

人生がもっと豊かになるハッピーライフ・マガジン【つながり】

# Tsunagari

vol.

# 21

2016 July

Tsunagari  
Special Interview

女優、タレント

## 東ちづる

誰 も が  
生きやすい社会を

日本の技メイド・イン・ニッポン

かづきれいこの元気が出るメイクレッスン

- つながりポスト
- 百人百様 「私の在り方」
- 季節の味わい旬レシピ
- アクティブライフのための筋活ヨガ

# 老後を見据えた リフォーム



メディカル・ケア・サービス



8包入り 800円

## 医療機関や介護施設でサプリメントとして 使われている乳酸菌「プロテサンエブリィ」!!

梅雨空の合間の太陽がまぶしい季節になりました。夏はもうそこまで来ています! 日が長くなって思いがけず体力を消耗していたり、紫外線によるダメージに悩まされていませんか? 毎日のお手入れとあわせてからだの内側からキレイを保つ「腸活」をこころがけましょう!

花が美しいのは地面の下の根が健康だから。人も元気にキレイでいるためには腸が健康であることがとても大切です。

# わたしがイキイキ してるのは元気な 腸内フローラのおかげ!

ヒトの腸内にはたくさんの腸内細菌がびっしりと棲みついています。あたかもお花畑のようなので、「腸内フローラ」と呼ばれています。最近の研究ではこの腸内フローラが私たちの健康や美容に大きな影響を与えることがわかってきました。



メディカル・ケア・サービスでは利用者さまの健康のため、乳酸菌を食事に取り入れており、「プロテサンエブリィ」は多くの方に飲まれています。

現在、約 **1,500** 人!

あなたの職場にもプロテサンエブリィをお届けします。ご注文はこちら!! <http://every-p.com/>



MCS 限定 通常 8 包 800 円のところ...お得な社員・利用者さまご家族さま価格で販売中。ぜひご利用ください!!



ニセーニセー製薬株式会社 三重県伊賀市富永239-1

お客さま相談窓口

0120-171-868



# 日本の技

## 飲み物の色で浮かび上がる 様々な富士山の表情が楽しめる 『田島硝子の富士山グラス』



1956年創業、江戸時代からの伝統を受け継ぎ、手作りで製造された『江戸硝子』は、2002年に、東京都の伝統工芸品に指定されました。

『富士山グラス』は、飲み物の色が反射して、グラスの底に富士山が浮かび上がるユニークなデザイン。製品一つひとつが全てオリジナルの1点物で、手作りだからこそ生み出せる、独特のデザイン性や深みなど、職人が丹精込めて作り上げたことが伝わってくるグラスです。



タンブラーグラス

田島硝子株式会社

<http://www.tajimaglass.com/>  
〒132-0025 東京都江戸川区松江4-18-8

ロックグラス

## Tsunagari 【つながり】 vol.21 2016 July

ウェブでもご覧いただけます。  
[www.tsunagari-net.jp](http://www.tsunagari-net.jp)

■発行\_メディカル・ケア・サービス株式会社 ■印刷\_凸版印刷株式会社  
■本誌または広告に関するお問い合わせ\_メディカル・ケア・サービス株式会社

〒330-0852 埼玉県さいたま市大宮区大成町1-212-3 TEL.048-871-8000 担当/阿左美

- |    |                                  |    |                      |
|----|----------------------------------|----|----------------------|
| 3  | 日本の技 メイド・イン・ニッポン 『田島硝子の富士山グラス』   | 15 | かづきれいこの元気が出るメイクレッスン  |
| 4  | 特集 老後を見据えたりフォーム                  | 17 | 季節の味わい旬レシピ           |
| 8  | Tsunagari Special Interview 東ちづる | 19 | アクティブライフのための筋活ヨガ     |
| 10 | つながりポスト                          | 22 | Tsunagari HAPPY TIME |
| 13 | 百人百様 「私の在り方」                     |    |                      |



部屋が取り払われ、玄関の位置を変えたことで新たな開口部ができ、風の通る道ができたこと、壁面と床の断熱効果で部屋の温度差がなくなり、空調に頼らなくて良くなったこと、ご夫婦にとってご希望通りの体にやさしい空間になりました。



# 体へのやさしさを実感 老後を見据えたリフォーム

現在、ご主人様77歳、奥様72歳。  
2年前にご主人様が倒れたのをきっかけにリフォームに着手。  
現在は「快適空間」のなかで充実した日々を過ごされています。  
「主人が最後にくれたプレゼント」と語る奥様をやさしいまなざしで見守るご主人様。  
ゆるやかに、素敵な時間が流れていました。

取材協力/画像提供 積水化学工業(株) マルリノ <http://maru-rino.com/>



年を重ねると、体の至る所に老化現象が起こってきます。それは、大きく分けて5つの変化があります。

①体が全体的に虚弱になっていく『身体的機能』の低下。

②視・聴・嗅・味・触の五感が鈍る『感覚機能』の衰え。

③脳とせきずいにあつて、体のあらゆることをコントロールしている中枢機能の衰えが引き起こす『生理機能』の低下。

④思考の柔軟性の衰えや過去へ執着したりする『心理特性』の狭域化。

⑤住宅内滞在時間が長くなる『生活構造』の変化。

体の変化は千差万別で、自覚することが大切ですが、なかなか自分で起こっている事実を認めるということができません。老化現象が起こつてからの対応では遅く、進行を早めてしまう悪循環も起こしかねません。

高齢者の住環境を見直すには、家どの部分がどのように体に負担をかけているかを知ることから始めましょう。これまで普通にできていたことが、明日にはできなくなったりすることもありますが、それに対応した住環境でなければ、家庭内事故の原因となり、家族全体の問題にも発展してしまふことになりまふ。ぜひこの機会に見直してみてくださいね。

## 加齢による体の変化は、日常生活に支障をきたしていきます。

住み慣れた家でも事故が起こります。

要注意ポイントを想定して住みよい家づくりをしましょう。

詳細は左ページ参照

### 住まいの中の危険

#### 階段

腰に負担がかかったり、滑って転倒・転落する危険が。



#### 洗面所

腰に負担がかかったり滑って転倒する危険が



#### 手すり設置の重要性

体が思うように動かなくなると、思わぬところで転倒することがあります。転倒や転落など住居内事故防止のためにも、危険予測箇所に手すりを設置することが望ましいです。階段の上り下り、入浴時、床や便座からの立ち座り、靴の着脱時、移動時などを想定し、手すりを設置しましょう。また、照明は設置位置によっては見えにくい場合があるので、段差がわかるように設置するといでしょう。

#### 玄関

慣れていないはずの段差に注意



#### キッチン

背伸びしたり、腰を曲げたりして体への負担がかかる部分に危険が。



#### 寝室

夜中のトイレで照明をつけて急に明るくなるとまぶしいので、足元灯などがベスト。



#### 浴室

入浴する、洗う、出入りする、ヒートショックなどあらゆるところに危険が。



#### 浴槽に入りづらい

浴槽に高さがあると入る時に無理な姿勢を取らなくてはいけなくなります。転倒して溺れる心配があります。



#### バランスを崩しやすい

背中側が傾斜している浴槽は、浴槽内で座った際に滑って溺れてしまう恐れがあります。



#### 体勢を整えられない

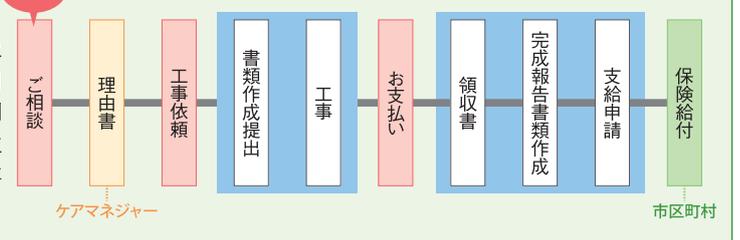
浴室と洗面所の段差があると、つまずいたとき、体勢を整えにくいので、そのまま転倒してしまう恐れがあります。

※寒い脱衣室で冷えた体で熱い浴槽に入ると、温度の急激な変化で血圧が大きく上下する危険があります。

### バリアフリーリフォームの支援制度

介護保険制度では、「要支援」・「要介護1~5」の方が住む住宅で、対象となる住宅改修の費用、20万円までの9割(18万円)を補助。また、各自治体でも「高齢者住宅改修費支援制度」や「障害者住宅改造費助成制度」があることが多く、介護保険と併用できたり、『自立』の方を対象に自立支援のための設備給付や予防給付が用意されていることもあるので、事前にケアマネジャーに相談したり、担当窓口にお問い合わせみましょう。

お客様



ケアマネジャー

市区町村

# 快適実現！ 画期的なバスシステムが 介護施設に続々、導入！

積水ホームテクノの介護・自立支援設備/ウェルス。  
福祉住環境コーディネーターと共に、  
愛の家グループホーム上尾本町のホーム長に  
導入後のようすを伺いに行きました。

画像提供：積水ホームテクノ株式会社

**日本は世界一の高齢大国。  
介護現場の体制整備も急ピッチで。**

日本は世界に類をみないスピードで超高齢社会（65歳以上の高齢者が増大した社会のこと）を迎えています。2035年には65歳以上の人口比率が33.4%、2060年には39.9%になると見込まれています。また2010年には認知症の人は推計15%、2010年で約439万人に上ることが、厚生労働省研究班（代表者・朝田隆筑

※写真はイメージです

「手すりは自由に動かし、浴槽の框（かま）幅が握りやすく、お風呂の中に入っても座り心地や安定感もあって、ご入居者さまも気持ちよさそうに入浴されています。」とホーム長。



波大教授）の調査で分かっています。認知症になる可能性がある軽度認知障害（MCI）の高齢者も約380万人いると推計。介護現場の体制整備が急がれています。

**新たな快適を生み出す  
セキスイウェルスバス。**

そんな中、積水ホームテクノでは1986年設立の高齢者配慮専門研究所や、リハビリテーションセンターとの共同研究によりデータ・ノウハウを蓄積。いつまでも安心・安全に入浴をお楽しみいただくために「人がモノに合わせて変化ではなく、モノが人に合わせて変化する」可変性をもった入浴環境を提供。ユーザー可変浴槽による浴槽レイアウト変更やスライド手摺等により自立入浴・介助入浴まで幅広い身体状況へ対応。

また、ご入居者様の身体状況の変化に伴う介助負担にも配慮。設置後でも簡易な工事に対応可能な浴槽交換システムや浴室リフト設置など重度化に対応できる仕組みを取り入れ、時間の経過に伴うさまざまな変化に対応し、介助負担軽減のお手伝いをしています。現場の声を製品に、ウェルスバスは更なる快適な入浴環境の提供に向け、進化中。

データ参考：平成28年版高齢社会白書 [http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2016/zenbun/28pdf\\_index.html](http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2016/zenbun/28pdf_index.html)  
平成25年厚生労働省 [http://www.mhlw.go.jp/houdou/kouhou/kaiken\\_shiryou/2013/130607-01.html](http://www.mhlw.go.jp/houdou/kouhou/kaiken_shiryou/2013/130607-01.html)

お風呂の  
愛の家グループホーム  
上尾本町のホーム長に聞く  
**“使い心地”**



蜂須賀美佐子  
愛の家グループホーム上尾  
本町ホーム長 / 介護支援  
専門員 / 介護福祉士 / ふま  
ねっとインストラクター

導入により入浴介助の人数が  
少人数でできるように。  
認知症になると入浴は快適  
なものではなく、嫌いなこと、  
不安なことになってしまうん  
です。日常生活動作がわからな  
くなっていますから。といつて  
も入浴は清潔さを保つだけで  
なく、健康チェックやコミュニ  
ケーションを深めることも重要  
な役割を担っています。  
一方で介護士の負担がとて  
も高く、入浴介助は複数がかり  
ということもありました。今  
導入されたお風呂は利用者  
さまの動きだけでなく、介護  
士の動きまで考慮された設計  
なので、少人数で介助ができ  
るケースが増えました。以前  
と比べると、雲泥の差です。

埼玉県上尾市本町 5-9-23 TEL: 048-770-0020 FAX: 048-770-0021 <http://mcs-ainoi.com/gh247.html>



# 東ちづる

誰もが生きやすい社会を

自ら生きづらさを  
経験したからこそ  
「まぜこぜの社会」の  
重要性を痛感

毎年4月2日は、国連が定めた『世界自閉症啓発デー(World Autism Awareness Day)』。この日、NY、パリ、ロンドンなど世界中の街がテーマカラーのブルーに染まり、自閉症への理解を深める取り組みを実施。Get in touchは、このブルーを自閉症の人たちが持つあたたかさ重ねあわせて、『Warm Blue』と名付け、イベントを開催。その当日、スタート地点の渋谷駅前のハチ公前でメディア取材を受ける東さん。



## 心地良い体感で啓発する 「まぜこぜの社会」

女優やタレントとして活躍する一方で、20年以上もの間、病気や障がいがある人たちと

一緒にボランティア活動をしてきた東ちづるさん。現在は2012年に設立した一般社団法人『Get in touch』を通じ、誰も排除することもされない「まぜこぜの社会」を実現

させる活動を行っています。「今の日本は無意識のうちに少数派の人たちを排除してしまっているんですね。それが被災地（東日本大震災）の避難所でよくわかったんです。



「浅く、広く、ゆるくつながる——  
それが『まぜこぜの社会』の  
目指すところです」

一般社団法人 Get in touchの公式Facebook! <https://www.facebook.com/getintouchjapan/>

車椅子の人や目が見えない人などが、ここはバリアフリーじゃないから、とやんわりと断られたり、自閉症のお子さんが迷惑をかけるかもしれないからとご家族が遠慮をしたリ……。実は、私たちは既に色とりどりの人たちとまぜこぜに暮らしているのに実感できていない。ならばそれを体感できればと思ったんです」

でも、他人事としか受け止められない人も少なくありません。参加してもらうには、楽しい場であることが重要です。「アートや音楽、映像などのワクワク、ウキウキするイベントを開催しています。義足の人やダウン症の人など、あらゆる特性のある人と交流し、一緒にいることがラクで心地良いということを心から感じる。啓発という言葉を使わないで啓発していく活動ですね」

実際、そういった交流は、参加者がリラクセスして自分をさげだせるだけでなく、障がい者の雇用につながるなど、よい化学反応を生んでいるそう。

「精神に障がいのある人を社員に迎えたケースでは、初め

は仕事の遅さなどにイライラするようですが、そのうちギスギスしていた会社の雰囲気はゆるやかに、業績も上ったという事例もあります。そういう人たちが、相手を疑うことを知らないまますぐな考えをもつてくることに気付かれて、対応もかわるんでしょね」

### SOSの受信発信で 支え合える関係を

東さんがそもそもボランティア活動に目覚めたのは、23年前に白血病の17歳の少年のドキュメンタリー番組を見たことがきっかけでした。

「私は母に、他人に迷惑をかけてはいけない」と育てられたので、困ったときも我慢して、SOSを発信できない子どもだったんです。芸能界に入ってから、良い人に見られなきゃみたいな強迫観念もありました。そして、漠然とした生きづらさを抱えていることにも気付いたんです。それで母とカウンセリングを受けました。だから、少年のSOSが、自分の声にできないSOSと重なったんだと思います」(詳しくは自身の著書『〈私〉はなぜカウ

ンセリングを受けたのか〜「いい人、やめた!」母と娘の挑戦」)

番組の少年を探して連絡し、少年が望んだ骨髄バンクについての啓発活動を開始。そこから活動がどんどん広がっていききました。でも、東さんの考えは、一般的なボランティアとはちよつと異なっています。

「支援をすることは支援される人をつくり続けていくことになる。それに、日本では深いつながりやキズナを求めますよね。そうではなく、とにかく一緒にいる。浅く、広く、ゆるくつながることで支え合うという社会作りを目指しています」

それは高齢者の場合も同じ。「日本の高齢者は、迷惑をかけてはいけない」と思う人が多いのですが、人はオギャーと生まれた瞬間から迷惑をかけ合っているんです。例えば、車椅子に乗っている場合はお互いに、段差は大丈夫ですか?、押ししてください、と声を掛けあえば良いのです。若者は高齢者を、高齢者は高齢じゃない人を、違う存在として排除しないでほしい。知識や理解がなくても一緒にいることが大事だと思います」



### PROFILE 東ちづる

女優・タレント。ドラマから情報番組のコメントーター、講演、出版など幅広く活躍。プライベートでは骨髄バンクやドイツ平和村、アールブリュットの活動等のボランティアを20年以上続けている。2012年10月、アートと音楽等を通じて、誰も排除しない、誰もが自分らしく生きられる“まぜこぜの社会”を目指す、一般社団法人「Get in touch」を設立し、代表として活動中。著書に『〈私〉はなぜカウンセリングを受けたのか〜「いい人、やめた!」母と娘の挑戦』『らいふ』など。

実際に体験した心温まるストーリーが  
つながりポストに届きました。  
みなさんの心にも届きますように…



うのが顔に出ていたのかもしれませんが。ホーム長の「何かあったら連絡して、すぐ飛んでくるからね。一人じゃないよ。」という言葉に背中を押してもらいました。

**今**は休みの日に母と妹に会いに行っています。妹に出かけてくればと言うと、妹は大喜び。ちょっと前の私なら、母が変わっていき、私のことも記憶から消えるのが怖かったのかもしれませんが。今は少し考え方が変わり、私のことを忘れているときと覚えているときとバラバラですが、私にとってたった一人の母親には変わりありません。



妹に、「わからんことあったら、姉ちゃんに聞くわ。プロだからね。」私が「プロ?」と聞くと、「プロやん。」「自信もって。」と、背中を押してもらいました。母は進行が速く自分でできないことが増えましたが、母には一日でも長生きしてほしいです。妹の白髪は、私が染めてあげました。5才ほど若くなったかな。

**愛**の家グループホーム八百島の利用者さまも、私はいつも自分の親のような気持ちで接しています。まだまだ覚えることはたくさんありますが、経験を重ね勉強していきたいと思っています。まずは介護福祉士の資格を目標に頑張っていきたいと思っています。

愛の家グループホーム 八百島 ケアスタッフ 井崎 節子

お手紙をくださった  
井崎さんが働いている  
ホームのご紹介



愛の家

グループホーム  
八百島



名古屋駅から車で約50分、田んぼや畑に囲まれたのどかな住宅街のなかに「愛の家グループホーム八百島」があります。「八百島」という地名は、昔、数多くの小さな島があったことに由来するのだとか。

利用者さまとスタッフでよく行く散歩コースは、近くにある稲荷神社までお参りすること。この神社では「食糧の神様」がお祀りされているそうです。

ホームでは、お庭にある畑で野菜を作っています。利用者さまと、種まき、水やり、収穫を行い、採れた野菜は料理自慢の利用者さまが調理して、おいしくいただいています。食事作りや食器洗い、洗濯などスタッフと一緒に、家庭的な雰囲気があります。笑い声の絶えない穏やかでアットホームな毎日を過ごしています。

〒455-0885 愛知県名古屋市港区八百島 1-201 Tel: 052-304-2600



# つながりポスト

TSUNAGARI POST

**私**はまさか自分が介護の仕事につくなんて、正直夢にも思いませんでした。たまにテレビなどで見ていた、介護をしている人々の姿を、私は他人事のように思っていました。

**今**から数年前、元気に暮らしていた母が転倒し、骨折したことがきっかけで、妹夫婦と同居することになりました。最初は、共働きの妹夫婦に代わって母が家事全般を行い、普通に生活を送っていました。「何もしないとボケちゃうからね」が口癖でした。そんな矢先、妹から「最近お母さん、パンばかり買ってきてさ、もうパンだらけで困ってるわ。」と言われたのです。見るとテーブルに山ほど同じパンが置いてあり、数にすると50袋はありました。このころから母の行動がおかしくなり、お湯を沸かしていたことを忘れてたり、風呂の水を出しっぱなしにしたり、空焚きしたりすることがあると知りました。妹は母を一人にできず仕事を辞めました。



**私**と妹は、母を連れ病院に行くと、医師から認知症と診断されました。介護の勉強しないとない思いましたが、行動にすることはありませんでした。妹に任せていた自分がいて、母にも一ヶ月に一度会いに行くぐらいでした。そこには、母の現実を認めたくない自分がいました。

ある日、母に会いに行くと、わりと元気そうに笑ってくれました。ふと妹を見ると、白髪で真っ白。思わず、「どうしたの？真っ白じゃん」と言った後、後悔しても遅かった。電話口では、「元気だよ。大丈夫だよ」といつも明るい声で話してくれてた妹。何十年ぶりに妹と抱き合い、思いっきり泣きました。「気を使ってたんだね、ごめんね。ありがとう。」そんな姿を見て、母は「ケンカしたら、いかんよ。」と頭をなでてくれ、ますます泣きました。

**私**はこれをきっかけに、介護の資格を取り、愛の家グループホーム八百島で介護の仕事を始めました。利用者さまは、母と同じ認知症をお持ちの方です。いくら資格があるとはいえ、経験がなく不安はもちろんありました。最初は、どのように接したらいいのかと思いました。ホーム長に“人生の大先輩”であることを丁寧に教えていただき、少しずつ仕事を覚えていきました。初めて一人で夜勤をするときは、不安で不安で、「皆さん帰ってしまう。私一人どうしよう？」とい



今のメガネが見えづらいけど、最近体調不良で外出するのはちょっと…

メガネ屋さんに行くには車の乗り降りのサポートで人手が必要だから大変…

その悩み、おまかせください！

# メガネスーパーの メガネと補聴器の 出張訪問サービス！ 日本全国どこでもお伺いいたします！

※地域によってはお時間・出張交通費をいただく場合がございます。

## ケア施設関係者さま

定期的なクリーニングや調整など  
なんでもご相談ください。

## 入居者さま・ご家族さま

メガネや補聴器でお困りの時は  
いつでもご連絡ください。



出張訪問サービス問合せ（平日：10時～17時）

# ☎ 0465-24-3617

お電話のつながらない場合や時間外など  
メールにてお気軽にお問合せください。



[eyecare@meganesuper.com](mailto:eyecare@meganesuper.com)

（担当よりメールもしくは電話にてご連絡いたします。）

アイケアカンパニー宣言！



<http://www.meganesuper.co.jp/>

詳しくはWEBへ

メガネスーパー

検索

このクーポンをお持ちの方

¥20,000(税抜)以上お買い上げで

メガネクリーナープレゼント!!

有効期限：平成28年10月31日(月)

割引コード：90-144134





利用者さまのために、さらに上を目指したい。様々な介護施設での経験が、今の仕事につながっています。

高校卒業と同時に、服飾の道に進みました。パタンナーとして婦人服作りに携わり4年働いてから、結婚と同時に退職。2人の子どもに恵まれました。

実は、高校生のときから福祉の道に進みたいと思っていたんです。先生に反対されてそのときは断念したんですけどね。諦めきれず28歳のときから、病院での介護を経て、デイサービスで働き始めました。利用者さまに常に楽しんでいてほしいという思いで一生懸命でした。そこで「ユニットレク」という新たな取り組みに挑戦しました。1日に約60名程度が利用する大型の施設でしたので、それぞれの希望や状況に応じて手芸や書道、カラオケ、マジシャンなどのレクリエーションを選べるようにしました。それから10年以上経ちますが、この取り組みが今で

も続いているようです。大変でしたが実行して良かったと思います。その後、夜間を含めた利用者さまの生活に携われる施設介護を経験したいと思い、特別養護老人ホームで5年、老人保健施設で3年働き、約30名の職員を取りまとめるフロア責任者を経験しました。

そして、新規施設の立ち上げに関わってほしいと知人に誘われ、介護老人保健施設の立ち上げを経験しました。具体的には、施設設計や近隣住民への説明、採用、教育、運営などに携わり、60名の看護師や介護士を束ねる責任者になりました。3年間ほぼ泊まり込みで奮闘し、ようやく安定運営にこぎつけることができました。そこで、落ち着いて仕事をしたい、という思いから転職を決意。小規模な施設のため利用者さまとゆっくり

と関われると感じ、メディカル・ケア・サービスの運営する「愛の家グループホーム 東浦和」ホーム長として入社しました。

それから4年、グループホームは、自分の親を入れたいと思うほど、利用者さまとの関係が深く、その人らしさを大切にできる施設だと思えます。利用者さまが最期の瞬間までこのホームで過ごしていただけるようスタッフへ看取りの研修を行うなど、利用者さま、スタッフ含め「人」を大切にできるホーム運営を心がけています。最近では、さいたま市内で初めての取

り組みとなる14カ所のグループホーム合同の運動会を開催し、実行委員会の一員として運営に携わりました。半年以上前から準備を開始し、手探りのなかでの運営でしたが、誰一人けがすることもなく利用者さまの笑顔を見ることができたときには、本当に達成感がありました。これからも探究心を活かして新しいことにも積極的に取り組み、利用者さまのより良い生活のために努力をしていきたいと思っています。



**金剛寺 美保さん**  
 メディカル・ケア・サービス  
 愛の家 グループホーム 東浦和  
 ホーム長



合同運動会での一コマ



**愛の家 グループホーム 東浦和**  
 〒336-0042 埼玉県さいたま市南区大谷口 2369-1  
 ☎048-876-5100



パン食い競走、猛ダッシュ!!

**インタビューからひとこと**  
 とびきりの明るい笑顔で迎えてくださった金剛寺さん。様々な施設を経験し、利用者さまの生活がどうすればさらによくなるのか考え、行動するパワフルな姿勢が魅力的な方でした。

百人百様 私の在り方

私たちは、介護業界の  
現状と真剣に向き合い、  
明るい未来の実現に  
全力を注ぎます。



家族の介護と仕事を両立できる社会を実現させたい。  
介護業界でイキイキ働く人を増やしたい。

私たちは下記のような活動を通し、介護業界の現在、そして未来に貢献いたします。まずはお気軽にご相談ください。

●人材採用 ●ホームページ企画・制作 ●パンフレット・チラシ等各種ツール作成 ●ブランディングコンセプト企画 等

ご相談・お問い合わせ・掲載依頼は「介護グループ」宛にご連絡ください。営業不在時にもアシスタントが迅速に対応します。

# 『かづき・デザインテープ』は 顔を引き上げる画期的なテープ

フェイシャルセラピストのかづきれいこさんが提唱するのは、メイクで元気な顔を作ること、心も体も健康にすること。そんなかづきさんが開発した、その名も『かづき・デザインテープ』は、顔を引き上げて貼る、リフトアップ用のテープ！ まぶたの下がりやたるみの悩みも解消します。

シワもたるみも気にせず、  
思いきり笑おう！

5ミクロンの超極薄テープを  
貼るだけでリフトアップ

年齢を重ねるにつれて気になってくるシワやたるみ。鏡に向かい、指で引き上げて「こうなれば若返るの……」などと、ため息をついた経験はありませんか？

一度落ちてしまった肌を万有引力に逆らって持ち上げるのは、化粧品ではなかなか難しいもの。でも、顔に貼るだけで簡単にリフトアップできるテープがあるのを存じでしょうか。

私が13年の長い年月をかけて開発した『かづき・デザインテープ』がそれ。元々は傷跡など肌の凹凸を目立た



## かづきれいこ

フェイシャルセラピスト・歯学博士  
公益社団法人 顔と心と体研究会 理事長

1952年生まれ。生まれつき心臓に穴が開いていたため、冬になると顔が真っ赤になる悩みを持っていたが、30歳のときにそれがわかり、手術し完治。それを機にメイクを学び、活動を開始。老人ホームなどへのメイクボランティアにも力を注ぐ。メイクを通じて人の心理を追究。医療機関と連携し、心のケアを行う『リハビリメイク』の第一人者。リハビリメイクを通じて、多くの人が抱える『顔』の問題に、メンタルな面からも取り組むフェイシャルセラピストでもある。日本医科大学形成外科学教室非常勤講師・順天堂大学大学院医学研究科協力研究員ほか5大学にて非常勤講師を務める。

## お悩みに合わせて貼りましょう。

### 基本の3ヶ所



- 1 耳の後ろ  
ほうれい線・フェイスラインに
- 2 耳の前  
目元のたるみ・毛穴の開きに
- 3 こめかみからおでこ  
目元のたるみ

### テープの貼り方



### 基本の貼り方とリフトアップのコツ

Aを押さえのまま、Bを引き上げ、最大限上がりがきつたところでBを留めて貼ってください。グッと引き上げた位置でテープを留めることが、リフトアップのコツです。



水を含ませたスポンジでトントン叩き、密着させます。



20秒ほど置いた後、白い紙をそとはがします。



最大限引き上げたところで、貼ります。



テープを押さえ、もう一方の手でテープをぐぐつと引き上げます。



ケースからシートを取り出し、青い台紙からゆっくりはがします。

### これを使います。



イージータイプ

シートタイプ

### かづき・デザインテープ

0.005mmの超極薄フィルムで貼っているところが目立たないテープ。通気性も良くムシれないやさしい素材です。上からメイクもOK!  
www.kazuki.co.jp

介護・福祉専門求人情報サイト



パソコンで表示されている実際のページです



スマホで表示されている実際のページです



パソコン・スマホでいつでも探せる！  
介護福祉業界専門の求人サイト

求人折込・フリーペーパーには掲載されていない  
**オリジナル求人たくさん掲載中！**

！あなたの**職場**・いますぐ**検索**！

e 介護転職

検索



株式会社ベストパーソン

電話でのお問合せは [ 無料通話 ] 0800-600-9580

# トマトの色素成分で 体の内側からエイジングケア

今月のおすすめ

ドライトマトと  
バジルの  
冷製パスタ



## トマトの栄養

体内でビタミンAに変わるβカロテンや、ビタミンC・E、ミネラル成分などをバランスよく含有。また、リノール酸の一種である13-oxo-ODAも含んでおり、脂肪燃焼をサポートする働きがあると、最近注目されています。

リコピンで  
血管も肌も若々しく  
6～9月が旬のトマトは酸味が強く、爽やかな風味が楽しめます。そんなトマトの最大の注目成分はリコピンです。ビタミンEの100倍といわれる高い抗酸化作用があり、老化や動脈硬化の原因となる活性酸素を除去します。また、コラーゲン産生の促進やメラニン生成の抑制などの美肌作用も期待できます。加熱や乾燥させたほうがリコピンは吸収されやすくなるため、トマトソースやドライトマトとして取り入れるといいでしょう。



手間いらず  
調理器

## 手軽に自家製ドライフードが楽しめる

薄く切ったフルーツや野菜を並べるだけで、旨味が凝縮されたドライフードが作れるドライフードメーカー。



食材を温風で乾燥 食材に合わせて高さ調節可能なトレイ

■商品に関するお問い合わせ先  
アビックスインターナショナル TEL.06-6632-0811

AFD-550 ドライフードメーカー



## ドライトマトとバジルの冷製パスタの作り方

### ■材料 (2人分)

ドライトマト ……………100g  
パスタ ……………250g  
フレッシュバジル ……………適量

### ■A

オリーブオイル ……………大さじ3  
アンチョビペースト ……………大さじ1  
塩 ……………適量  
レモン汁 ……………大さじ2  
おろしにんにく ……………小さじ1

### ■作り方

- ① ドライトマトは熱湯に10分ほど浸して戻しておく。
- ② ボウルに戻したドライトマトとAを入れて混ぜ合わせる。
- ③ パスタは表示時間よりも1分ほど長めに茹で、冷水でしめる。
- ④ ②にパスタを入れて混ぜ合わせる。
- ⑤ 真ん中が高くなるように器に盛り付け、バジルを飾る。

# 介護業界専門の求人サイト **カイゴジョブ**

すべて  
無料



全国 **30,000** 件の介護求人、  
**40,000** 件のハローワーク求人  
を、検索出来ます。  
会員登録数は **45万人** を突破！

※2016年1月現在

電話で探してもら

専任スタッフがあなたのご希望に沿った求人を代わりに検索いたします。

通話料無料

# 0120-301-916

受付時間  
10時～21時(年中無休)

自分で探す

自分にぴったりの求人をお探し下さい。会員登録するとご希望にあった求人、  
メールマガジンでいち早く受け取れます。  
いますぐ検索！パソコン、スマホ、携帯に対応。

カイゴジョブ

検索

参加無料!

服装自由!

入退場自由!

未経験・中高齢者もOK! 積極採用法人が大集合!

介護・福祉の適職フェア

# カイゴジョブフェスタ

QRコード  
で、簡単アクセス!!



事前エントリー&詳細

カイゴジョブ 検索

詳しくはホームページにてご確認ください。

事前エントリー特典!

# クオカード

# 3,000円分 プレゼント

熱中症対策をしたい方へ

# 適度に汗をかいて 自律神経を整えてくれる ヨガ

熱中症対策にも  
実はおすすめのヨガ。  
適度な運動で対策をしましょう。

## Q 熱中症予防と ヨガの関係は？

**A** 熱中症は体調不良や運動不足の方もなりやすいものの。ヨガは適度な運動になります。また、自律神経のバランスが悪いと、体に溜まった熱を外に出しにくくなってしまいます。ヨガで心身のバランスをとることで、自律神経を整えることができます。ヨガをして汗をかいた後は、水分補給を忘れないようにしましょう。

## Q ヨガを続ける コツは？

**A** ヨガを続けるには、意図をもって行いましょう。『痩せたい』『体力を付けたい』は“目標”です。意図とは、たとえば『呼吸を丁寧に感じよう』『自分を労ってあげよう』といったことです。そうすることで、意識がそこに向き、良い効果が得られ、自分の状態に気付くことができます。期待や結果にこだわらず、ありのままの反応を感じて受け入れることが大切です。

監修・指導



profile

富田あかりさん

出張ヨガ教室『癒しの種』代表。初心者や高齢者にも垣根なく楽しめるヨガを専門とするインストラクター。一人ひとりに合わせたヨガスタイルを提案。椅子ヨガ指導者養成講習随時開催。お問い合わせください。  
著書『いつでもどこでも、だれでも座ってできる椅子ヨガ』『癒しの種』  
http://iyashinotane.com/

この自律神経のバランスを整えるためにも、ヨガは有効なのです。心身をリラックスさせ、体の状態を知ること、熱中症対策にもつながります。



爪先を内側にし、かかととは床に付けて押すように

すねと床を直角にして足裏でしっかり床を踏む

## 心身のバランスをとる『英雄のポーズⅡ』

①椅子に座り、お尻を半分乗せた状態にする。②右足を後ろに引いて、なるべく膝を伸ばし、両手を頭の上に伸ばす。③息を吐きながら体を右側に開き、右足の爪先を内側に向け、足裏全体を床に付ける。④両腕を肩の高さで左右に伸ばし、目線は指先に。⑤吸う息ごとに上体を伸ばし、吐く息ごとに両足を強く感じながら数呼吸キープ。⑥ポーズを終えてから、反対側も同じように行う。

心身がリラックスすると熱中症予防につながる

熱中症は、高齢者や子ども、体調不良、運動不足、肥満の方などがなりやすいといわれています。特に運動不足だと汗をかく機能が低下してしまっているので、要注意です。そのほか、もう一つ大きな原因が『自律神経』です。自律神経とは、交感神経と副交感神経の2つに分けられ、活動時には交感神経、リラックス時には副交感神経が働きます。ストレスなどでこのバランスが崩れて交感神経が優位になると、汗をかきにくくなり、体のなかの熱が逃げず、熱中症になってしまふことがあります。

メディカル・ケア・サービス × 浦和レッズ



×



わたしたちメディカル・ケア・サービス(MCS)は、浦和レッズとともに「高齢者や障がい者が楽しめる、日本一安全なスタジアム」づくりを始めます。スポーツが介護を支える。そして、介護もスポーツを支えたい。2016年、スポーツと介護がつながり地域に貢献する、価値あるプロジェクトが始動します。

# 高齢者・障がい者サポートプロジェクト 2016年、始動

メディカル・ケア・サービスは  
浦和レッズを応援しています!



©URAWA REDS



介護の未来をひらく  
メディカル・ケア・サービス

メディカル・ケア・サービス(MCS)は、さいたま市で1999年に創業。認知症高齢者グループホーム「愛の家」、介護付有料老人ホーム「アンサンプル」「ファミニュー」など全国27都道府県260か所以上の介護施設を運営。誰もが心豊かに幸せに暮らせる社会の実現に向けてまい進しています。

# 「耳鳴りめまいが、毎食前これ1包で...!」

## 創業68年、富山の製薬会社から発売されたものとは...



### あのつらい耳鳴りがなぜ毎日の漢方で...?

もとは産前産後のための体に向けた漢方薬。それがなぜ「耳鳴り」に...?

そこで漢方薬「源平のヒヤクサン」のご紹介。もとは産前産後の疲労倦怠や冷え症の改善のためのもの。実は数ある耳鳴り対策の中でも、「漢方」は全体に働きかけてくれるとか。なによりじっくりとなじむので「耳鳴り」や「めまい」にも効果、知る人ぞ知る「漢方薬」なのだ。

「耳鳴り」がどうしてもおさまらない...そんな悩みにも、漢方なら体の内側から効く理由とは...?

「ずっと楽しみだった孫の音が聴きとりづらくなって...」  
「ジージー、ミンミン、ドドド...ある日突然、耳の奥ではじまる「耳鳴り」。  
「聞こえずおさまる...」  
「つた力をくくっていたはずが、もう何年もおさまらないという方や、なかには「めまい」まで併発するケースも。家族や友人との会話、そして何よりいつも楽しみにしていた孫の声まで聴きとりづらくなって...」

「耳鳴り」がどうしてもおさまらない...そんな悩みにも、漢方なら体の内側から効く理由とは...?  
どんな対策をしてもいつこつに鳴り止まない耳鳴り。不調の原因はいろいろと考えられているが、実は「ホルモンのバランス・血流の停滞」という、根本的な体内の問題が...!  
漢方では、この現象を「瘀血(おけつ)」と呼ぶ。血めぐりが悪化し酸素を含んだ血液が

### 「耳鳴り」に悩むお母さんもあきらめないでほしいです

「耳鳴り」が起きてもうとせう、そのうち年齢のせいで治らなくなる、我慢が多くなる、1人で悩まずに相談するのステップです。



商品開発部 綱谷奈美

全身に巡らず、体の生理機能が低下。  
そこで、漢方薬。質の良い血液を滞りなく循環させる作用で、なんと耳鳴りだけでなく、めまいまで緩和! 体全体の血流に働きかけるので、耳鳴りを体内から改善できるのだ! だから「シミ」や「冷え症」、「むくみ」にも効く「漢方薬」! これはずれい!

さらに、生薬だけを使い、保存料が一切入っていない。これなら体に負担をかけたくなかった私でも納得して試せるわ! だけ!

初回限定40%OFF!  
30日間全額返金保証つき

そんな「源平のヒヤクサン」がなんと! 通常価格4900円(税別)のところ、初回特別40%OFFの2940円(税別) (お一人様3箱までOK) ※しかも! 30日間の全額返金保証までついている。支払いもコンビニ後払いでOK。つまり試しに買って、気に入らなかつたら料金を払わなくてもいいわけだ。ただし、先着200名様限定の特別企画。この特別な機会にぜひお試しを!

先着200名様限定

**30日間返金保証つき**

耳鳴り・めまいに飲んで効く「源平のヒヤクサン」

**初回限定40%OFF**

とくとくプラン 初回限定価格 (お一人様3箱まで)

通常価格 4,900円(税別) **2,940円(税別)** 送料 無料

「とくとくプラン」は1ヶ月に1回ずつお届けする特別プラン。40%OFFは初回の2回目以降は1箱20%、2箱25%、3箱30%OFF。送料無料。いつでも解約が可能。

お申し込みはお電話かFAX・ハガキで! ※定員になり次第締切 FAX 0766-56-6198 24時間受付(年中無休)

0120-108-067 通話料無料 受付9:00~21:00(年中無休) ケータイでもOK

優待番号 M60702

FAX・ハガキの場合は【優待番号】【箱数】【名前(フリガナ)】【郵便番号】【ご住所】【電話番号】【生年月日】をご記入ください。送り先: 〒939-0311富山県射水市黒河新2643 源平製薬行

【効能・効果】比較的体力が乏しく、冷え症で貧血の傾向があり、疲労しやすく、ときに、不眠、頭痛、頭重、めまい、肩こり、耳鳴り、動悸などを訴える次の諸症: 月経不順、月経異常、月経痛、更年期障害、産前産後あるいは流産による障害(貧血、疲労倦怠、めまい、むくみ)めまい、頭重、肩こり、腰痛、足腰の冷え、しめやけ、むくみ、しみ。【用法・用量】下記の量を食前又は空腹時に水又は白湯にて服用してください。1日3回/1回あたり15歳以上1包、15歳未満7歳以上2/3包、7歳未満4歳以上1/2包、4歳未満1包服用しないください。【用法・用量】を守って正しくお使いください。

【医薬品販売にあたっての表示義務の記載】

【管理及び運営に関する事項(許可の内容等)】

■許可区分/店舗販売業 ■開設許可証記載事項/【開設者名】源平製薬株式会社【店舗名】源平製薬(店舗所在地)富山県射水市黒河新2643【許可番号】第103号【許可期間】平成26年12月17日から平成32年12月16日【店舗管理者名及び勤務する登録販売者】綱谷奈美【担当業務】販売管理業務 相談業務【取扱一般用医薬品の区分】第2類医薬品、第3類医薬品【店舗に勤務する者の区別】登録販売者は氏名、資格の入った名札・白衣を着用【営業時間】月~金(祝日除く)8時30分~17時(営業時間外で相談できる時間) 営業時間外での相談はお受けしておりません。■営業時間外の医薬品購入申込時間/電話、FAXにて24時間受付

●相談時、緊急時の連絡先:0120-108-093

【要指導医薬品及び一般用医薬品の販売に関する事項】

■医薬品は医師による処方箋が必要な「医療用医薬品」のほか、「要指導医薬品」及び「一般用医薬品」に区分されます。

要指導医薬品	製造販売の承認を受けたから一定期間を経過していない医薬品及び毒薬、劇薬
第1類医薬品	一般用医薬品としての使用経緯がないものや、副作用、相互作用などの項目で安全性上、特に注意を要するもの
第2類医薬品	副作用、相互作用などの項目で安全性上、注意を要するもの、またその中で、特に注意を要するものを「指定第2類医薬品」として「はけいがないこと」の確認を行い、使用について、薬剤師や登録販売者へご相談ください。
第3類医薬品	副作用、相互作用などの項目で安全性上、多少注意を要するもの。

【医薬品のリスク区分の表示】

医薬品パッケージ及び添付文書にリスク区分を表示しています。

要指導医薬品	第1類医薬品	第2類医薬品	第3類医薬品
要指導医薬品	薬剤師	対面、文書での情報提供(義務)	義務
第1類医薬品	薬剤師または登録販売者	文書での情報提供(義務)	
第2類医薬品	薬剤師または登録販売者	努力義務	
第3類医薬品	登録販売者	法律上の規定無し	

【指定第2類医薬品の陳列等に関する解説】

情報提供を行うための設備からメートル以内の範囲に陳列します。

【要指導医薬品、一般用医薬品の陳列の解説】

要指導医薬品、第1類医薬品をお客様の手の届かない場所へ陳列します。また、第2類医薬品、第3類医薬品については、それらが混同しないように陳列します。

【要指導医薬品・指定第2類医薬品の陳列等に関する解説】

取扱いなし

【副作用被害者救済制度について】

医薬品を適正に使用したにも関わらず入院治療が必要な程度の健康被害が生じた場合の救済を目的とした公的の制度です。(副作用被害者救済制度相談窓口: 0120-149-931)

【個人情報の取扱いについて】

知りたき情報は個人情報保護法で定められた管理方法に則り適切な取扱いを行います。

【現在勤務している登録販売者】

「店舗管理者名及び勤務する登録販売者」参照

【開店時間及び特定販売を行う時間】

8時30分~17時  
(土・日・祝日、年末年始を除く月曜から金曜)  
【特定販売を行う一般用医薬品の使用期限】

当店で使用期限が6ヶ月以上ある医薬品を販売しています。

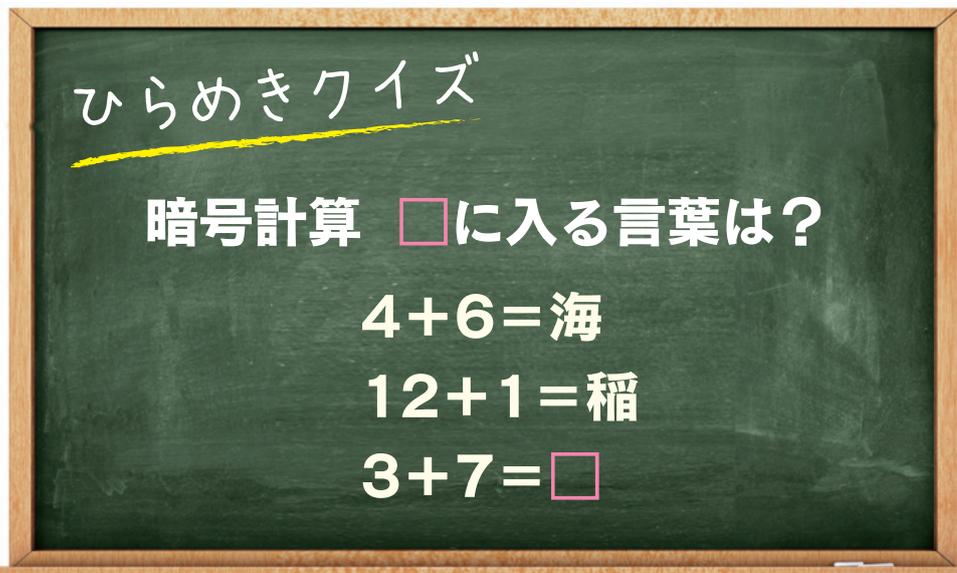
※2014年6月12日より施行された医薬品医療機器等法(旧薬事法)に従い、記載内容の変更を行うことがあります。





頭を使うことは脳の活性化に良い行動です。脳は使えば使うほど強くなるので、年齢に関係なく鍛えることができるのです。

クイズ提供:  
クイズファンネット  
<http://fun.quizsky.net/>



ヒント

4=う、6=み、12=い、1=ね  
12種類の動物といえば…

(+) 羊 ㄥ = ㄥ  
'(重) ㄥ ㄥ = ㄥ  
'ㄥ ㄥ ㄥ ㄥ  
ㄥ ㄥ ㄥ ㄥ ㄥ ㄥ ㄥ ㄥ  
ㄥ ㄥ ㄥ ㄥ ㄥ ㄥ ㄥ ㄥ  
: ㄥ ㄥ ㄥ

## 【応募方法】

アンケートにご回答いただいた方の中から抽選で右記の賞品をプレゼントいたします。ご希望のプレゼント番号とアンケートの回答を官製はがきに記入してご応募ください。当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

## つながりアンケート

### Q1.今月号で読んで良かった記事は何ですか？(3つまで)

- ①日本の技 メイド・イン・ニッポン(P3) ②老後を見据えたりフォーム(P4~6) ③Tsunagari Special Interview(P8~9) ④つながりポスト(P10~11) ⑤百人百様「私の在り方」(P13) ⑥かづきれいこの元気が出るメイクレッスン(P15) ⑦季節の味わい旬レシピ(P17) ⑧アクティブライフのための筋活ヨガ(P19) ⑨Tsunagari HAPPY TIME(P22)

### Q2.今月号で良くなかった記事は何ですか？(3つまで)

(Q1の番号から選択してください)

### Q3.本誌を読んで良かったですか？

- A とても満足 B やや満足 C どちらとも言えない D やや不満 E 不満

### Q4.Q3で選んだ理由をご自由にご記入ください。

### Q5.あなたは「Tsunagariネット」を見たことがありますか？

- A 見たことがある B 見たことがない C 見てみたい

### Q6.今月号の感想や、今後どのような企画をしてほしいかなど

ご自由にご記入ください。

### Q7.メディカル・ケア・サービスを知っていますか？

- A 名称も業種も知っている B 名前は知っている C 知らない



## PRESENT

01

17ページ参照

### 手軽に自家製ドライフードが楽しめる

果物(フルーツ)や野菜を薄く切ってトレイに載せてスイッチオンするだけ。簡単に無添加でヘルシーな自家製ドライフルーツや乾燥野菜が作れます。様々な食材で、様々な食感と味を楽しめ、ダイエットにも役立てられます。レシピブック付きで、作ったドライフードを毎日の食事に活用できます！

AFD-550 ドライフードメーカー



1名様

02

### 全国共通おこめ券 (440円相当×3枚)

全国のお米屋さん、スーパー、デパートなどでお米と引き換え。

※おこめ券1枚で440円分となり、足りない分は現金などと合わせてご利用ください。



3名様

03

### 全国共通図書カード (1,000円分)

アンケートにご回答いただいた方の中から抽選で、全国共通図書カード1,000円分を2名様にプレゼントいたします。



2名様

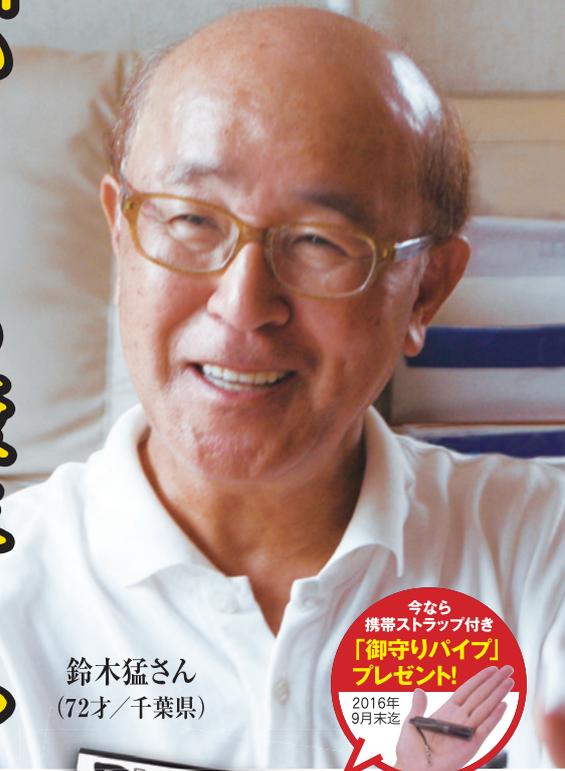
郵便はがき  
〒330-0852  
埼玉県さいたま市  
大宮区大成町1-212-3  
メディカルケアサービス株式会社  
つながり編集部  
「21号」プレゼント係行

- ①プレゼント応募番号  
②お名前 ③年齢  
④性別 ⑤ご住所  
⑥電話番号

アンケートの回答を  
ご記入ください

締め切り  
2016年8月31日  
当日消印有効

【個人情報について】ご応募いただいたお客様に関する情報は以下の2つの目的で利用させていただきます。①プレゼントの抽選および発送。②メディカル・ケア・サービス株式会社による、個人を特定しない統計的情報。お客様の個人情報をお客様の同意なしに業務委託先以外の第三者に開示・提供することはありません(法令等により開示を求められた場合を除く)。お客様の個人情報はメディカル・ケア・サービス株式会社にて、厳重に管理させていただきます。



鈴木猛さん  
(72才/千葉県)

今なら  
携帯ストラップ付き  
「御守りパイプ」  
プレゼント!  
2016年  
9月末迄



# 「いまさら煙草をやめて いいことあるの?」

40・50代がやるのはわかる。老境に差し掛かった自分が禁煙する意味はあるのか。そう思いつつ離煙パイプに挑戦されたお二人をご紹介します。

## 「良いこと しかないよ」

辻徹夫さん(68)

「まず細かい心配事がなくなった。火の始末、タバコ切れ、喫煙所探しから解放されたよ。あと味覚。塩分を摂り過ぎてたんだけど、今は薄い味付けで充分」。きや良かったと後悔してる奥様の話では口臭や体臭も改善し、肌ツヤも良くなったという。

## 「45年吸い 続けた私が」

鈴木猛さん(72)

かつては超が付くほどのヘビースモーカー。「できるならやめたい、というのが本音。でも本数を減らす

というのダメ。ましてパツチのようにその日から断つなんて絶対ムリ」。そんなとき奥様から勧められた離煙パイプ。「タバコの銘柄も変えず、今まで通りに吸っていいと言っただけで半信半疑で試したら、驚くほ

これが離煙パイプの3%マジック!



販売実績 **55万Set突破!!**

離煙パイプ(31段階で1セット)  
タバコを吸いながら毎日1段階ずつパイプを換えて、ニコチン依存から脱する無理のない禁煙システムです。

抑えようとするばらばらほど、ストレスになってはねかえってきます。いつまでたってもタバコと縁を切ることができないのです。

離煙パイプは、一段階ごとに3%のニコチンをカットします。二番目のパイプは6%、こうして3%ずつニコチンが減っているのに、吸っている本人はそれと気づきません。10日で30%、20日で60%。そして最後の31

「急げやめても辛い」ところまで、ゆっくりタバコを吸いながら身体を慣らし、それからやめる。意志の強さなどあまり必要のない、とても理にかなった方法です」と自分の体験もふまえて冷静に分析している。



いわかみクリニック  
岩上真吾院長

「自身も離煙パイプでタバコをやめた医師の岩上先生(写真)は、

「意志の強さなんていらない!」

禁煙して娘にカッコイイところを見せたくて、このパイプに挑戦。スパスパ吸えて味もたいして変わらないうちにニコチンが確実に減っていくのがなんとも不思議。僕なんか27番目くらいでもうタバコがおいしく思えず「なんか面倒くせえ」とそのままだめっちゃった。あんまりラクで拍子抜けしたくらいです(笑)



宮本和知さん  
(スポーツキャスター)

「あんまりラクで拍子抜け」

## 11周年 付属のお試しパイプでお試しできます!!

まずは3日間、お試しを!

『離煙パイプ』 1番から31番まで31段階31本セット

**12,000円+消費税** (税込12,960円)

※お試しパイプでご試用後、お気に召さない場合、7日間以内であれば返品できます(本品未開封の場合に限る)。その際の送料は申込者負担となります。  
※商品はお試し後、通常2日~7日でお届けします。  
※お支払いは代金引換、もしくは商品に同封する振替用紙で、郵便局・コンビニから  
※お申し込みの際、ご記入いただきました個人情報は商品やお得な情報をお届けする目的のみで使用させていただきます。第三者への提供はいたしません。  
※本文中の体験談は、あくまで個人の感想です。体験には個人差があります。

付属のお試し用パイプ(3本)  
※お試しパイプだけのご注文はできません。

① FP1607係  
② 品番1010離煙パイプGR または 品番2010離煙パイプGS  
③ お支払い方法 (代引または振込)  
④ 〒住所  
⑤ お名前 (ふりがな)・印  
⑥ 生年月日・性別・職業  
⑦ 電話番号  
⑧ 現在お吸いの銘柄・ニコチン量・本数/日

サイズは「GR」と「GS」の2種類

**GR** 普通サイズのタバコ  
商品番号 **1010**  
グローバル・レギュラー

**GS** スリムサイズのタバコ  
商品番号 **2010**  
グローバル・スリム

←サイズについて詳しくはコチラで確認ください

※どちらのサイズがご不明の場合は離煙パイプ公式サイトにアクセスいただくか、お客様相談室までお気軽にお問い合わせください(0120-500-422)

2016年9月末迄/通常643円

申込番号 **FP1607係** 特許取得済 **第4671601号**

●お申し込みは、電話・ファクス・ハガキ・ネットで

フリーダイヤル **0120-4989-38**  
[24時間受付/年中無休] ※携帯電話・PHSでもOK!

FAX **(03) 3365-6374**  
[24時間受付/年中無休] ※ハガキうら内容を送信ください。

離煙パイプ公式 **www.rienpipe.jp**

ハガキでもお受けします ハガキの宛先▼  
株式会社マジカル〒169-0075 東京都新宿区高田馬場3-3-1

# URAWA RED DIAMONDS



**URAWA RED DIAMONDS**

浦和レッズ

検索

