

アクティブ2025を終了して 2025年3月31日

代表取締役 小野田 明代

敦賀市での開催は14年ぶりとなりました今年のアクティブが、素晴らしい出来栄とともに終了できましたことに、ホット胸をなでおろしております。敦賀の皆さんをはじめオーナーの皆さんの熟練した大会の運びに感動を覚えるとともに、特に敦賀のメンバーのしっとりした歓迎の踊りに、思いを寄せるものを感じました。素晴らしい大会となりましたことに、感謝でいっぱいです。

2026年のアクティブは富士市での開催になります、次回の大会も多くのカウンセラーの皆様が壇上で表彰を受けていただけますように、心から祈っております。素晴らしい大会を作り上げていただいた皆様に「ありがとう」を贈らせてください。

meeting
2025'

感謝状

アルソア明樹ファミリーチェーン様

貴団体は当財団の事業に対し温かいご理解を示され社会貢献事業を積極的に推進され八重紅枝垂桜の植樹を賜り心から御礼申し上げます。末永く育てまいりますと共に魅力向上にご貢献頂きましたことに謝意を表しここに感謝状を贈ります

令和七年三月十四日

公益財団法人 浜松市花みどり振興財団

理事長 塚本 こなみ



昨年度の寄付の記事です。
浜松に行った際は
ぜひ寄ってみてください。
ありがとうございました。

森梅田入会地) 577-2333
診療は前9～翌日前9
(昼時) 576-1231
・8・15～翌日前8・15
0538
＝内、小、外
＝(上大之郷) 32-5267
0538
内、小、外
(久能) 84-9131
(診療は前9～後5)
0537
所(杉谷南1) 61-1299
と5、歯科は前9～正午
1548
センターしろわクリニック
整、皮
(御前崎市白羽) 23-3211
クリニック＝小
(牧之原市細江) 22-7373

情報ネット
3-000-692
ダイヤル
救急電話相談
0(フッシュ回線)
1)9910(24時間)
は15歳以下

家族で集う場所に



楽しみ

色鮮やか

楽しむ

アルソア明樹植樹
浜松フラワーパーク
化粧品販売のアルソア明
樹(静岡市駿河区)の販売
員とつくる同社互助会は14
日、浜松市中央区館山寺町
のはまつフラワーパーク
で「ヤエベニシダレ」を植樹
した。

自然環境に対し関心を持
ち、街の発展や子どもたち
の健全な成長を願うための
植樹、県内外で展開するサ
ロン17店舗の計約800人
の販売員らの募金活動で集
まった資金を充てた。

ヤエベニシダレは、花科
の日本原産の栽培品種で、
高さ80センチに育ち、枝が
枝垂れてピンク色の花が咲
く。

互助会の宮川志津代会長
(64)は「自然に親しむ時間
をつくり、家族で足を運ん
で楽しんでいただけたら」と
話す。(齋藤直紀)

売上の部

～目指せ、アクティヴ富士表彰台！ 表彰対象（カウンセラーの部）～

※記入したらよく目にするところに貼りましょう！

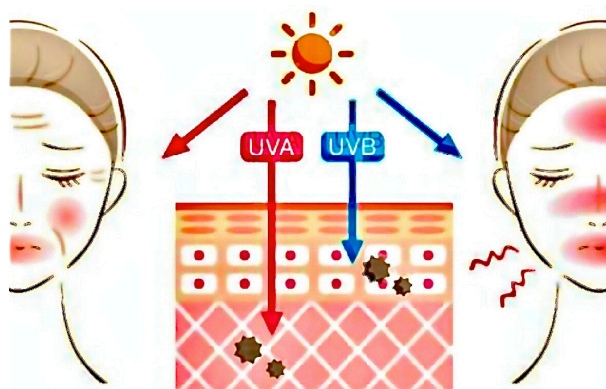
氏名

項目	表彰基準	表彰対象者	備考	チャレンジ
フエィシャルススター認定（新規）	2025年3月～2026年2月までにフエィシャルススターを取得された方	全員		
フエィシャルススター認定（既存）	すでにススターブツクをお持ちの方で、新たにフエィシャルススターを取得された方（2025年3月～2026年2月まで）	全員		
泡立てスィススター取得	2025年3月～2026年2月までに泡立てスィススターを取得し、泡立てを10名以上の方に体験してもらえた方	全員	泡立てスィススターチェックシートと、 <u>泡タツチノート（10名以上）を3月5日までにご提出ください</u>	
3ステツプスィススター取得	2025年3月～2026年2月までに3ステツプスィススターを取得された方	全員	<u>泡立てスィススターを取得の上、3ステツプスィススターにチャレンジしてください</u> 補講も含む。必ず1時間以上は受講の事。	
TM皆勤賞	TM皆勤（ﾌｳｳﾅｲﾌﾞ参加を含む） 2025年3月～2026年2月	全員（新BC除く）		
TR出席賞 （皆勤賞ではありません）	TR6科目（理念、ｽﾅｲﾌﾞﾌﾞ、ﾏｲｸ、ﾊﾙｶｸﾞ、ﾊﾞﾊﾞﾌﾞﾃﾞｲﾌｳ、ﾌｳｼｮﾝ）＆JP同行3回） 2025年3月～2026年2月の間に、受講・実践された方 ①2025年3月～2026年2月まで、月平均125,000円達成 ②2025年3月～2026年2月まで、月平均200,000円達成 ③2025年3月～2026年2月まで、月平均300,000円達成 ④2025年3月～2026年2月まで、月平均400,000円達成 ⑤2025年3月～2026年2月まで、月平均500,000円達成 ⑥ﾌﾞﾗﾅﾁﾅ賞（2025年3月～2026年2月まで、合算月平均100万円達成）	全員（新BC除く） 全員（新BC除く） 全員（新BC除く） 全員（新BC除く） 全員（新BC除く） 全員（新BC除く） 全員（新BC除く）	スタンブツクまたはコピーを3月5日までに提出して頂きます。 <u>一度受賞された方は次のステツプへ</u> 何度でも受賞可能（但し、2回目以降は前年比105%以上） 何度でも受賞可能（但し、前年比100%以上） 何度でも受賞可能（但し、前年比100%以上） 何度でも受賞可能（但し、前年比100%以上） 何度でも受賞可能（但し、前年比100%以上） 何度でも受賞可能（但し、前年比100%以上） 何度でも受賞可能（但し、前年比100%以上）	
仲間づくり	2025年3月～2026年2月まで、（1人以上～）	新BC 新BC	オリエンテーションおよび新BCセミニナ受講必須（契約後3か月以内に新BCセミニナを受講して下さい。その際、スタンブツクに押印してOM時に感想文を提出。）	
お客様づくり	2025年3月～2026年2月まで、新規のお客様を12～19人作った方	全員	毎月報告のこと。e-s u i t eでの登録必須、1年以上購入がなかった方が再び購入になった場合も1人となります	
	2025年3月～2026年2月まで、新規のお客様を20～29人作った方	全員	毎月報告のこと。e-s u i t eでの登録必須、1年以上購入がなかった方が再び購入になった場合も1人となります	
	2025年3月～2026年2月まで、新規のお客様を30人以上作った方	全員	毎月報告のこと。e-s u i t eでの登録必須、1年以上購入がなかった方が再び購入になった場合も1人となります 健康食品仕入実績	
健康食品販売	2025年3月～2026年2月まで、健康食品仕入実績 120万円以上	全員		
【新設】コチャスス推進賞	2025年3月～2026年2月まで、コチャススシリーズ3台以上	全員	クックスター、アクアメイト、スバピュア、アンダーシンクいずれか3台以上（BC契約時の仕入や自宅使用も含む）	
秋期セット販売（ペースメイクセットは未定）	2025年7月～2026年12月 ペースメイクセット仕入実績 110万円以上	全員		
明日樹賞	プログレスシートの達成項目が10項目になるとプログレス達成カードを1枚差し上げます。2025年3月から2026年2月末までの期間でプログレス達成カードが10枚以上になるとプログレス賞となります。 ※ただし、前年比100%以上が受賞条件となります。	全員	プログレスシートの目標を毎月TMまでに決めて、オーナーとシェアしてください。翌月の10日までに結果を書いて版社にFAXをしてください（ポイントとはオーナーと目標と結果を共有する事です）	
販売長賞	2025年3月～2026年2月まで、オーナーからの推薦状でGoodJobカードを10枚以上集めた方は明日樹賞となります。 売上の部で合算100万の表彰、仲間づくり、お客様づくりの3つのプログレス賞または明日樹賞どちらかを達成した際に販売長と面談するチャンスを得る事ができます。	全員	T-UPや褒める事を大切にするため、お手本となるような良い活動をされたBCさんに「推薦状」を書いて版社に提出してください。販売長の判断の元、「Good Jobカード」をお渡しします。	

UV-A

生活紫外線 肌を黒くします

窓ガラスやカーテンを
通り抜けジワジワと
肌の内部にダメージを
与えシワやシミ、
たるみなど『肌の老化』を
引き起こす原因になります。



UV-B

レジャー紫外線 海や山、アウトドア などで浴びやすい 紫外線です

たくさん浴びると赤く炎症を
引き起こしたり水ぶくれにな
ったりします。

UV-Aを浴びていても自覚症状がないので無防備に浴び続けてしていると
気づかないうちに毎日肌にシワ、しみの素を貯金状態かも！

SPF値？

『SPF』『PA』って何？

UV-Bをどれだけ防げるかの数値

SPF値1で20分～25分、日焼けを防ぐことができる

例) SPF10→200分～250分（約4時間）日焼けを防ぐことができる

PA値？

人気です



アルソアのSPは
SPF25++
約8時間紫外線カット
日常生活から
軽いレジャーまで
充分にUV-A.Bを
防ぐことができます

UV-Aをどれだけ防げるかの目安

- PA+ 効果がある
- PA++ かなりある
- PA+++ 非常にある
- PA++++ 極めて高い効果がある

体験談

ヘルニア（炎症） タンパク質、オメガ3、カルシウム、ビタミンDが必要

ヘルニアになったのは20代後半だった

コルセットとかもやっていた時期がある。

ミネラルを5年ぐらい欠かさず飲んでいて、車の運転も辛かった。

だけど妊娠中も出産後も抱っこ紐を6時間ぐらいやり続けても全然痛くなかった。先日ヘルニア友達に子育てが辛いよね～って言われて自分が全く痛くならなかったことに気づいた。

ミネラルは妊娠中は8粒、今は5粒欠かさず今でも飲んでいる

腰が痛くなることを忘れていたことにびっくり！

酵素もずっと愛飲していて親子で風邪も引かず助かっています。

腰痛で悩んでいる人には絶対おすすめです。

8時間抱っこしていても大丈夫な自分にびっくりです。

それを聞いていたBcさんがミネラル3粒をずっと飲んでいただけでギックリや腰痛コルセットをしていたけど、ウエルリトリートで検査した時に亜鉛が足りなくてミネラルを真面目に5粒飲むようにしたら最近腰痛になることがなくなったことに気づいた。

健食すご！！育児疲れの老けていた私・・・

先日子供が病気になって2日間ほとんど寝れず、疲れがMAXイライラMAXの時にご主人に「顔がやばいよ」って言われて、最強マックスにムカついていたので、『寝かせて🔥』とブチギレし、FeをMAXの18粒、オメガ5粒、ミネラル5粒、セルエナジー2包を一気に飲んで寝ました。

6～7時間ガッツリ寝てスッキリ起きたママの顔を見てびっくり！

めっちゃ小顔でシュッとなり、化粧のりも最高でこんなに変わるなんてご主人も仰天でした。アルソアの健食すご！！って夫婦でなりました。

5歳の子供の手のガサガサ APローションとしらきぬの湯

保育園のトイレの後で、手を拭かないのと常に消毒するので手、頭、背中に湿疹が出ました。

手は写真の通りです。頭皮は、子供なのに巨大なフケがすごくて、背中もぼりぼりかいて血が滲むほどでした。ちょうど同居していたので、りかさんに

教えてもらって、手はアルソアの石鹸で洗う

体と頭皮にはアムニーをピシャピシャつけました。

体にはスキンコートも塗りました。

体は使い始めて1週間も経たないうちに改善、

頭皮のフケは使用後すぐに無くなりました。

治って気分がよくなったのか、本人自ら塗る様になって、もったいないぐらい使ってます。

お風呂にはしらきぬの湯も使っています。



5歳 APローション
しらきぬの湯

2人の子供の違いを実感。

一人目は赤ちゃんの時から酵素を愛飲。

胃腸風邪や下痢になったことがなく体温もいつも高く手足が

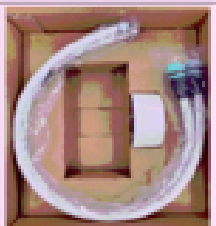
ポカポカしています。それに加えて下の子は酵素が苦手手で飲まないまま2歳を迎えようとしていますが裸足が大好きな次男は常に霜焼けで足はガサガサ、ステロイドも3ヶ月塗ったけれど全く変わらずでやめてしました。便秘だったり、胃腸風邪にもかかりやすく、常に手足も冷たいので酵素を飲ませたいなあって思ってます。

上市日：2025年6月26日(木)～ ※7月度上市 商品コード：0450289
 製品名：コチャママ アンダーシンク型浄水器 CUJ-800 クックヘルシーメイト

品名	販売価格	販社卸	サロン卸	BC卸	メイト卸
コチャママクックヘルシーメイト本体	33,000	24,000	26,000	28,000	30,000
交換カートリッジ	23,000	ランク別仕切価格無			

機種	価格	BM額	販社	サロン	BC	メイト
クックヘルシーメイト	23,000	6,500	1,500	1,500	1,500	2,000

※親FBは¥200

No	①	②	③	④⑤	⑥
画像					
型式	CUJ-800			F915HU	A113HU
品目名	クックヘルシーメイト	付属品①②	書類セット	混合水栓	単水栓
種類	カートリッジ	付属品	付属品	別売り標準水栓	別売り標準水栓

メンズのパンフレット
 到着しました♥

好印象へ導く正しい
 スキンケア方法を知ろう



メイクを忘れた60代笑

・ミンクさんと静華さんと一緒にお泊りをしたときなのですが、朝ファンデーションを塗っているときに、誰かと話ししていたりするとファンデーションを塗ったのかどうかわからな苦なるのよね～って爆笑してました。ファンデーションを塗る前と後とあんまり変わらないぐらい肌が綺麗なのでアルソアってすごいよね。普通うは隠すことに必死なのに二人とも60代後半になってもシミもない綺麗な肌で本当に羨ましい。長年の結果ですね～♪

ミンクさんと浩子常務のEX体験なのですが、ミンクさんは先天性の股関節を人工関節に変える手術で、いろいろあって一年で7回も手術と入院をくりかえしてました。常務は内視鏡の小さな手術だったのですが、二人とも術後EXを一日3本飲んでいたのですが、全く痛みがゼロだったのでお医者さんもびっくり！してました。特にミンクさんは25センチぐらいのとても大きな傷になっているのですが、痛みは初日からゼロで何にも痛くなかったよ。って言ってました。他の入院患者は痛くて唸っていたのですが、私全然平気ってことで。確かに病室からオーナー会議に参加してました笑。術後も6ヶ月はかかるところ1ヶ月だったり、すべて完治は2年と言われていましたが6ヶ月。。。普段からそんなに健食飲んですごいなあって思ってたが、体が元気で細胞の生まれ変わりに必要な栄養が取れているということはこんなことも起こるのだと改めて健康への投資は大事だと思いました。お金を残すことよりも健康で迷惑をかけず楽しく過ごして最後をコロッと迎えるように私もしていきたいよ思いました。

・目の軽い難病 オメガで改善

医者では治らないよって言われる目の病気は大小あり大きなものは別として、ドライアイや治らないと言われた傷、子供の弱視などの改善は耳にすることもしばしば。目に不安がある方はクリアーやオメガ初めてみてください。

夏のお得なキャンペーン

FOOT NAIL

フットジェルネイルと同時進行で、肌カウンセリング+フ
ェイシャルマッサージ+メイ
クの夏恒例のキャンペーン

税抜¥5000～

ご予約お待ちしております

5/9(金) 5/29(木) 6/4(水) 6/9(月)
6/22(日) 7/15(火) 7/20(日) 7/30(水) 8/10(日)

9:30枠 11:30枠 14:00枠 16:00枠



ペディキュアフェアー募集
ペディキュアしながら
マッサージと夏メイク
お待ちしております！

脳・心臓疾患への過程

©A7SOA

Aさん 54歳

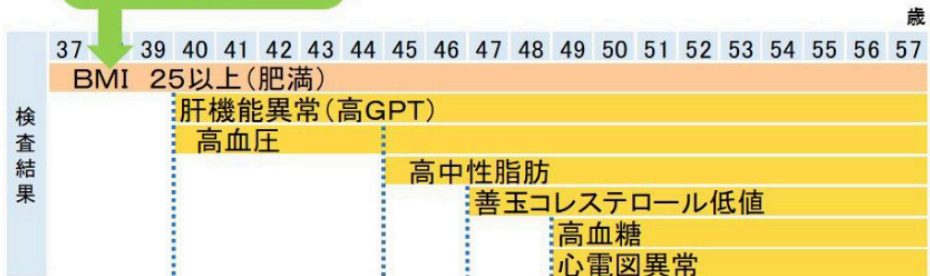
脳梗塞



スタートは
内臓脂肪の
蓄積！

Bさん 57歳

心筋梗塞



厚生労働省「生活習慣病健診・保健指導の在り方に関する検討会(尼崎市野口緑氏提出資料)より一部改

©A7SOA

内臓脂肪より怖い～異所性脂肪～



筋肉への蓄積

⇒**糖尿病発症リスクUP**



膵臓への蓄積

⇒**糖尿病発症リスクUP**



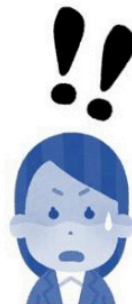
肝臓への蓄積

⇒**肝臓がんリスクUP**



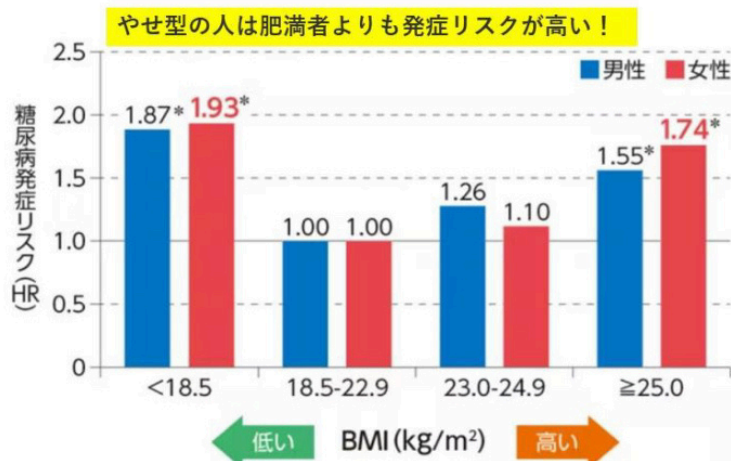
心臓への蓄積

⇒**狭心症、心筋梗塞リスクUP**



©A7SOA

痩せ型の人も糖尿病リスク高！



40～79歳までの糖尿病ではない日本人男女7240人を9.5年間追跡。BMIが18.5未満のやせ型の群は、18.5～22.9の普通体型の群に比べて糖尿病の発症リスクが約2倍高く、25以上の肥満の群よりもリスクは高かった。(データ:Diabetol Int(2012) 3:92-98より改変) *統計学的有意差あり

(参考)日経ヘルスUP Gooday30+

<https://style.nikkei.com/article/DGXMZO71032280V10C21A4000000/>

●閉経後のやせ女性：標準女性
食後高血糖の割合が約2倍

⇒(やせた女性37%、同年代女性17%)
筋肉量が少なく、
「**脂肪筋**」が多いほど、
食後血糖値が高かった！

●若年やせ型女性：標準女性
耐糖能異常者が約7倍

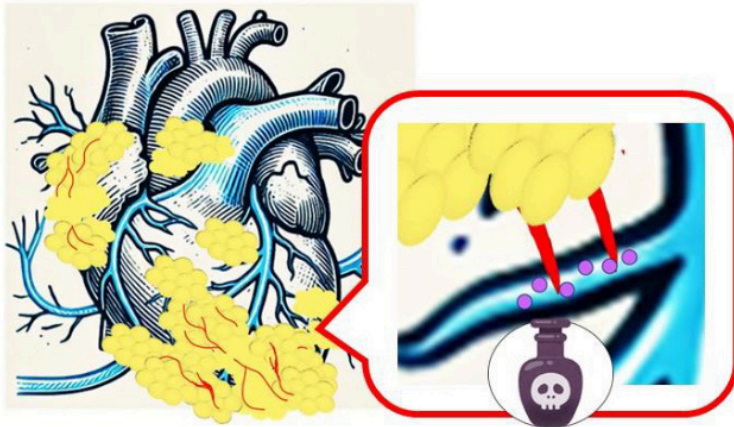
⇒(やせた女性13.3%、標準体重の女性1.8%)
インスリン分泌低下
&
インスリン抵抗性が見られた

心臓について異所性脂肪…

©ARSOA

別名：エイリアン脂肪

エイリアン脂肪



エイリアン脂肪は毛細血管を
冠動脈に突き刺し
血管内に毒素を注入！

⇒狭心症、心筋梗塞リスクUP
急激に進行し突然死に
つながることも

<通常の動脈硬化>

- ・血管内にコブ⇒詰まる
- ・10～20年かけて進行

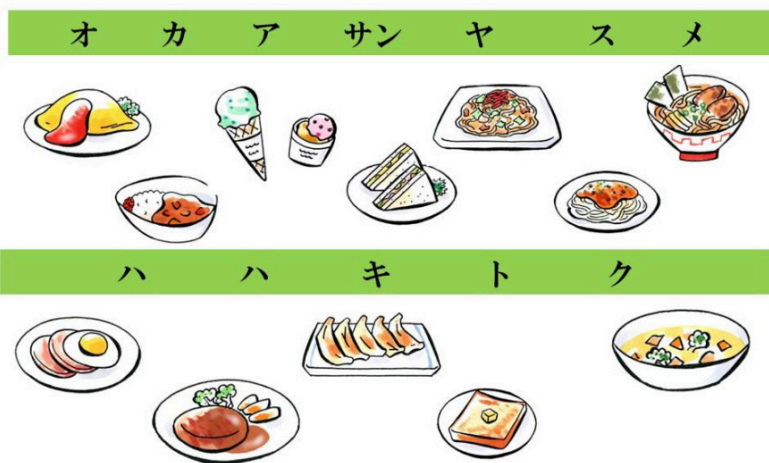


異所性脂肪チェック！

- ① 下っ腹が出てきた
- ② 筋力が衰えたのに体重は変わらない
- ③ 20歳の頃と比べると、5kg以上太った人
- ④ お酒はあまり飲まないのに肝臓の数値が高め
- ⑤ 痩せているのに、高血圧、脂質異常症
- ⑥ 糖尿病、糖尿病予備軍
- ⑦ 甘いものが好き
- ⑧ 運動、活動量が少ない

個

～脂肪蓄積～ こんな食事に要注意！ ©ARJOA

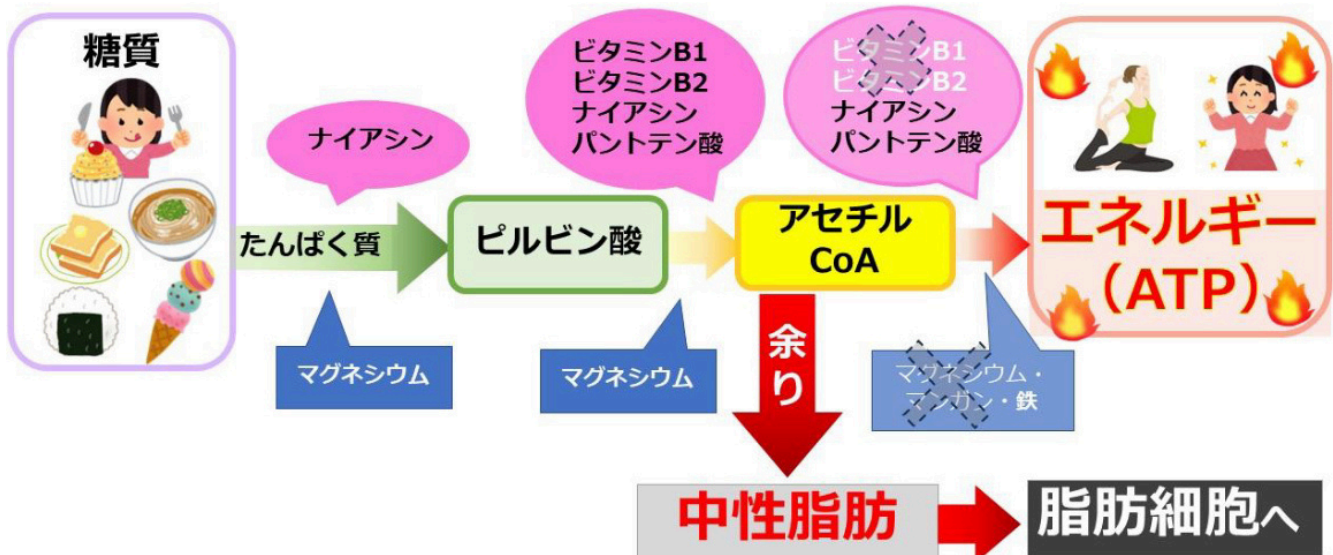


脂肪を蓄積させる栄養バランス



なぜ たんぱく質&ビタミン&ミネラル不足は脂肪がたまる？ ©ARJOA

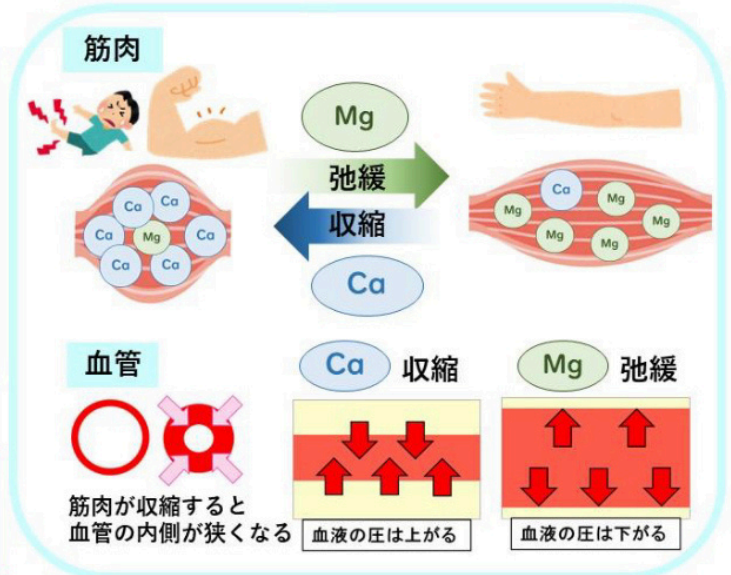
エネルギー産生の代謝経路（糖質）



マグネシウムの主な働き

★325種類以上の酵素反応に関与

★細胞内・外のCa,Mgのバランス調整



マグネシウム不足チェックリスト

☐ 偏頭痛

☐ 生理痛がある

☐ 便秘がち

☐ お酒をよく飲む

☐ 激しい運動が多い

☐ こむらがえりをする

足がつる

☐ 血圧が高い

☐ 血糖値が上がりやすい

☐ 骨折しやすい、
骨密度がひくい

☐ 不整脈がある

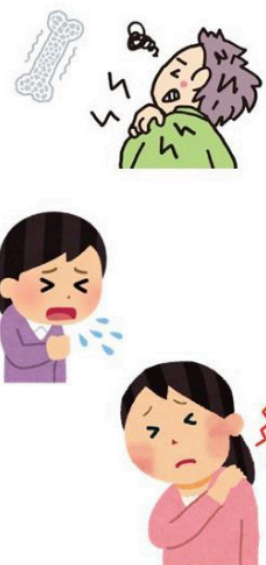
☐ 喘息がある

☐ 疲れやすい

☐ 痩せにくい

☐ 肩こりがある

☐ ストレスが多い





【対策】

① 食事の見直し

⇒糖質をへらし

たんぱく質、ビタミン・ミネラルを増やす

② 生活や代謝を変える

「ファスティング」の実施

③ 適度な運動！



【対策 1】

たんぱく質の必要量

©A7

1日分で手のひらサイズ4つ分

【手のひら1つ分の目安量】

魚 : 手のひらの大きさ

卵 : 卵 1 個

豆腐 : 手のひらの厚さの 2 倍

納豆 : 1 パック

肉 : 手のひらの厚さ

(薄切りの肉なら手のサイズで3枚程度)



消化できているかも重要！



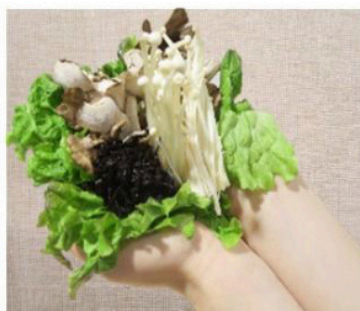
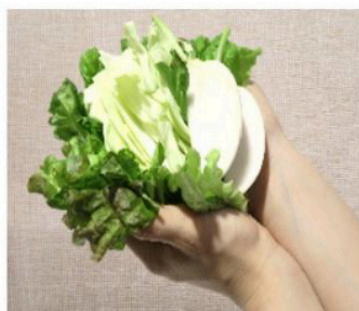
【対策 1】 続き

ビタミン・ミネラルの摂り方

©A7/OA

【野菜・きのこ・海藻】

目安量 : 生の状態で両手に山盛り3杯
(内、1杯は緑黄色野菜とする)
海藻は緑黄色野菜と考える



小松菜 ほうれん草 人参
トマト かぼちゃ ピーマン
ブロッコリー さやいんげん

など

今後の予定/お知らせ

・ 4月16日プログレスセミナー

こざかい葵風館10時～12時15分 本社金子さん/販社浩子常務
酵素とビルトインタイプ浄水器紹介

・ 4月20日1 DAYファスティング 10時～15時

初回3000円 リピーター1000円（酵素、ミネラル、セルエナジー別）

□リナカン健水予約の方はサロンまで入荷次第連絡します

1回目6月末入荷 2回目7月末入荷 BC24本入り3672円（税込）

募集

①アルソアを副収入にしたい人募集します。

製品はいいのは分かってるが何をしたいのかわからない、自信がない
何からないまでよくわからない・・・。そんな方でも一からスタートOK
仕事としてのノウハウを細かくサポートしていきます。

リモートで参加もOK、私と一緒に仕事にしてみませんか？ 夜予定しています

②技術取得したい人募集

今後フェイシャルにも力を入れていきます。誰もが納得できるほどの技術を
身につけて自信を持って施術ができるようにしていきましょう。

・フェイシャル ・カラー ・メイク

痩せたいこの時期！

豆知識

ワンポイントアドバイス 満尾クリニック院長

・ プロテイン愛用者に注意！

プロテイン太るの注意（Gジムプロテインはやばい！）

肝臓腎臓に負担をかけてしまう。腎臓を疲弊させてしまうので怖い。

無機リンの量を定期的に病院で調べておくといいですね。（年2～3回）

飲んでいるとりんが上がって腎臓の数値が下がってしまう（人工甘味料や添加物が問題）

・ 脂肪を減らすためのおすすめ時間

痩せたいなら空腹時に20分から30分の運動（散歩程度の運動でOK）

・ ビタミンB群がないと痩せない。ビタミンは飲んで3時間で出ちゃうので飲んで運動か、飲んだら運動か。ビタミンは肝臓でストックされる分もある。

※寝起きのセルエナジーで朝の忙しい家事をこなすのもおすすめです。

血糖値を考えるなら、食後かたずけ程度でもOK。運動もやり過ぎ注意。

・ 孤独は幸せホルモンが減る→肝臓が悪くなる→血糖値が上がる

・ パルスweet×味の素×