによる末梢(手)の皮膚表面温度の低下 ※3:ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン ※4:ヒハツ由来ピペリン類 ※5:BMIが高めの方 ※6:【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. 掲載の臨床データに基づき作成

さんくラウンジ — Sainc Lounge —

編集部からのお知らせや福岡の情報などをご紹介します

夏が近づき、帰省シーズンがやってきました!

緒方：夏休みやお盆期間に、福岡にいらっしゃる方も多いのではないでしょうか?今回は、福岡在住の私が自信を持っておすすめする福岡の夏の風物詩やお土産をご紹介します!

夏といえば、やっぱり花火!

福岡県久留米市 筑後川花火大会

例年8/5に開催され、約370年の歴史をもつ西日本最大級の花火大会です。約1万5000発の花火が夏の夜空を彩ります。

絶好のロケーションで美しい花火を間近で観覧!

屋台もたくさん出店されており、お祭り気分も楽しめます♪

緒方：昨年は遠目から見たのですが、それでも夜空を彩る花火の美しさに感動しました。今年こそは会場で、迫力満点の花火を見たいと思っています!

緒方がおすすめする 福岡の厳選お土産 BEST3!

ピリッとした辛さと、濃厚な旨味がたまらない!
お好みのトッピングで、自分好みにアレンジ!
うまかっちゃん
しっとりしたミルク風味の生地と白あんがとろける!
博多通りもん

- **めんたいこ** 名物 シンプルに白ご飯と一緒に食べるのがお気に入りです!
- **うまかっちゃん** いちおし 手軽に福岡名物の豚骨ラーメンが楽しめます!
- **博多通りもん** おすすめ あまりの美味しさに、自分用も買ってしまいます!

今までも、これからも お客様とのつながりを大切に。

社名の「サン・クラルテ」には、フランス語で「健康に明るく」という意味があります。
「毎日を健康に、明るく笑顔で過ごしていただきたい」そんな想いを込めた社名です。
お客様の不安やお悩みへ寄り添い、これからもよりたくさんの、満開の笑顔の花を咲かせます。

[サン・クラルテ製薬に寄せられたメッセージをご紹介!]

メールで届く 健康情報や お役立ち情報 が 役立ってます

健康や美容をサポートする製品が大好きです。これからもいろいろな商品を開発して下さい。

初めて使わせていただいた時の驚きは、今でも覚えています。これからも、さらに良い商品を作って下さい。

いつも届く商品と共にさり気なく同封されているメッセージのチラシに癒されています。あたたかなメッセージに、サン・クラルテ製薬の皆様のお心遣いを感じ、優しい気持ちになっています。

※創業30周年を迎えた際にお寄せいただいたお声です。

皆さまからのメッセージを大募集!

会報誌で「こんなことを紹介してほしい!」というリクエストや、日常のお写真や身の回りで起きたことなど、皆さまからのメッセージを募集しております。

例えば…

可愛いうちの子、見てくださいー!
今年の夏はひまわり畑を見に行きました♪
旬野菜を使った美味しいレシピが知りたいです!

ご応募はこちらから

などなど、**皆さまからのご応募、心よりお待ちしております!**

季刊会報誌・HPの情報便へ掲載させていただく場合がございます。

※2025年の情報です。価格や販売状況は変わる場合がございます。