

ROSE HEART NOW

ローズハートナウ No.182

5

ローズハートでもっと美しく、健康に！



食べたものでカラダはつくられる
野菜、果物のチカラ再発見！

ローズハート
紫外線ケアSelection

定期・ゆうちょ限定

あたまシャキッと！
イチヨウ葉エキスを
プレゼント

ROSE HEART

食べたものでカラダはつくられる 野菜、果物のチカラ再発見！



Healthy life

「野菜や果物は健康に良い」とは分かっていても、その理由をご存知ですか？世界的な新型コロナウイルスの流行で、免疫力を高めることの重要性を改めて実感しましたね。今こそ身近な野菜、果物の凄いチカラを再発見しましょう！

ビタミンや
食物繊維が
豊富

**野菜の
チカラ**

がんや
老化の防止

からだを
若々しく保つ
抗酸化作用

美肌効果

**果物の
チカラ**

がん予防効果

骨を丈夫に
保つ効果

健康のために

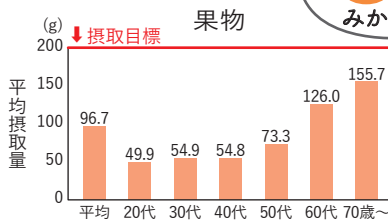
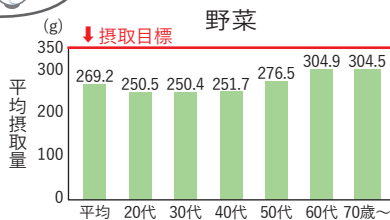
野菜は350g、果物は200g摂取することが目安*ですが・・・

20代が最も野菜不足。また健康志向の大人世代も50～80g(小鉢約1皿分)足りていません。さらに、40代までの若い世代の果物不足は深刻です。

厚生労働省「平成30年国民健康・栄養調査」より

■野菜・果物の摂取目標と年齢別平均摂取量

あと小鉢1皿分
不足



果物200gは
みかん2個

*厚生労働省、農林水産省が作成した『食事バランスガイド』による。『食事バランスガイド』とは、健康のために何をどれだけ食べればよいかを示したもの。

野菜や果物が不足すると、こんな症状が・・・



☑ 吹き出物などの肌荒れ

☑ 疲れやすく、疲労がたまる

☑ 腸内環境が乱れ、お通じが悪くなる

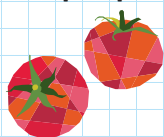
☑ 免疫力が低下し、風邪をひきやすくなったり、長引いたりする



身近な野菜(11種類)と果物(11種類)のチカラ

野菜や果物に含まれる栄養素『ファイトケミカル(植物栄養素)』のうち、代表的なものをご紹介します。

トマト



リコピン

β-カロテン

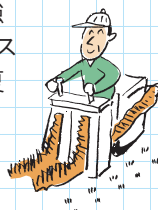
- ☐ ガン予防
- ☐ 美白作用
- ☐ 疲労回復

小麦麦芽



オクタコサノール

- ☐ 体力増強
- ☐ 抗ストレス
- ☐ 疲労回復



ニンジン



β-カロテン

- ☐ 皮膚や粘膜の正常化
- ☐ コレステロール増加防止

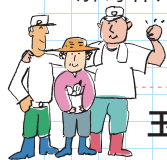
ブロッコリー



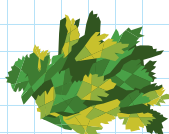
クロロフィル

イソチオシアネート

- ☐ ガン予防
- ☐ 動脈硬化予防
- ☐ 解毒作用



茶葉



カテキン

- ☐ 血圧・コレステロール値の低下
- ☐ アレルギー対策
- ☐ 殺菌・抗菌

キャベツ



イソチオシアネート

S-メチルシステインルホキシド

- ☐ ガン予防
- ☐ 胃腸の粘膜保護・回復

玉ねぎ



硫化アリル

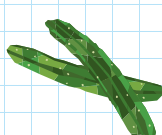
チオスルフィネート

硫化プロピル

ケルセチン

- ☐ 動脈硬化予防
- ☐ ビタミンB1吸収促進

きゅうり

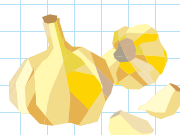


ククルビタシン

イソクエルシトリン

- ☐ ガン・脳梗塞・心筋梗塞の予防
- ☐ 利尿促進
- ☐ 疲労回復

にんにく



アリシン

硫化アリル

- ☐ ガン予防
- ☐ 血液サラサラ
- ☐ 動脈硬化予防

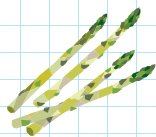


身近な野菜(11種類)と果物(11種類)のチカラ

野菜や果物に含まれる栄養素『ファイトケミカル(植物栄養素)』のうち、代表的なものをご紹介します。



アスパラガス



アスパラギン酸 ルチン

- ☐ 血管壁強化
- ☐ 疲労回復
- ☐ 老人性痴呆症対策

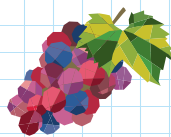
オリーブ



ヒドロキシチロソール ベルバスコンド

- ☐ コレステロール、中性脂肪の低下
- ☐ ガン予防
- ☐ 抗アレルギー

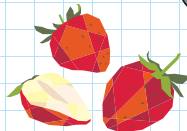
ぶどう



アントシアニン アントシアニジン

- レスベラトロール**
- ☐ 視力低下の予防、眼精疲労の改善
- ☐ 動脈硬化の予防
- ☐ 整腸作用

いちご

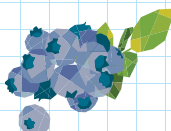


アントシアニン アントシアニジン

- ☐ ガン・生活習慣病の予防
- ☐ 整腸作用
- ☐ 美肌保持



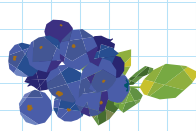
ビルベリー



アントシアニン アントシアニジン グアニシン

- ☐ 視力低下の予防
- ☐ 血行促進
- ☐ 心筋梗塞・脳血管障害の予防

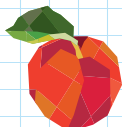
ブラックカラント



アントシアニン アントシアニジン

- ☐ 末梢血管の血流改善
- ☐ 視力低下の予防
- ☐ 目の下のクマの解消

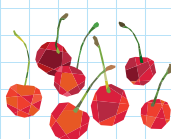
りんご



リンゴポリフェノール オクタコサノール D-グルカレイト

- ☐ コレステロールの増加抑制
- ☐ ガン、炎症、アレルギーの予防

さくらんぼ



D-グルカレイト ヘスペリジン アントシアニン

- ☐ ガン・生活習慣病の予防
- ☐ 毛細血管の強化

オレンジ



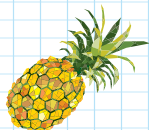
シトラール イノシトール ヘスペリジン

- ☐ ガン予防
- ☐ ダイエット効果
- ☐ 風邪予防



★文字色の赤・オレンジ・黄・緑・青は、ファイトケミカルの色素（ファイトカラー）を表現しています。文字色の茶は、ファイトケミカルの香りや苦みを表現しています。

パイナップル



β-カロテン

- ☐ 生活習慣病の予防
- ☐ 美肌保持
- ☐ 疲労回復



グレープフルーツ



リモニン ナリンギン D-グルカレイト ヘスペリジン

- ☐ ガン予防
- ☐ 疲労回復
- ☐ 高血圧予防

アプrikott

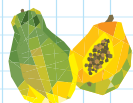


β-カロテン

- ☐ 鎮痛・解熱・利尿・健胃
- ☐ 咳止め、痰を切る
- ☐ 疲労回復



パパイヤ



ゼアキサントシン β-クリプトキサントシン リコピン β-カロテン

- ☐ 目の老化対策
- ☐ ガン防止効果
- ☐ 動脈硬化、糖尿病の予防

果物は太る？

甘い果物は太るイメージがありますが、意外と低カロリー。健康のためにもお菓子の代わりに果物を取り入れましょう。



みかん 46kcal



りんご 57kcal



ショートケーキ 327kcal



ミルクチョコ 558kcal（全て100gあたりのカロリー）

（出典）日本食品標準成分表 2015年版（七訂）

みかん
7個 **322kcal**

ショートケーキ
1個 **327kcal**

健康食品の力もかりてムリなくヘルシーに

健康的な食生活を心がけていても、毎日野菜たっぷりの献立を考えたり、野菜や果物を食べなきゃ！とプレッシャーを感じてしまったりは、健康には逆効果。

しかも、野菜や果物の健康成分は、種や皮など、普段は食べない部分に多く含まれています。

手軽に野菜や果物をまるごと摂るなら、栄養成分がギュッと詰まった健康食品の力をかりるのもおすすめです。

ムリなく野菜350g、果物200gの摂取目標値を目指しましょう。健康は毎日の積み重ねが大切です。

外から紫外線ケア

ツヤ見せ

うるおい

簡単
キレイ
スベスベ肌

SPF44
PA++

毛穴
カバー

化粧下地



オールド
ローズの香り



元の肌色を
選ばない
薄いベージュ色

シャイニーベース SPF44 PA++
35g — 4,400円(税込)



ひとぬりで透明感アップ!
ツヤっと輝くうるおい肌

- SPF44、PA++で日常の紫外線からお肌をしっかりガード。
- のびのいい乳液タイプ
軽い仕上がりで1年中活躍!
- 美肌補正パウダーが肌をツルンと整えて、自然なツヤを演出。
- 保湿成分配合で、透明感のある潤った肌が持続。
- 日焼け止めと化粧下地がこれ1本メイクの時短に。

ローズハート

紫外線ケアSelection



クチナシの花

夏の強い日差しを跳ね返すような、
純白の美しい花を咲かせるクチナシ。

サプリだから
全身輝く肌へ

クロセチン

プラセンタ*1

ビタミン類*2

L-シスチン

ホワイトクルクミノイド



内から紫外線ケア

紫外線の気になる季節も、
明るく澄んだ私でいたい。

- 美肌や透明感アップに嬉しい成分を厳選。サプリメントだから全身に美肌効果が。
- クチナシの果実からごくわずかにしか採れない、貴重な成分「クロセチン」を配合
- インドの伝統的なハーブ『ウコン』由来のホワイトクルクミノイド*3配合



画像はイメージ

ホワイトエイド

1箱180粒(約1か月分) — 6,480円(税込)

*1 豚胎盤エキスポ末

*2 ビタミンC、B2、B6、D

*3 還元型ウコンエキスポ末



ローズハート クチコミ広場



以前から体調に悩まされていて、色々試していました。そんな時に、スーパーミックスエイドを食べている方の体験を聞き一箱試してみた所、これまでにない爽快感と、体調が良くなりました。これは手放せません。教えてくれた知人に感謝しています。(山形県 Iさま 70代)

先日友人のサロンのお手入れ会に参加し、スーパーミックスエイドを購入しました。今まで子育てで忙しく、疲れと便秘に悩んでいましたが、スーパーミックスエイドを飲み初めて3日目くらいから快調で朝起きて疲労感もなく、清々しい毎日を送らせて頂いてます
(京都府 Yさま 30代)

※掲載時に一部編集・割愛している場合があります。※体験談は全て個人の感想です。効果には個人差があります。
※年齢はクチコミをいただいた当時のものです。

食べたものでカラダはつくられる
野菜、果物のチカラ再発見！

定期購入及びゆうちょ銀行払いの会員さまへ
“お楽しみプレゼント”

イチョウ葉エキス **2本**プレゼント

「うっかり」が気になりだした方に

16の健康成分がこれ1本

イチョウ葉エキス、
霊芝抽出液、DNA、
コラーゲン、ローヤルゼリー、
各種ビタミン類や
プルーンエキスなど…

栄養機能食品(ビタミンB2)

定期コースのご注文及びゆうちょ銀行払いをご利用の会員さまへ、お楽しみプレゼントとして「清涼飲料水 イチョウ葉エキス 2本」を進呈いたします！イチョウ葉エキスは6月初旬に商品と一緒にお届けします。



※画像はイメージです。

内と外から紫外線ケア／お楽しみプレゼント

大切なお知らせ

● 定期コースをご注文の会員さま 及び

ゆうちょ銀行口座引き落としでお支払いの会員さまへ

6月初旬お届けの
ご注文締切日



5.20[水]

FAX受付は18時まで延長

定期と同送
ゆうちょ払い
ご予約

- ・夏美人セットキャンペーン(チラシ)
- ・6月限定 夏のホワイトエイドプラスお試しキャンペーン(チラシ)
- ・お楽しみプレゼント【イチョウ葉エキス】

ゆうちょ銀行口座
引き落とし日



5.28[木]

(お知らせ)
増税に伴い2019年10月から
手数料が55円に変わりました。

ご注文金額に55円(口座引き落とし手数料)を加え、口座より引き落とし。
28日に残高不足で引き落としができなかった場合は、6.5[金]に再度引き落とし。2回連続で口座引き落としができない場合は、自動的に「代引き」で発送させていただきます。ご了承ください。

商品出荷日



6.2[火]

● 代引きでお支払いの会員さまへ

ご注文いただきました金額に330円(代引き手数料)を加え、商品と引き換えでお支払いください。なるべく商品の受取日をご指定ください。クレジットカードでもお支払いいただけます。

すぐお届け
代引き
キャンペーン

- ・5月限定 春のスーパーミックスエイドお試しキャンペーン(チラシ)
- ・春のUVケアキャンペーン(チラシ)

● お電話でのご注文・お問い合わせは



0800-888-6280

受付時間 9:00 ~ 17:00 土日祝日 休み

● FAXでのご注文・お問い合わせは



0120-088-551

(受付時間 24時間 年中無休)



ローズハートナウ
発行責任者/山内優 発行元/ゲオール化学株式会社 事業推進部 広報宣伝室
〒540-0011 大阪市中央区農人橋 3-1-14

<https://rh6280.com>

2020.5.2000

印刷物ですので、実際のカラーと多少異なる場合がございます。