

ウィズメディカ

Withmedica Club

倶楽部



「日焼け」
対策と
治療法

夏に気をつけたい 「日焼け」対策と治療法について

- 暑くなってきたら気を付けよう。熱中症予防の食事について
- 目の疲れは眼精疲労？自分でできる眼精疲労の治し方は？

Vol. 05

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 夏に気をつけたい
「日焼け」対策と治療法について
- 08 暑くなってきたら気を付けよう。
熱中症予防の食事について
- 10 目の疲れは眼精疲労？
自分でできる眼精疲労の治し方は？
- 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

夏に気を付けたい

「日焼け」対策と 治療法について

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。

これから楽しい夏休みを控えるなか「日光に当たらない」生活なんではできない、
そうおっしゃる方向けの、紫外線による光老化や皮膚がんを防ぐため、そして、
日焼けしてしまった皮膚のダメージを最小限に保つための対策及び日焼けの治療について。



夏に気をつけたい



「日焼け」対策と 治療法について



老化と日焼けの関係は？



決して切り離せない
「お肌の老化」と「日焼け」
の関係

お肌のシミ・シワ・タルミといったお悩みに対し「年齢のせいだからしょうがない」「遺伝だから」などといった理由を出されることが多いのですが、実はこうした「内因性老化」「自然老化」の割合はわずか20%、つまり2割にすぎません。残りの8割のほとんどが紫外線による「光老化」であり、これは「自身」の心がけ次第で防ぐことができることです。日焼けによる光老化の延長線上に皮膚がんというものも存在します。しかし、これから楽しい夏休みを控えるなか「日光に当たらない」「生活などでできない、そうおっしゃる方もいるかもしれません。紫外線による光老化や皮膚がんを防ぐため、そして、日焼けしてしまった皮膚のダメージを最小限に保つため、できることはあるのでしょうか。

夏だつて乾燥に注意！

干し魚と生魚、火が通りやすいのは干し魚です。

うっかり日焼けによる症状や後遺症を軽くするには、まずお肌の水分と油分のバランスをちよつと良く保つということ。『保湿』が大事です。

暑くて汗をよくかく方でも乾燥しているケースが多いです。冬に肌が乾燥していると感じられる方は、夏に乾燥を感じにくくとも、実はまだいまひとつ足りていない、というくらいの感覚でいるくらいが良いと思います。クーラーで体が冷えて新陳代謝が落ちていたり、汗を気にして石鹸を流しすぎていたり、肌の乾燥はさほど改善されておらず、周囲の湿度が高いので若干救われているだけな方もいらっしゃると思います。夏も保湿を怠らないようにしてください。なお、保湿と申し上げ

ると、化粧水や乳液・クリームなど「つけるもの」ばかり目が行きがちですが、洗顔やクレンジングなど「落とす方」も適切である必要があります。洗いすぎ、落としすぎの方、非常に多いです。

本場に毎日全身の石鹸洗いが必要なのか、ご検討ください。

ちなみに筆者はアトピー乾燥肌なので、体を洗浄するのに石鹸は一切使用いたしておりません。



日焼け止めに物理的な日焼け防止策をプラス！

保湿がきちんとされていることを前提に、光老化の対策として、やはり一番大事なのは日焼け止めを使用することです。

曇りや雨の日でも、秋や冬の寒い日でも、外に出る時は365日いつでも日焼け止めは欠かさず塗る必要があります。が、しかし、人間であればどうしたって塗り忘れや塗りもれがあります。汗や水で落ちてしまつて日焼け止めのみではカバーしきれないことも多々あります。そうした場合に備えて、日焼け止め以外の日焼け防止手段を「併用」することが有効です。一つが物理的に紫外線をシャットアウトしてくれる、日傘、サングラス、グローブ、UVカット効果のある上着などです。これらだけでは不十分ですが、日焼け止めとの相乗効果により、効果を発揮してくれます。

筆者は真夏でも手の甲まで隠れる長袖&フードがついたパーカーを着用致しております。日焼け止めを塗った上で、これらの物理的手段を併用としましょつ。なお、洋服を着ていれば日焼けしない、と思われる方が多いのですが、実は真っ黒でしつかりした生地のお洋服とかがでない限り、UVカットのお洋服でなければ紫外線は通してしまっています。夏は薄手&薄い色のお洋服を着られていることが多いかと思うので、服の下も日焼けはしています。確実に日焼けを予防するためにはUVカット素材のお洋服を上から羽織るようにしてください。



さらに

「飲む日焼け止め」をプラス！

「日焼け止め」やサングラス・日傘などの「物理的遮光手段」をかいぐぐって日焼けしてしまったことによるダメージを最小限にしてくれるのがニュートロックスサン含有の「飲む日焼け止め」です。

「飲む日焼け止め」とうたってはいますが、実際は、体内に紫外線が入ってしまうのを防ぐものではなく、体内に紫外線が入った時に発生し、光老化への引き金となる「活性酸素」をお掃除する役割があります。

そうすることにより赤みやヒリヒリといった症状を軽くしたり、そこからシミ・シワが発生してしまふことを防ぎます。

注意点としては、日焼けする時に飲みにも内服しても、効果が100%は発揮されないこと。

最大限の効果を得るためには1ヶ月飲み続ける必要があることです。7月から飲み始めるのでも、一番紫外線が強い8月に間に合わせることは、十分可能です。飲めば日焼け止めは塗らなくてよい、というのではなく、あくまで日焼け止めを塗った上での併用が前提、となりますので、くれぐれもご注意ください！



それでも

「焼けて」しまったら

日焼けしたて、赤み・痛みや、時に水ぶくれを生じている場合は「やけど」と同じく、まずとにかく冷やしたあと、痛みがひどい場合は皮膚科を受診してください。

塗り薬でも良いのですが、広範囲の日焼けにはステロイド含有のスペー剤がおすすめです。外来でもよく処方しております。

やけどと異なる点は、一部の紫外線が皮膚を通過し、体内に入り、ストレス物質である活性酸素を発生させていること。

日焼けしたあとだるく感じるのはこのためです。

ゆえに、水分をきちんと摂って、休養してください。痛くて眠れない場合は市販の痛み止めも有効です。赤みや痛みを乗り越え、しばらく時間が経ったあと、生じたシミやシ

ワ・タルミについては、医療保険が適応されない、いわゆる自費診療。美容皮膚科の出番となります。

シミにはレーザーが有効なものと、肝斑のようにレーザーは好ましくなく、内服やシミ取りクリームの外用が有効なものと、きちんと診断して区別することが大切になってきます。シワやたるみに対する治療にはレーザー、ラジオ波、コーagenやボトックス注射などが該当してきます。

筆者個人的には保険診療もやっている美容皮膚科さんがおすすめですと申し上げております。

ぜひ受診を検討してみてください。



日焼けによる 皮膚がんが心配です

とって、体にできた「黒い部分」
を見せにくる方が多いのですが、
実は日焼けで生じる皮膚がんは
黒くなく「赤いカサカサ」から始ま
るケースが多いです。

皮膚がんといわれるとイメージさ
れるのが悪性黒色腫(メラノーマ)
でいらつしやるかと思うのですが、
実は皮膚がんには多いのは有棘細
胞癌や基底細胞癌で、必ずしも黒
いとは限らず「赤いカサカサした
湿疹みたいなもの」から始まりま
す。皮膚がんは鼻や頬に多いので
すが、こうしたよく陽に当たる部分
の赤いカサカサした部分が、保湿
しても、湿疹の薬を塗っても、いつ
までも取れない場合は、要
注意です。赤いカサカサは2週間
で取れなければ、すぐに皮膚科を
受診してください。

早期の皮膚がんである「日光角化
症」なケースも決して少なくはあり
ません。もちろん、だからといって、
黒くて気になる部分はスルーして
良い、ということではありません。

良性の老人性いぼ⇨脂漏性角化症
であることが多いですが、中には基
底細胞癌の黒くなるタイプや、もち
ろんメラノーマということも皆無
ではありません。気になるところは
皮膚科専門医にご相談ください。

以上、この時期知っておきたいうっ
かり日焼け予防と対策について、お
届けいたしました。
それでは皆様、楽しい夏を過ごすこ
とができますように！



NUMBER SUPPLEMENT 05 | 有孢子性乳酸菌&セラミド

おすすめ商品

便通の改善に / 肌の潤いを守る / 保湿力を高める



機能性関与成分の有孢子性乳酸菌(Bacillus coagulans SANK70258)が含まれます。有孢子性乳酸菌(B.coagulans SANK70258)は便秘傾向の方の便通を改善する機能が報告されています。またパイナップル由来グルコシルセラミドが含まれます。パイナップル由来グルコシルセラミドには、肌が乾燥しがちな方の肌のバリア機能(保湿力)を高め、肌の潤いを守るのを助ける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「ヒアルロン酸」「コラーゲン」「ビタミンB6」「プラセンタ」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。

暑くなってきたら気を付けよう。 熱中症予防の食事 について

今回は熱中症にならないためには具体的にどんな食事に心がければよいのかについて紹介します。

管理栄養士 山田 あゆみ



だんだんと暑い日が多くなってきましたね。暑い時期に起きやすいのが熱中症です。室内にいても屋外にいても熱中症は発症します。水分をこまめに補給したり、涼しい場所へ過ごすなど、皆様何かしらの対策はされているかと思いますが、今回は熱中症にならないためには具体的にどんな食事に心がければよいのかについて紹介します。

熱中症とは

熱中症とは、高温多湿な環境下で体内の水分や塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れたり、体内の調整機能が壊れるなどして発症する障害のことをいいます。

かつては、夏の暑さや炎天下で具合が悪くなったり倒れたりする状態は、日射病などと呼ばれていました。

また、医学的には、以前は重症度に応じて熱疲労、熱けいれん、熱射病などと呼ばれていました。

しかし、必ずしも熱が加わる灼熱しゃくねつのような状況でなくても発症する恐れがあることから、現在では「熱中症」と一括りにし

て呼ばれるようになりました。熱中症は炎天下での運動などで発症しやすいことが知られていますが、高齢者が熱帯夜にエアコンを使用せずに寝ているうちに発症することもあります。

熱中症の症状

熱中症は、熱の影響によって身体のいろいろな不調が起こります。さまざまな症状があります。熱中症の初期症状には下記のものがあります。

- めまいや立ちくらみ
- 筋肉痛
- こむら返り

これらの症状が出てきたら注意しましょう。

さらに熱中症が進行してしまつと、頭痛や吐き気、おう吐、倦怠感などが現れてきます。

自力で水分摂取ができない場合や、対処しても症状が良くなるない場合は病院にかかることが必要です。さらに進行してしまつと全身のけいれんや意識消失など危険な状態になります。

このような場合にはすぐに救急

車を呼びましょう。その間、首やわきの下を冷やしましょう。最悪の場合、命にもかかわってきます。そうならないためにもしっかりと対策しておくことがベストです。

熱中症にならないための食事

①しっかりと水分を取る

1番大切なのは喉が渴いたと感じる前に水分摂取を行うことです。「喉が渴いたな」と感じたときには、水分不足になっている状態です。水分が不足すると汗がでなくなります。そうすると体温が下がりにくくなるので熱中症が進んでしまいます。汗には体温を下げるという効果があるので、暑い環境の中でしっかりと汗をかいて、こまめな水分補給をすることが重要です。また、大量に汗をかく場面では、汗と一緒に体内の塩分も出ます。汗をかく時は塩分もしっかりと補給しましょう。

- 食事のポイントは
- 汁物をつける
- 水分の多い料理を食べる
- フルーツを食べる

です。

③ 食しっかりと食べる

食事は3食しっかりと食べ、体調を整えておきましょう。

3食の中でも朝ご飯を食べないという人は、熱中症になりやすくなってしまいます。おにぎりやパン、果物など簡単なもので大丈夫ですの
で、何かしら食べましょう。

また暑いと食欲が落ちてしまいま
すよね。しかし食欲がないからと
食事を取らないでいると、体力が
落ちてしまいます。

食事のポイント

● あっさりしたものをやさっぽりし
たものを取り入れる

● 豚肉や油などを使ったガッツリ
した料理を取り入れる

● 旬の食材を積極的に食べる
です。

積極的に摂りたい栄養素

● ビタミンB1

ビタミンB1は炭水化物をエネル
ギーに変える働きがあります。不
足すると疲れやすいなどの症状が
現れます。夏はさっぱりした麺など

の摂取が増えたり、アイスクリー
ムやビールなどの摂取が増えるこ
とで炭水化物の摂取が増えます。

そうするとビタミンB1がたくさ
ん必要になります。ビタミンB1は
豚肉に多く含まれます。夏は積極
的に豚肉を食べていきましょう。

● クエン酸

乳酸は疲れの原因になる物質です
が、その発生を抑えるのがクエン
酸です。また、食欲がない時にも酸
が効いてると食べやすいのでおス
スメです。クエン酸が多く含まれて
いる食品は梅干しや酢、レモンな
どです。さっぱりとした料理にびっ
たりですね。

● ビタミンC

ビタミンCは免疫力を高めたり、
病気など色々なストレスへの抵抗
力を高める働きがあります。ビタ
ミンCは熱に弱いので、加熱はせず
に生で食べるのがおススメです。ビ
タミンCは果物やパプリカなどカ
ラフルな色の野菜やオクラなどに
多く含まれています。野菜をしっか
り食べていれば大丈夫そうですね。

おすすめレシピ

さっぱり豚肉冷やしうどん

【材料 2人分】

うどん(ゆで)……………2玉

豚肉……………150g

めんつゆストレート…大匙4

レタス……………適量

きゅうり……………適量

トマト……………適量

(お好みでのりや鰹節 揚げ玉を入れてもおいし
作り方

1. 豚肉は食べやすい大きさに切っ
て茹でておく。

2. 野菜は食べやすい大きさにカッ
トしておく。

3. うどんは茹でて、冷水で冷やす。
(しっかりと水気は切る)

4. うどんの上に豚肉、野菜を乗せ
てめんつゆをかけて出来上がり。

(お好みでマヨネーズを少しかけると更にお
いしさアップします。)

まとめ

熱中症にならないためには、水分と
食事をしっかりととり、体調を整え
ておくことが重要です。熱中症にな
ってしまうと命にかかわることも
あります。しっかりと対策を取り、
今年の残暑も乗り切りましょう。

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。

目の疲れは眼精疲労？ 自分でできる眼精疲労 の治し方は？

「休んでも目の疲れが改善しない」「目だけじゃなくて、頭痛や肩こりまでする」
こんな悩みを抱えていませんか？



理学療法士 中村 大樹

「休んでも目の疲れが改善しない」
「目だけじゃなくて、頭痛や肩こりま
でする」

こんな悩みを抱えていませんか？
近年、スマートフォンが普及した影響
で以前よりも目を酷使する人が多く
なっています。

目の負担が増えることで、眼精疲労
を引き起こす原因となり、その症状
は放っておいても治らない可能性が
あります。

この記事では現代人がなりやすい眼
精疲労の原因と自分でできるケアの
方法をわかりやすく解説します。

自分の症状は眼精疲労かも？と思っ
た人はぜひ本記事の内容をお役立て
ください。

眼精疲労とは？

眼精疲労とは目の症状に加えて全身
まで症状が広がっている状態のこと
を言います。

似た言葉で「眼疲労」という物があり
ますが、眼疲労は目を休ませれば治
る軽度の状態を言います。

眼精疲労の状態を目の症状と体の症
状に分けると以下のようになります。

《目の症状》

目が重い／目が乾く／目が充血する
／目がかすむ／目が開けられない

《体の症状》

頭痛がある／肩こりがある／
めまいがする／吐き気がある
疲れやすい

目の症状に加えて体の症状が当ては
まると眼精疲労が疑われます。

ただの体の不調だと思つて放つておく
と違う病気が隠れていることもある
ので、体や目を休ませても症状の改善
が乏しい場合は専門医を受診しまし
よう。

眼精疲労の原因

眼精疲労は目の筋肉(毛様体筋)に過
剰な負担がかかってしうことが一番
の原因になります。

なぜ目の筋肉に負担がかかってしま
うのでしょうか？目の疲れの原因と
して以下のものが考えられます。

①目のトラブル
②メガネやコンタクトレンズが合
てない

③目に負担のかかる生活スタイル
④ストレスを抱えている
詳しく解説していきます。

①目のトラブル

目の不調の原因として、目に病気を
抱えている可能性があります。
代表的な目の病気は以下のとおりで
す。

●ドライアイ

●緑内障

●白内障

目の不調を感じたときは眼科医に受
診するのが確実です。

忙しい人は薬局でピタミンb12が
含まれた目薬を使いましょう。

②メガネやコンタクトレンズが合
てない

視力が低下しているのに、以前と同
じメガネやコンタクトレンズをして
いるとピントを合わせようとして目
が疲れてしまう可能性があります。
自分でも気づかない間に視力低下を
起こしている可能性があるため、眼科
や専門店で視力を測りなおして、矯
正器具の見直しも必要になるでし
ょう。

③目に負担のかかる生活スタイル

仕事を含め日常生活で目を酷使する
事が多い人は眼精疲労になりやすい
傾向があります。
デスクワークでパソコンを見ること
が多かったり、細かい字を見ることが
多い生活をしていると目の筋肉が疲
れてしまいます。

空調の近くで生活をするのも目が乾
燥して目のストレスになります。
目の疲れをためない、目に負担をかけ

ないポイントがあるので次の項目で予防方法をしっかりチェックしましょう。

④ ストレスがたまっている

精神的なストレスは眼精疲労を引き起こす原因になります。

ストレスを感じると自律神経に影響を与え血管が収縮し、血流が悪くなつてしまいます。

血流が悪くなることで目の疲れが取れずに、眼精疲労につながっていきま

す。仕事や人間関係、家庭の事情などからストレスを抱えている人が多く見られるので自分なりのストレスを解決する方法を見つけるようにしましょう！

眼精疲労を予防するための

注意点

眼精疲労を引き起こす目の疲れや体のストレスは自分で気を付けることである程度予防ができます。

逆になんの予防もしなければどんどん目の状態が悪くなるので、目をいたわる生活を心がけましょう。

眼精疲労を予防するための注意点を解説していきます。

① 目に疲労をためない(仕事環境の見直し、視力矯正器具の見直し)

眼精疲労を予防するために一番大事なのは「目に疲労をためない、目に負担をかけない」事です。

目の負担を軽くするために以下のポイントに気を付けましょう。

●パソコンやスマートフォンを見るときは1時間に1回15分の休憩を取る

●半年か1年に一回は眼科や専門店で視力を測る

●空調が直接顔に当たらないようにする。
目を休ませることで、目の筋肉の緊張がやわらぎます。遠くを見ることでピント調節機能も正常に働くようになります。空調の調節もすぐにはできないので意識しましょう。メガネやコンタクトレンズも定期的な見直しが必要になると思いますので、専門医や専門店を尋ねるようにしてください。

② ストレスをためない

精神的なストレスが眼精疲労の原因となります。現代社会ではほとんどの人が何かしらのストレスをかけながら生活しています。そのストレスを放っておくと、眼精疲労に限らずさまざまな体の不調を引き起こすことが考えられます。

一般的なストレス対処法を紹介するので自分に合ったものがあれば実践してみましよう。

●ぬるめの風呂に長く入る

●適度な運動をする(ウォーキング、ストレッチ)

●腸内環境をよくする(食物繊維の摂取、発酵食品の摂取)

●日光を浴びる

●睡眠の質を改善する

実践できるような内容はありそうですか？以上上げたような内容を完ぺきにこなそうとするとそれもストレスになるので無理なく続けられそうなものを選んでください。

自分でできる眼精疲労に対するケア

最後に自分でできる眼精疲労のケアを紹介します。今日から簡単に実践できるのでぜひ自宅で試してみましよう！

① 目を温める

目の疲労を改善するために、蒸しタオルで目を温めましょう。目の周りの血流が良くなり、目が楽になります。

※ホットタオルの作り方

・水に濡らしたタオルを絞って電子レンジ(600W)で40秒温める

② ストレッチ

ストレッチをするとリラックスして自律神経が整ったり、血流が良くなる効果があります。

逆に体が固まっていると眼精疲労を引き起こす原因にもなります。

一日に数回大きく背伸びをするだけでも効果がありますよ。

体が固まっていると感じたら積極的に動かすようにしましょう。

③ ウォーキング

ウォーキングすることも眼精疲労にたいして効果が期待できます。

適度な運動によって血流が良くなったり、外に出ることでリラックス効果を得ることができます。

特におすすめるのが天気の良い日に日光を浴びながら歩くことです。日々のストレスがやわらぎ、体に嬉しい効果がありますよ。

まとめ

現代の生活スタイルでは眼精疲労に悩む人が増えることが考えられます。目に負担をかけ続ける視力低下だけでなく目の病気を引き起こす危険もあります。

自分でのケアも大事ですが、まずは専門医を受診してくださいね。

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 ヒハツ由来ビベリン類...冷えにより低下した血流(末梢血流)を正常に整える ※3 ヒハツ由来ビベリン類...健康な女性の病的ではない一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)

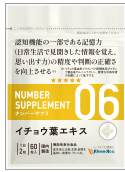
1袋 **3,883円**(税込)

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 パイナップ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

便秘ぎみ/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

ナンバーサプリ 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!

Rakuten YAHOO! amazon au Wowma!

※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、注文画面にすすみす。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。

ウイ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WEB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

ウイ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