

ウィズメディカ Withmedica Club 倶楽部



エコノミー
クラス
症候群

行楽シーズンに気をつけたい 「エコノミークラス症候群」について

- なぜあの人は太らない？いつまで経っても太りにくい体質改善について
- 油は体に悪いのか？正しい油の摂り方を知ろうについて



Vol. 03

ウィズメディカ 倶楽部

「もっと知りたい」「正しい知識を身につけたい」をお届けする「ウィズメディカ倶楽部」。専門資格者による専門性の高い記事のみをお届けしております。ウィズメディカ倶楽部は「会報誌版」と「ウェブサイト版」がございます。「ウェブサイト版」は以下QRコードよりお読み頂けます。



<https://withmedica.com/>
ウィズメディカ倶楽部で検索

- 03 行楽シーズンに気をつけたい
「エコノミークラス症候群」について
- 08 なぜあの人は太らない？
いつまで経っても太りにくい体質改善について
- 10 油は体に悪いのか？
正しい油の摂り方を知ろう
- 12 商品一覧
- 14 安心・安全のこだわり
- 15 定期購入料金&ご利用ガイド

特集

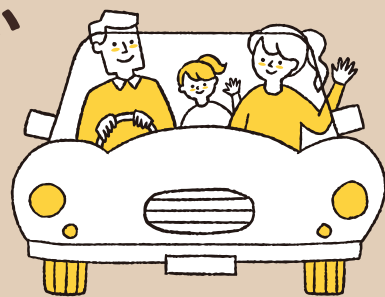
行楽シーズンに気をつけたい 「エコノミークラス 症候群」について

形成外科医 橘田 絵里香

日本専門医機構認定 形成外科専門医。日本抗加齢医学会専門医。

コロナ禍も落ち着き、これからGW・夏休みと行楽シーズンが始まりますが、旅行に限らず、日々の生活においても十分な注意と対策が必要なエコノミークラス症候群について、今回は詳しく取り上げていきたいと思います。

行楽シーズンに気をつけたい エコノミークラス 症候群について



コロナ禍も落ち着き、これからGW・夏休みと行楽シーズンが始まりますが、旅行に限らず、日々の生活においても十分な注意と対策が必要なエコノミークラス症候群について、今回は詳しく取り上げていきたいと思います。



**普段の生活から要注意！
「ずっと座ってる」のは
いいことなし!!!**

「肺血栓塞栓症で緊急入院した」先日、同い年の友人から、シヨッキンダる彼女、水も飲まずにずっと座りっぱなしで長時間のデスクワークをこなしていたのだそうです。これすなわち「エコノミークラス症候群」。狭いエコノミークラスに長時間座ったのちに発症することから、このような名前がついておりますが、何もエコノミークラス利用者に限ったことではありません。長時間、水分や食事を取らずに同じ姿勢のまましていると起こりうる病態なのです。コロナ禍も落ち着き、これからGW・夏休みと行楽シーズンが始まりますが、旅行に限らず、日々の生活においても十分な注意と対策が必要なエコノミークラス症候群について、今回は詳しく取り上げていきたいと思います。

「二足歩行」な人間 ならではの病気!??

エコノミークラス 症候群の原因・ メカニズム

肩が凝ったり、足がむくんだり、というの二足歩行の人間ならではの症状です。4足で歩いているぶんには、頭も脚も、ほとんど心臓と高さが変わりません。が、二足歩行になつたがゆえに、他の生物よりも大きくなった脳を肩で支えなければならなくなり、重力で脚に下がった血液を、心臓まで戻すのに、かなりの距離と高低差が生じる結果となりました。エコノミークラス症候群は主に後者の、脚の血流が関連しています。実は人間、心臓から出る血管⇨動脈は心臓からのポンプ効果と動脈の拍動で、全身に速やかに血液が行き渡ります。が、問題は全身に行き渡った血液を心臓に戻す作業。心臓に向かう血管⇨静脈

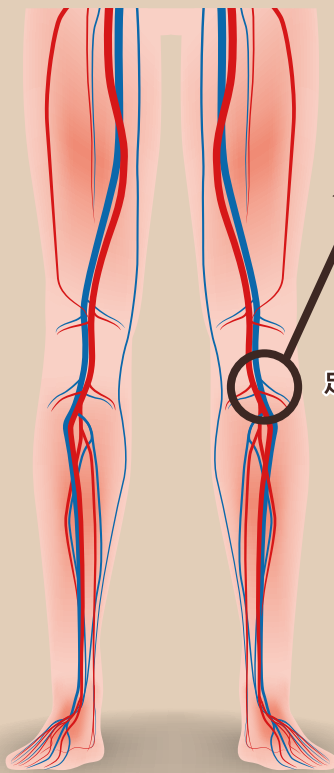
自体に、動脈のようなポンプ作用はありません。

ではどうしているか。周囲の筋肉がそのポンプの役割をしているのです。よく、長寿になりたければ「ふくらはぎ」を揉みなさいと言ったフレーズを耳にすることがあるのですが、これは、ふくらはぎの筋肉が、脚の血流を心臓に戻すにあたり、大きな役割を果たしているからです。そうしたなか、長時間座つたまま動かないということはどういうことか。座つたままで動かないということは、静脈の「ポンプ作用」を担う周囲の筋肉がほとんど動かないということ。つまり、心臓から押し出され、脚に酸素を運んだ血液が、心臓に戻つていられなくなる、ということを意味します。血液というのは、停滞すると「固まる」という性質がありますので、座つたまま心臓に戻れず、停滞した血液はやがて「凝固」し、血栓となって、脚の静脈

にこびりつきます。先の弁護士さんも、両足に大量の血栓がこきえられていたそうです。これらの「血栓」ですが脚で大人しくしてくれている分にはいいのですが、たまに剥がれて別の場所に「飛びま



足に血栓ができる



す。脚に酸素を運んだ血液は、脚の静脈から肺に戻って酸素を得て、再び脚に戻るというルートを取りますので、脚の静脈から血栓が飛びやすいのは「肺」です。肺にそんなものが飛んできたら、たまたまものではありません。突然、胸痛と息切れが起きます。肺の太い血管に、大きな血栓が詰まってしまつと、場合によっては死に至ります。これがエコノミークラス症候群のメカニズムです。

このような条件に
当てはまる方は、
さらに御用心！

長時間座っているだけで、もう、誰が
なってもおかしくないと申し上げた
いくらいなエコノミークラス症候群
ですが、

● 4時間以上の長時間飛行
● 短期間でも頻回飛行機を利用し
た場合

● 高齢者

● 肥満

● 最近大きな手術を受けた

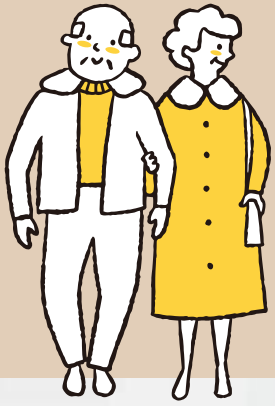
● 妊婦

● ホルモン補充療法中

● 経口避妊薬（ピル）を飲んでいる

● がん

こうした要素はさらなるリスクと
なりますので、注意が必要です。



日々の生活から！ 対策方法

「じっと座っていないで1時間ごと
に立ち上がって動いてください」
「水分を摂ってください」と、良く書
いてあるこの辺りのみに終始する
つもりはございません。

もちろんこちらも大事なのですが、
「高齢」「肥満」「ピルの内服」がリス
クになると書きました。「高齢」と
はいえ、同じ年齢で比較しても若々
しさをキープしている方、年齢以
上に年をとってしまわれている方
といらっしやいます。

つまり、この病気は日々の生活環
境も影響するということなのです。日々
の生活で血栓をこさえており、長
時間のフライトでエコノミークラ
ス症候群に、というケースも想定さ
れます。毎日の生活から、十分に気
をつけることが必要なのです。

年齢がリスクになるのであれば、今
の若さをキープできるような生活

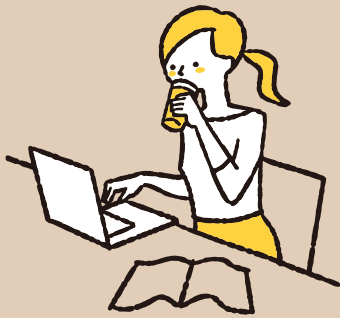
習慣をすることが大事です。そのためには、ありきたりですが、適度な食事・睡眠・運動、まずこれに限ります。

食事はスマートフォンに食事内容を書き込んで、バランスよくとれているか、カロリーオーバーしていないか、足りない栄養素はなにか、チェックできる時代です。どうしても足りない栄養素はサプリメントで補うことができます。アンチエイジング効果のあるサプリメントと共に、検討の余地があります。年齢とともに落ちてしまう睡眠の質は、運動すること、サプリメントを摂ることなどで改善が見込まれます。

運動は1日20〜30分が理想ですが、ジムに通ってまとまった時間をとる必要はなく、自宅で家事など、ちょこまかと動くようにすれば、

通勤中に階段を使用する、一駅手前から歩く、など、日々の生活活動レベルを少し上げて、トータルで1日20分なり30分なりになればOKです。

ピル内服のリスクにつきましても、40歳を超えたらエストロゲンを含有していない内服剤に切り替えれば回避できます。婦人科さんで相談しましょう。そしてもちろん、普段から、1時間以上座りっぱなしという状態はなるべく回避しましょう。水分は喉が乾いてからではなく、こまめに摂りましょう。1日1〜1.5リットルが理想です。



人間、肝心なのは調子の良い時にどう過ごすかです。外来にいらつしゃる患者さん、仕事などではこれができていたはずなのに、自分の健康、ともなるとこれを忘れてしまうケースは非常に多いです。これを機に見直していただきたいと思います。以上、この時期知っておきたい「エコーミック」クラス症候群に詳しい原因や対策について、お届けいたしました。いかがでしたでしょうか。いきなり全部とはいかなくても、これならできそう、という部分がありましたらぜひ今から対策していきましょう。

おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 04 ルテオリン&ギャバ

高めの尿酸値を下げる／高めの血圧を下げる／ストレスによる疲労感を緩和



本品にはルテオリンが含まれます。ルテオリンには尿酸値が高めな方の尿酸値を下げる機能が報告されています。本品にはGABAが含まれます。GABAは、血圧が高めの方の血圧を低下させる機能があることが報告されています。GABAは、デスクワークなどの精神的ストレスがかかる作業によって生じる一時的な疲労感を緩和することが報告されています。また、ウィズメディカ独自の追加栄養補助成分として「イソフラボン」「ゴマペプチド」「アンセリン(フィッシュペプチド)」「田七人参」を追加配合しています。ウィズメディカの製品はすべて国内のGMP認定工場で製造しています。



なぜあの人は太らない？ いつまで経っても太りにくい 体質改善について

日々の生活の中でコツを知れば、誰でも太りにくい体質に改善することができます。
今回は簡単に実践できる5つのコツを紹介します。

健康運動指導士 松下 怜渚

3食よく噛んで食べる

体重を減らすために食事を抜くのは短期目線では効果を発揮しますが、将来を見据えて、太りにくい体質に改善したい場合は1日3食しっかりと食べることをおすすめします。

なぜなら食を通じて得られるエネルギー源が不足すると、消化する力が弱まり、食べたものが消化しきれず脂肪として体に蓄積されやすくなります。

3食しっかりと食べると、必然的に食べ物の摂取量が増えるので、よく噛んで食べることを心がけましょう。

よく噛むことで満腹中枢が刺激され、食べすぎ防止になります。

3食のバランスとしては朝ご飯は1日を元気にスタートできるようご飯、お味噌汁、目玉焼き、果物など栄養バランスよくしっかりと食べましょう。

お昼ご飯はサラダとパスタ、定食セットなどで良いですが、満腹になるまで食べると食後に眠たくなってしまうため、気持ち少なめが

おすすめです。

夜ご飯は寝る前なので、スープと副菜など消化しやすいものを軽めに食べましょう。



運動習慣

消費カロリーが摂取カロリーを上回ると脂肪が燃焼されることで、痩せます。

そのため日々の生活の中で運動を習慣にし、消費カロリーを増やすことが大切です。

とは言ってもジムに通ったり、ジョギングしたりハードなものに取り

組む必要はなく、近場の買い物には車の代わりに自転車を使う、ルンバを使う代わりに掃除機をかける程度でも十分効果を発揮します。

簡単そうに見えますが、実際にやってみると、じんわり汗ばんできます。忙しい方は運動する時間が確保しにくいので、家事の中うまく取り込んでしまいましょう。運動が好きな場合はジムに通ったり、YouTubeを見ながらヨガをしたり、リフレッシュを兼ねて汗を流すのもおすすめです。



腸内環境を整える

腸内環境が整っていると排泄がスムーズになり、不要になった栄養が体の外へ排出されるため、太りにくい体質になるために腸内環境を整えることは必要不可欠です。

腸内環境を整えるためにおススメなのが、朝起きたら一杯の白湯を飲むことです。朝食を食べる前に白湯を飲むことで、腸のウォーミングアップになります。

小学校でプールにいきなり入ると体への負担が大きいため、最初はシャワーを浴び、足からゆっくりプールに入るよう習いましたよね。内臓も同様です。

寝起きの状態でいきなりパンやご飯などが運ばれてくると内臓への負担が高まります。

そのため、最初に白湯を飲み、寝起きの内臓を起こしてあげることで、その後胃腸に運ばれてくる食べ物をしっかりと消化し、規則的なお通じを促します。



よく寝る

睡眠時間と食欲をコントロールするホルモンのバランスは密接に関わっているため、十分な睡眠を取ることが太りにくい体質になることが期待できます。

睡眠時間が短くなればなるほど、満腹ホルモン(レプチン)が減り、満腹を感じにくくなります。

一方で、空腹ホルモン(グレリン)は増えるので、空腹を感じやすくなってしまう。

さらに寝不足により疲労が溜まると、消化する力が十分な機能を発揮できず、消化不良により脂肪がつきやすくなります。

睡眠時間の目安は1日8時間で

す。仕事や家庭の都合で十分な睡眠時間を確保できない場合は、日中に15分お昼寝、あるいは目を閉じて横になりましょう。また夜寝る前はスマホを控えたり、毎日しっかりと湯船に浸かったり、短い睡眠時間でありながらも質の高い睡眠を取れるよう心がけましょう。

まとめ

太りにくい体質になるために日常生活で実践できることを5つ紹介しましたが、いかがでしょうか？

メカニズムさえ理解してしまえば、太りにくい体質に改善することは決して難しいことはありません。自分の体は普段の生活の表れです。生活を少し見直して太りにくい体質を手に入れませんか？

まずはできそうなものを2週間継続してみてください。

「なんであの人は太らないのだろう」と思う側から、思われる側になりませんか？

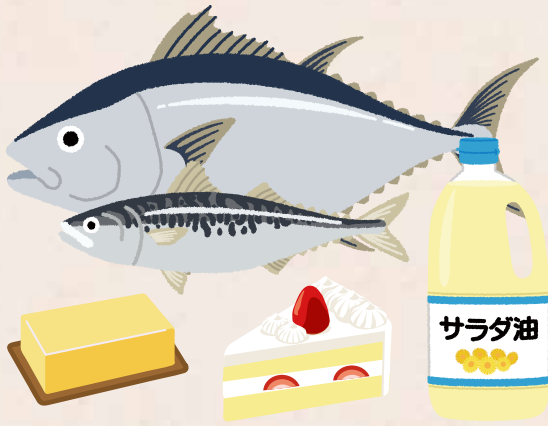
おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 01 | ブラックジンジャー&ラフマ

お腹の内臓脂肪を減らす / お腹の皮下脂肪を減らす / 睡眠の質の向上に



機能性関与成分のブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン、ラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルシトリンが含まれます。ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボンは、日常活動時のエネルギー代謝において脂肪を消費しやすくする作用により、BMIが高め(BMI23以上30未満)の方の腹部の脂肪(内臓脂肪と皮下脂肪)を減らす機能があることが報告されています。ラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルシトリンには睡眠の質(眠りの深さ・起床時の睡眠に対する満足感)の向上に役立つことが報告されています。また、ウイズメディカ独自の追加栄養補助成分として「L-カルニチン」「BCAA(ロイシン、イソロイシン、バリン)」「HMB」「L-リジン」を追加配合しています。ウイズメディカの製品はすべて国内のGMP認定工場で製造しています。



油は体に悪いのか？ 正しい油の摂り方 を知ろう

あぶらは本当に体に悪いのか。
摂らなければ摂らないだけ体に良いのか。
良いもの・悪いものをしっかりと選択していけると良いです。

管理栄養士 宇宿 詩織

あぶら＝太る、体に悪い
そういったイメージがあるのでは
ないでしょうか。飽食の時代であ
る今、私たちはたくさんのお食品か
ら自由に食べたいものを選択する
ことができます。それは、自分の身
体を労わるものであったり、肥満
など生活習慣病を助長するもの
であったりと様々です。あぶらは本
当に体に悪いのか。摂らなければ
摂らないだけ体に良いのか。
そのような疑問に対して正しい知
識を持った上で、健康のために良
いもの・悪いものをはっきりと選
択していけると良いです。

結論、あぶらは 体に必要な栄養素です

あぶらを体に必要な栄養素として
言い換えると「脂質」といいます。
炭水化物、たんぱく質、脂質の3大
栄養素ということばを聞いたこと
があると思います。3大栄養素とい
うくらいですから、私たちが生きて
いくためには必要不可欠な栄養素
であることがわかります。
脂質は、体の中で次のような役割
を果たしています。

- 体を動かすためのエネルギー源
 - 細胞膜やホルモンの材料
 - 脂溶性ビタミンの吸収率アップ
 - 皮下脂肪による体温の保持
- しかし、適量を超える量を摂取し
ていたり、質の悪いあぶらを選んで
しまうことで肥満や動脈硬化など
血管系の病気を引き起こしてしま
う可能性があります。あぶらの量
や質をはっきりと意識して、摂取
することが大切になります。

油と脂の違い

油と脂の違いはなにか分かりま
すか？油は、常温で液体のものを
指し植物性のものが多いです。

例：サラダ油、オリーブ油

脂は、常温で固体のものを指し動
物性のものが多いです。

例：バター、ラード

あぶらの種類

あぶらは、

● 飽和脂肪酸

● 一価不飽和脂肪酸

(n-9系脂肪酸)

● 多価不飽和脂肪酸

(n-3系脂肪酸、n-6系脂肪酸)

に分類されます。油＝不飽和脂肪
酸、脂＝飽和脂肪酸というイメー
ジで考えると分かりやすいです。

積極的に摂りたい油

● n-3系脂肪酸

n-3系脂肪酸は、青魚に含まれ
るDHAやEPA、エゴマ油・亜麻
仁油に含まれるαリノレン酸な
どがあげられます。悪玉コレステ
ロール値を下げ、血液をサラサラ
にする働きがあります。これらは、
必須脂肪酸といい体の中で作る
ことが出来ないため、食事から積
極的に摂取していく必要があります。

適度に摂りたい油

● n-6系脂肪酸

n-6系脂肪酸は、サラダ油やこ
ま油などに含まれるリノール酸
があげられます。私たちが日頃よ
く摂取している油です。適量であ
れば、悪玉コレステロール値を下
げ動脈硬化の予防などに効果的
ですが、摂り過ぎてしまうと善玉
コレステロール値まで下げアレ
ルギーを引き起こしてしまう可

能性があるので注意です。n-3系脂肪酸同様、必須脂肪酸にあたります。

●n-9系脂肪酸

n-9系脂肪酸は、オリーブ油や米油などに含まれるオレイン酸があげられます。悪玉コレステロール値を下げ、動脈硬化の予防や便秘改善に効果があるとされています。n-9系脂肪酸は、体内で作ることができない脂肪酸です。

控えたい脂

●飽和脂肪酸・トランス脂肪酸

飽和脂肪酸やトランス脂肪酸は、悪玉コレステロール値を上昇させ、動脈硬化など血管系の病気を引き起こす原因となります。

飽和脂肪酸は、主に動物性の脂質に多く含まれており、牛肉、豚肉などの赤身肉の脂、乳製品などに多く含まれています。トランス脂肪酸は、マーガリンやショートニングなど、植物性油脂を加工する過程で出来た脂肪酸になります。飽和脂肪酸と同様、悪玉コレステロール値を上昇させ健康に影響があるとされています。主

に加工品やお菓子類に多く含まれており、フライドポテトなどの揚げ油にも含まれます。

現状、日本人のトランス脂肪酸の摂取量は世界的な目標値を下回っていることから、特に意識すべきは飽和脂肪酸であるといえます。

正しいあぶらの摂り方

①量を意識する

3大栄養素の話に戻りますが、炭水化物やたんぱく質は1gあたり4kcalなの 비해、脂質は1gあたり9kcalと倍以上のエネルギーを持ってきます。炭水化物やたんぱく質に比べて、少量でエネルギー摂取ができるため太りやすいのです。

●揚げ物が多い人は回数・量を半分にしてみる。

●揚げ物を食べる日は、ご飯の量でカロリーを調整する。

●食材を炒める時の油を必要最低限にする。

●肉を炒めた後、脂をキッチンペーパーなどで拭き取る。

●など、あぶらの摂取量を意識しましょう。

正しいあぶらの摂り方

②質を意識する

質の良いあぶらは、私たちが生きていく上で必要不可欠な栄養素です。反対に、飽和脂肪酸やトランス脂肪酸など健康上あまり良くないと言われるあぶらについては、しっかりと選択していく必要があります。

- 飽和脂肪酸を多く含む肉類より、不飽和脂肪酸の豊富な青魚を選ぶ
 - たんぱく源は牛肉や豚肉などの赤身肉より、鶏肉や魚、卵、豆類を選ぶ
 - 肉の脂身は避ける
 - サラダに亜麻仁油やエゴマ油をかける
 - バターやマーガリンをたっぷり塗らない
 - ケーキやスナック菓子などを控える
 - ジャンクフードを食べない
 - などを意識してみてください。
- 摂取したあぶらが、私たちの体の中でのような働きをし、どのような影響を与えているのかを知っておくことはとても大切です。
- 意識や食習慣が変わることで、肥満や脂質異常症などの生活習慣病の予防に繋がります。

おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 03 | オリーブ&サラシア

LDLコレステロールの酸化抑制 / 糖の吸収を抑え、食後血糖値の上昇をゆるやかに



本品にはオリーブ由来ヒドロキシチロソールが含まれます。オリーブ由来ヒドロキシチロソールは抗酸化作用を持ち、血中のLDLコレステロール(悪玉コレステロール)の酸化を抑制させることが報告されています。本品にはサラシア由来サラシノールが含まれます。サラシア由来サラシノールには、食事から摂取した糖の吸収を抑え、食後血糖値の上昇をゆるやかにする機能が報告されています。また、ウィズメディカ独自の追加栄養補助成分として「イヌリン」「茶カテキン」「桑の葉」「難消化デキストリン」を追加配合しています。ウィズメディカの製品はすべて国内のGMP認定工場で製造しています。

機能性表示食品

ヒハツ&ラフマ

02

睡眠の質の向上に役立つ※1
手の冷えの軽減に※2
足のむくみの軽減に※3

※1 ラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルシトリン...眠りの深さ・起床時の睡眠に対する満足感
※2 ヒハツ由来ピペリン類...冷えにより低下した血流(末梢血流)を正常に整える ※3 ヒハツ由来ピペリン類...健康な女性の病的ではない過性の夕方のむくみ



内容量 27g (300mg×90粒/30日分)

機能性関与成分 ヒハツ / ラフマ

追加栄養補助成分 シナモン / ギャバ / トリプトファン / イノシトール



こんな症状におすすめ

手の冷えが気になる / 夕方に脚がむくむ / スカートを綺麗にはきたい / 寝つきがわるい / 昼間に眠気がある

機能性表示食品

ブラックジンジャー&ラフマ

01

お腹の内臓脂肪を減らす※1
お腹の皮下脂肪を減らす※1
睡眠の質の向上に※2

※1 ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン...BMIが高め(BMI23以上30未満)の方の腹部の脂肪(内臓脂肪と皮下脂肪)を減らす ※2 ラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルシトリン...眠りの深さ・起床時の睡眠に対する満足感



内容量 18g (300mg×60粒/30日分)

機能性関与成分 ブラックジンジャー / ラフマ

追加栄養補助成分 L-カルニチン / BCAA (ロイシンバリンイソロイシン) / HMB / L-リジン



こんな症状におすすめ

夜中に目が覚める / 熟睡した感じがしない / 寝つきが悪い / お腹周りの脂肪が気になる / ダイエットが続かない /

機能性表示食品

ルテオリン&ギャバ

04

高めの尿酸値を下げる※1
高めの血圧を下げる※2
ストレスによる疲労感を緩和※3

※1 ルテオリン...尿酸値が高めな方 ※2 GABA...血圧が高めの方 ※3 GABA...デスクワークなどの精神的ストレスがかかる作業によって生じる一時的な疲労感を緩和



内容量 27g (300mg×90粒/30日分)

機能性関与成分 ルテオリン / ギャバ

追加栄養補助成分 イソフラボン / ゴマベプチド / アンセリン / 田七人參



こんな症状におすすめ

プリン体の多い食べ物が好き / 飲酒習慣がある / 健康診断で尿酸値が高めだった / 何かとストレスが多い / 血圧が高いのが心配

機能性表示食品

オリーブ&サラシア

03

LDLコレステロールの酸化抑制※1
糖の吸収を抑え、食後血糖値の上昇をゆるやかに※2

※1 オリーブ由来ヒドロキシチロソール ※2 サラシア由来サラシノール



内容量 18g (300mg×60粒/30日分)

機能性関与成分 オリーブ / サラシア

追加栄養補助成分 イヌリン / 茶カテキン / 桑の葉 / 難消化デキストリン



こんな症状におすすめ

炭水化物・甘い物が好き / 将来の健康状態が不安 / 健康診断でLDLコレステロール値が高かった / 外食が多く不規則

公式サイト限定! 2つの初回半額キャンペーン実施中!

「1. お試し初回半額キャンペーン」「2. 定期初回半額キャンペーン」
お試し初回半額キャンペーンご利用後でも「2. 定期初回半額キャンペーン」をご利用いただけます。

通常価格(全商品共通)

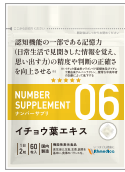
1袋 **3,883**円(税込)

機能性表示食品

イチョウ葉エキス

06

認知機能の一部である記憶力(日常生活で見聞きした情報を覚え、思い出す力)の精度や判断の正確さを向上させる※1



※1 イチョウ葉由来フラボノイド配糖体及びイチョウ葉由来テルペンラクトン... 健康な中高年者の加齢によって低下する

- 内容量 18g (300mg×60粒/30日分)
- 機能性関与成分 イチョウ葉エキス
- 追加栄養補助成分 ホスファチジルセリン / フェルラ酸 / DHA / EPA / ビタミンE



こんな症状におすすめ

認知症を予防したい方/最近物忘れが気になる/記憶力を維持したい/判断力が鈍ってきている

機能性表示食品

有胞子性乳酸菌&セラミド

05

便通の改善に※1
肌の潤いを守る※2
保湿力を高める※2



※1 有胞子性乳酸菌... 便秘傾向の方
※2 バイナッブル由来グルコシルセラミド... 肌が乾燥しがちな方

- 内容量 22.02g (367mg×60粒/30日分)
- 機能性関与成分 有胞子性乳酸菌 / セラミド
- 追加栄養補助成分 ヒアルロン酸 / コラーゲン / ビタミンB6 / プラセンタ



こんな症状におすすめ

便秘がみ/外食が多い/肌荒れが気になる/お肌の乾燥が気になる/お肌に潤いが無い/お肌の保湿を高めたい

ナンバーズプリ 販売サイト



ウィズメディカ 公式サイト
<https://withmedica.com/>



各種モールでも販売中!

各モール内で「ウィズメディカ」と検索!



※各販売サイトで値段が異なる場合がございます。

機能性表示食品

ルテイン&ゼアキサンチン

07

光のストレスの軽減※1
ぼやけ・かすみの軽減により
くっきり見る力※2を改善
目の黄斑部の色素密度を増やす



※1 ルテイン、ゼアキサンチン...ブルーライトなどの光のストレスの軽減
※2 ルテイン、ゼアキサンチン...コントラスト感度

- 内容量 27.6g (460mg×60粒/30日分)
- 機能性関与成分 ルテイン / ゼアキサンチン
- 追加栄養補助成分 メグスリノキ / ブルーベリー / プロポリス / アスタキサンチン



こんな症状におすすめ

PCやスマホをよく使用している/細かい字を見るのがつらい/目の奥がズーンと重くなることがある/目の衰えを感じる

安心安全へのこだわり



01



商品開発

本当に良いと 実感できる原材料

ウィズメディカの商品はお客様の健康を支える為に、本当に良いものを厳選した上で実感できる原材料のみを使用し、使ってよかったと思っただけの商品を開発します。

02



安心・安全

日本国内で製造

ウィズメディカの商品は厚生労働大臣が定めた医薬品レベルの製造管理及び、品質管理の基準に準拠した日本国内の工場にて安全管理のもと製造しています。

03



丁寧かつスピーディーに

東京の物流センター から出荷

良い商品を製造するだけでなく、良い商品だからこそ早くお客様のお手元にお届けする為に、日・祝日を除く当日 12 時までのご注文は当日発送できる物流管理を行います。一つ一つ丁寧に梱包し愛情をもって出荷させていただきます。

04



お客様に寄り添う企業

お客様窓口による サポート体制

ウィズメディカでは年末年始を除く 9 時から 21 時までお客様窓口のサポートを行っています。一人一人のお客様を大切にし、ずっと一緒に「with」をモットーにお客様に寄り添う対応を心がけます。

定期便料金表

価格はすべて税込み

下記価格表は公式サイトでご購入いただく際の価格表となります。

楽天市場、Amazon、Yahooショッピング、auPAYマーケットでの販売価格は各サイトをご確認ください。

定期コースにお申し込みいただくと、初回は1袋1,942円(税込・送料・手数料無料)でお届けします。2回目以降も通常価格の10%~20%引きの特別価格!さらに送料・手数料無料でご提供します。お得な定期コースは、「毎月1度」、「2ヵ月ごとに1度」、「3ヵ月ごとに1度」の3つのコースですが、飲み方に合わせてコースの変更や解約などいつでも承りますのでお気軽に始めてください!

※定期コースの解約・変更などについて左の「お得な定期コースについて」をご確認下さい。

※定期コースの袋数は最大5袋(1商品当たり)までとさせていただきます。

●通常購入

数量	ご購入金額	備考
1袋	3,883円(税込)	送料・手数料別途頂きます

●2ヵ月ごとにお届けコース(15%引き)

数量	半額 初回お届け	15%引き 2回目以降	備考
2袋	3,884円(税込)	6,602円(税込)	送料・手数料無料
	1袋あたり1,942円(税込)	1袋あたり3,301円(税込)	

●毎月お届けコース(10%引き)

数量	半額 初回お届け	10%引き 2回目以降	備考
1袋	1,942円(税込)	3,495円(税込)	送料・手数料無料

●3ヵ月ごとにお届けコース(20%引き)

数量	半額 初回お届け	20%引き 2回目以降	備考
3袋	5,826円(税込)	9,318円(税込)	送料・手数料無料
	1袋あたり1,942円(税込)	1袋あたり3,106円(税込)	

ご利用ガイド

注文方法について

ご注文はインターネット(当社WEBサイト・公式楽天市場・公式Yahooショッピング・公式Amazon・公式au Wowma!) お電話、挨拶状添付の注文はがきにて受け付けております。

インターネットからのご注文▶

インターネットは24時間いつでもご注文を受け付けております。購入したい商品の「カートに入れる」ボタンを押して、注文画面にすみます。その後は入力フォームに必要項目をご入力いただき、表示される案内に沿ってご注文ください。注文が完了しますと、注文確認後の自動配信メールが届きます。万が一届かない場合には、以下の可能性が考えられます。

- ・メールアドレスが間違っている。
 - ・迷惑メールと間違えられて、迷惑メールのボックスに入っている。
- 以上をご確認のうえ、それでも届いていない場合は、下記のフリーダイヤルまでお電話ください。
ウィズメディアお客様窓口 0120-25-1525 受付時間 9:00~21:00(年末年始のそく)

電話でのご注文▶

お電話でのご注文の際はホームページをご覧ください、注文する商品をご確認ください。
お決まりになりましたら、下記のフリーダイヤルまでお電話ください。

0120-25-1525 受付時間 9:00~21:00
(年末年始のそく)

※お電話でのご注文のお支払い方法は、NP後払い、登録済みクレジット決済、代引きのみとなります。

初めてのクレジットカード支払い、楽天ペイ・Amazonペイご希望のお客は当社公式サイトよりご注文ください。

お支払い方法について

クレジットカード▶

インターネットからご注文のお客のみご利用いただけます。

代金引換(ヤマト運輸)▶

ヤマト運輸の「宅配便コレクト」をご利用いただけます。
商品お届け時に、宅配ドライバーに代金をお支払いください。
手数料:330円※定期コースは無料

NP後払い(コンビニ・郵便局・銀行)▶

コンビニ・郵便局・銀行・LINEペイで後払いできる安心・簡単な決済方法です。
請求書は、商品同梱されますので、到着から14日以内にお支払いをお願いします。
LINEペイは請求書のQRコードをLINEのQRコードで読み取ることでお支払可能です。
※注意・後払い手数料:220円 ※定期コースは無料
※後払いのご注文には、株式会社ネットプロテクションズの後払いサービスが適用され、同社へ代金債権を譲渡します。当社および同社は、各社保有する個人情報をサービスの範囲内で相互に提供します。下記のURLから、NP後払い利用規約及び同社のプライバシーポリシーを確認の上、これらに同意して後払いサービスをご利用ください。 <https://np-atobarai.jp/terms/atobarai-buyer.html>

楽天ペイ・Amazonペイ▶

楽天会員とAmazonに登録しているクレジットカードでお支払いが可能です。
楽天ペイはご購入金額に対して1%のポイントも貯まります。
※事前に楽天・Amazonへの会員登録(クレジット登録)が必要です。

お届け・送料について

お届けについて▶

お届けはネコポス(ご自宅のポストに投函)並びにヤマト運輸宅急便(代引き・時間指定のみ選べます)となります。

※購入数が10袋以上の場合はヤマト運輸の宅急便となります。

送料について▶

ネコポス:220円 ヤマト運輸宅急便:550円 ※定期コースは無料

商品のお届け時期について▶

ご注文いただいたお日にちから3日~5日ほどでお届けします。

返品・交換について

ウィズメディアでは初めての定期購入のお客様に限り、ご購入後に万が一合わなくても安心の30日間安心返金保証をお付けしています。また、通常購入におきましても、商品の欠陥や不具合による返品・交換は弊社にて送料を負担させていただきます。

返金について▶

返品商品到着確認後、10日以内にご希望口座にお振込致します。

返品・交換連絡先▶

0120-25-1525

所在地:〒225-0003 神奈川県横浜市青葉区新石川1-9-3 北芝ビル4階



お客様一人一人の健康を「一緒に」＝「with」

私たちウィズメディカは、

お客様一人一人を大切にします。

そしてお客様の健康を支える存在として

「いつまでも健康に」をモットーに

お客様に寄り添ってまいります。

ウィズメディカのグループ会社



株式会社ウィズペティ

ペットサプリメントの販売