

いいいな 日和

10²⁰²⁰
October

わたしたちの「いいな」と、
あなたの「いいな」が、
いっしょなら「いいな」。

こころ日和・からだ日和

おなかを喜ばせると、
幸せがやってくる。

元気を奏でるコラム

明日が楽しみになる、気持ちが楽になる。

定期購入サービス
らくらく定期便 あいうえるの「定期購入サービス」。

毎月決まった日にお届けする便利でお得なサービスです。

毎回15%OFF

毎回15%割引でご購入。
※《からだきれい》《からだきれい小粒》
《せせらせら》は10%割引

お届け日の変更自由

毎月のお届け日をいつでも簡単に
変更可能。

お休み期間自由

飲み忘れなどで余ってしまった場合
は、お届けをお休みできます。(期間
自由)

継続期間のお約束なし

「必ず〇か月継続しなければなら
ない」などのお約束なし、いつでも好
きなときに解約可能。

◎上記をご希望される方は ●お電話 ●専用紙をFAX ●専用紙を同梱封書で郵送 のいずれかでご連絡ください。

はじめて飲まれた方へ

安心のお約束 3箱までは、すべて飲まれてからでも、商品代金を全額ご返金させていただきます。
返金保証 (購入後92日以内/返送料はお客さま負担) ※弊社以外でのご購入の返金は不可。

ご注文方法

TEL 0800-1239-117

お問い合わせ番号 IN2006 10:00~18:00(平日のみ)

FAX 0800-1239-556

WEB <https://iwell.jp>

郵送 同梱のご注文用紙をご記入のうえ、
FAXまたは同梱封書で郵送ください。

送料
無料



株式会社あいうえる
〒530-0047 大阪市北区西天満1-2-5大阪JAビル14F

お支払い方法

クレジットカード払い

NP後払いwiz



コンビニ、銀行、郵便局、LINE Pay

※クレジットカードでのお支払いをご希望の方は、お電話またはインターネットでご注文ください。
※ご希望により代金引換払いもご利用いただけます。



利用限度額の超過や過去の未払いなどご利用できない場合がある
そうです。
お問い合わせ(03-3651-1638)
ネットプロテクションズ(請求代行会社)サポートデスク
※ご利用者が未成年の場合、法定代理人の利用同意を得てご利用くだ
さい。

お届け方法

ご注文から通常5日以内、メール便でご自宅の郵便受けにお届けいたします。

※お届け日に多少のずれ(地域によって異なります)が生じますので予めご了承ください。
※《ブリール》《からだきれい》《からだきれい小粒》以外を3個以上ご注文の場合は、宅配便でのお
届けとなります。

返品・交換

商品のお届けから92日以内に右記までご返品ください。

※未開封・開封・使用後に関わらず返品・交換可能です。(弊社以外でのご購入の返品・交換は不可)

風がそよいでいます
思うまま、思うほうへ、思うぞんぶん

陽だまりがゆらいでいます
思うまま、思うほうへ、思うぞんぶん

雲がたなびいています
思うまま、思うほうへ、思うぞんぶん

名前と呼ばれる前のわたしがいます
思うまま、思うほうへ、思うぞんぶん

言葉になる前の想いがあります
思うまま、思うほうへ、思うぞんぶん

contents / 目次

03

こころ日和・からだ日和

おなかを喜ばせると、幸せがやってくる。

05

元気を奏でるコラム

明日が楽しみになる、気持ちが楽になる。

07

「こころね」のこころ 商品開発こにし

こころね、進化しました。

09

「こころね」

1日3粒の腸内習慣。

11

あいうえるの広場

13

あいうえるから、お客さんへ

15 商品一覧

19 編集後記



おなかを喜ばせると、 幸せがやってくる。

「腹」という字を含む言葉のなんと多いことでしょう。

- 抱腹絶倒
- 腹を割る
- 腹を決める
- 腹が立つ
- 腹に落ちる
- 腹が据わる

ちょっと思い付くだけでも色々出てきました。

こうして見てみると、「腹」というのは、心や感情の状態を表すときに使われていてなんだか面白いですね。

調べてみると、どうやらおなかというの、このころやからだの健康にとっても関わっているそうです。

そういえば…
試験の時に、あまりにも緊張しすぎて、よくおなか痛くなっていたような(笑)
ということは、おなかを喜ばせてあげたら、このころからだ元気になるってことですよ。

幸せは腸にある？

なんでも腸には、ワクワクを感じる「ドーパミン」と、幸せを感じる「セロトニン」というのが存在し、善玉菌が増えるほど、どんどんこのふたつが脳に送られるのだとか。
腸内環境がいいと、このふたつがたくさん出て自分に自信が持てるようになり、魅力がますますよくなるそうです。



おなかの調子がいいと元氣！

元氣とは「心身の活動の源となる力」。
わたしたちは、からだを動かすために、食べ物から得た栄養素をエネルギー源として利用していますけど、腸がキレイだと栄養素の吸収率が上がって、それが血液を介してからだの隅々まで栄養がいきわたります。
そうなってくると…

- 気持ち晴れ晴れする
- 笑顔が増える
- おしゃべりが楽しい
- からだがよく動く
- だからよく眠れる

なんだかイイことが連鎖して、いつも幸せな気持ちになれそうですよね。
おなかを喜ばせて、そしておなかを育んで、このころからだをいつまでも健康に♪

ドーパミンとセロトニン

脳と腸がおたがいに影響し合うこと。それを脳腸相関といいます。
ドーパミンは、やる気や幸福感に関わっていて、最近では腸でも分泌されるといわれています。
またセロトニンは、感情のコントロールやこころの安定に深く関わっているもので、別名「幸せホルモン」とも呼ばれていて、約90%が腸にあるそうですよ。

明日が楽しみになる、 気持ちが楽になる。

こんにちは！あいいうえるの入社2年目の私です

「いい日和」にてコラムを書くのは初めてなので

僕のページだけ変な感じになっているかもしれません(笑)

最後まで読んでいただけたら幸いです。

少し僕の話ですが、

僕はあいいうえるのサプリメントの中で

一番想いを寄せているのが「ここ口ね」なんです。

なぜ好きになったかというと、

ここ口ねって裏方役みたいな感じなんですよね。

腸がそのままのポテンシャルで働いてくれば、

良く寝れたり代謝がよくなったりするんです。

例えばなんですけど、もう少し自分の体を労わりたいとか。

労わってほしいなって方にはいいかもしれませんね！

腸というのは体の調子を90%ほどを管理しているんです。

おなかの調子が良くなると
気持ちが楽になることがあるんです。

僕は良くあるんですが、

「今日たらふくごはん食べたいな〜」

って思うことがあるんです(笑)

その勢いに身を任せると次の日に後悔したりするんですよ。

そんなときに安心して気楽におなかのことが
気にならなくなればいいなって思います。

安心が手に入れば、明日が楽しみになるんです。

この年になって明日が楽しみになることなんて

なかなかないので新鮮でした。

皆様にもあるでしょうか？

自分の楽しみだったり安心だったり

誰かと共有したいなあ。なんてこと

逆も然りなんではないでしょうか？

誰かから元気をもらえること、楽しみを話してくれること。

僕は嬉しく思います。

本当に簡単なことなんですけどね。

みんな聞いて欲しいし、話したいこともありますよね。

もっと素直な「こころの音色」...

ここね、

進化しました。



こんにちは。
商品開発の小西です。

みなさん、
元氣にお変わりなくお過ごしですか？
ところで、
みなさんにご案内があります。



北海道で誕生した
ここねというサプリメント。
あれから早いもので
7年が経とうとしています。

これまで熱烈なファンの方たちに
支えられてきたここねですが、
今年に入ってから、

「わたし、本当はもっともっと、
喜んでもらいたいよねー！」
という声（本音？笑）が

聞こえてきたような気がいたしました（笑）

ここ最近、あいうえるでは、
ずっとここねと向き合ってきました。

ここねに 込められた願い。

制限なくいろんなことに、
心の耳を傾けてみると、
やっぱりそこには人がいて、
その人は誰かの健康を願っていて。
そして、そのことが人の未来を
創造していました。

あー、そっかさっか。
ここねって単なるおなかの悩みを
和らげるサプリメントじゃないんだ。
ここねって、本当は、
もっともっと人の幸せの本質に
語りかけている子なんだな。
「腸は体の根っこ」だもんな。

おなかの中に住む小さな小さな
生きものたちの声。
ずっとずっと飲み続けてくれている人。
最近飲み始めてくれた人。
ここねを通して、
自分の両親の健康を願っている人。
自分のおなかを育てる一時間が
めんどくさいけど楽しい人。

ごめんごめん、
ずっとほったらかしにしてしまっ
わかった、でももう大丈夫！
きっと、もっと活躍できる未来がくるよ。
だってほら、
キミの話をしているみんな、
とっても楽しそうなんだよ（笑）

「絶対に朝ご飯が
美味しくなるはずなんだ」
「ここねって、
サプリじゃなくって、
森の香りがする食べものだよー」

「きっと朝起きるのが
楽しみになるとおもっよ」

「なんか思い悩んだ気持ち
がスッと軽くなるような気がするの」

「ここねを好きな人は
たぶんお菜が苦手なんだろうな、笑」

2020年10月。
こんなここねを
みなさんにお披露目します。





Q.

どのくらい飲めば
効果が現れますか？

腸の環境は約一カ月で整います。
日々変わっていく腸内環境を健康な状態
にするために毎日続けてみてください。

Q.

便秘に効果はありますか？

ほんとうに便秘でお困りの方には
おすすめできません。
でも腸を整えるものですので、飲んでみ
ないとわからないところもございます。
返金保証もついていますので、試して
みられてはいかがでしょうか。

Q.

体質によって
飲めない場合がありますか？

乳・大豆にアレルギーのある方は、
ご使用をお控えください。



成分とその働き

●甜菜糖

オリゴ糖(ラフィノース)を豊富に含む、北海道生まれの甜菜糖。
カリウムやカルシウム、マグネシウムなどの大地由来のミネラルもまるごと残っていて、
おなかの中で善玉菌のエサとして働きます。

●善玉菌

生きて腸で働く乳酸菌をはじめ、
22種類の善玉菌たちが腸内環境を健康に整えていきます。

●桑の葉

豊富に含まれる食物繊維やミネラル、クロロフィル(葉緑素)などが、
おなかを健康に保ちます。

●酵素(野草・果実発酵エキス)

屋久島で育った30種類以上の野草、果実を中心として、
自然の酵母や乳酸菌で発酵熟成してつくられた酵素液です。
エネルギー溢れる大地で育った栄養素たちが、腸内のバランスを健康に保ちます。

冬虫夏草エキス、さるのこしかけ(靈芝)・ポンカン・タンカン・明日葉・アマドコ
ロ・アロエ(葉)・イチジク・イモノメ・ウコン・梅・オオバコ・ガジュツ・カリン・ギシ
ギシ・キャベツ・金柑・グアバの葉・クサギ(葉)・葛(葉・茎)・桑(葉)・昆布・シソ・
大根・大豆・ダイダイ・タラの皮・ドクダミ・夏ミカン(皮)・ニラ・野カンゾウ・野ア
ザミ・ブルーベリー・野萱草(ノカンゾウ)・パッションフルーツ・パパイヤ・ビワ・
フキ・屋久笹・百合根・ヨモギ・黒糖・白糖

●モリンガ葉

ビタミン、ミネラル、ポリフェノール、アミノ酸など、体に必要な90種類以上の
栄養素の力が腸内環境を整えて、善玉菌の働きをサポートします。

●ビタミンC・ビタミンB2・ビタミンB6

疲れをとる働きがあります。

ココロね

1日3粒の腸内習慣。

おなかの環境をキレイに育てて、
体と心を健康に導くサプリメント(ココロね)



ココがポイント

キレイな女性は、内側もキレイ。
日々変わっていく腸内環境を、良い状態を保つこと。
それが美容と健康の維持の秘訣です。
おなかに住む善玉菌を、毎日コツコツ育てましょう。

腸内環境が良いと、いいこといっぱい。
腸は第二の脳と言われるくらい大切な器官です。
体の免疫も、必要なビタミンも、精神的なストレスも、
腸内の環境が影響していることがわかってきました。
レッツ腸活。

飲み方

おすすめは、夕食の前後ですが、1日3粒を目安に、
お好きな時間にお召しあがりください。
また、お好みにもよりますが、そのまま噛んで召しあがられ
ても、自然の風味を感じていただけるかと思います。

こんな方におすすめです

- ・おなかの調子が気になる方
- ・からだの調子が重く感じる方
- ・からだの中をお掃除したい方
- ・食欲がわきにくい方
- ・疲れやすい方

あいうえるの広場



皆さん、こんにちは。
あいうえるでは、毎日の出来事や感じたこと、
自分の役割のことなどを、
それぞれの日報としてみんなで共有しています。
今回はそのほんの一部をご紹介します。

お客さんとのおしゃべり

2020.08.06
こやま

今日コールセンターから、
8月号のいいな日和を見て、
私とお話したいと嬉しい声をもらって
お客さんとお話しました。

お客さんも今使っているお財布が
くたびれてきたこと、
いいな〜と思うお財布に
なかなか出会えないこと、
などお話ししてくださいました。

普段はいい日和を
じっくりは読まないけど、
パラパラ見ているお財布の写真が気になって
読んでくださったそうです。

「メールアドレスが見当たらないから、
勇気を振り絞って電話してみたの」とおっしゃっていて
申し訳ない気持ちと嬉しい気持ちが
ワーワーとなりました。

是非プレゼントさせてほしい、
とお伝えしたのですが

各自の想いを
出し合って
テーマを設定する
というMTGでしたが、
みんな思い思いに
想いを出して、

それに対してどう思うって話して
それはそれは楽しいMTGでした。
そして次に繋がるMTGとなりました。

「他にどんな色があるのかも見てみたいし、
お財布は自分で買おうって決めてるのよ〜」
と遠慮されていました。
何気なく書いていた私のコラムを見て、
気になって連絡をくれたお客さん。
メールアドレスを
記載していなかったことで、
直接お話できてとていい経験を
させてもらいました。

大勢の人じゃなくて、
誰か1人でも
共感してくれたこと、
今回の経験で
お客さん一人一人のことを
もっと想えるようになりました。

そういう空気だったことが
素敵だなあと思いました。
この仲間だから出来た
ミーティングでした。



今日のミーティング

2020.08.03
藤原

家族のこととか
みんなに相談したりして、
で、結果すごく勉強になって
形だけじゃなくて対等ってすごく大事。
ほんで、自分のあり方が大事。
細かい話まで、みんな丁寧に教えてくれて
今日は、ずっと興奮気味でした。

Q.後払いってどうやって支払うのですか？

商品の到着を確認いただいてから全国のコンビニ・郵便局・銀行・LINE Payでお支払い頂ける決済方法が「NP後払い」です。
以下の方法を選んでお支払いください。

コンビニ払いの場合

「払込取扱票」部分をコンビニのレジまでお持ちください。
お支払いできるコンビニは請求書の裏面でもご確認いただけます。

銀行振込の場合

請求書に記載されている「銀行振込先」へお振り込みください。
窓口・ATM・ネットバンキングをご利用いただけます。

郵便局払いの場合

請求書の「払込取扱票」部分を郵便局の窓口へお持ちいただくか、払込機能付きATMをご利用ください。

LINE Payでのお支払いの場合

「LINE Pay請求書支払い」でお支払いいただけます。
ご自宅でもお支払いいただけます。
恐れ入りますが、ご利用方法はLINE Payの公式サイトをご確認ください。

Q.後払い用紙に書いている

「NPポイント」ってなんですか？

「NP後払い」で支払いをするとお支払い用紙に書いてあるポイントがもらえます。
ポイントはNP後払いサービスの会社「ネットプロテクションズ」が運営している「NPポイントクラブ」で、商品と交換したり懸賞に応募したりすることができるそうです。

あいうえるから、
お客さんへ

ここでは、お客さんから寄せられた
お問い合わせをご紹介します。
今回は「後払い」についてお話しします。

せせらせら

余分な水分排出



3044

定期購入サービス
らくらく定期便
3,262円(税込)

ご購入

3041 31袋(1袋4粒/1ヵ月分)

3,625円(税込)

3042 2個セット

6,814円(税込)

3043 3個セット

9,786円(税込)

こんな方におすすめです

- むくみを感じる方
- 水太りだと感じる方

飲み方

1日分1袋(4粒)をコップ1杯の水、またはぬるま湯で嚙まずにお飲みください。

成分

カリウム、ウラジロガシエキス、ニガウリエキス、L-シトルリン、ハトムギエキス、タンポポ根エキス、ほか

PLEEL

眠り・目の疲れ



1044

定期購入サービス
らくらく定期便
4,301円(税込)

ご購入

1041 19.5g(約210mg×93粒/1ヵ月分)

5,060円(税込)

1042 2個セット

9,108円(税込)

1043 3個セット

12,903円(税込)

こんな方におすすめです

- 疲労を取り除きたい方
- 目が疲れやすい方
- 良い眠りを求めている方

飲み方

1日1回、お風呂上がり、もしくはおやすみになる30分前に、1日分3粒を水、またはぬるま湯で嚙まずにお飲みください。

成分

サンソウニン、シナモン、パッションフラワーエキス、ライチ種子エキス、L-テアニン、ほか

cocosoyoca

疲れ・老化



3014

定期購入サービス
らくらく定期便
4,249円(税込)

ご購入

3011 31袋(1袋3粒/1ヵ月分)

4,999円(税込)

3012 2個セット

8,998円(税込)

3013 3個セット

12,747円(税込)

こんな方におすすめです

- 朝、体がだるく重たい方
- 疲れがとれにくい方
- 更年期が気になる方

飲み方

朝起きてすぐに、1日分1袋(3粒)をコップ1杯の水、またはぬるま湯で嚙まずにお飲みください。

成分

ローヤルゼリー、高山紅景天エキス、冬虫夏草エキス、ミネラル酵母(亜鉛・セレン・クロム)、フランス海岸松樹皮エキス、ほか

★「卵」「小麦」「鮭」にアレルギーのある方は、ご使用をお控えください。

Bellmerry

代謝促進



1094

定期購入サービス
らくらく定期便
4,301円(税込)

ご購入

1091 31袋(1袋3粒/1ヵ月分)

5,060円(税込)

1092 2個セット

9,108円(税込)

1093 3個セット

12,903円(税込)

こんな方におすすめです

- 体が冷えやすい方
- 汗をかきにくい方
- 運動不足を感じている方

飲み方

夕食後に、1日1袋(3粒)をコップ1杯の水、またはぬるま湯で嚙まずにお飲みください。

成分

香辛料エキス(ヒハツ・黒胡椒)、黒しょうが、糖転移ヘスペリジン、亜鉛(酵母由来)、CoQ10、ほか

★「大豆」「オレンジ」にアレルギーのある方は、ご使用をお控えください。

いいねプラス グルコサミン

関節の元気と健康



1124

定期購入サービス
らくらく定期便
1,311円(税込)

ご購入

1121 31袋(1袋2粒/1ヵ月分)

1,543円(税込)

1122 2個セット

2,776円(税込)

1123 3個セット

3,933円(税込)

こんな方におすすめです

- 関節の痛みが気になる方
- 関節の衰えを感じる方

飲み方

朝起きてすぐに、1日分1袋(2粒)をコップ1杯の水、またはぬるま湯で嚙まずにお飲みください。

成分

グルコサミン、金時生姜、ビタミンC(アセロラ由来)、ホップエキス、ほか

FRANDAIL

内面美容



1104

定期購入サービス
らくらく定期便
8,996円(税込)

ご購入

1101 31袋(1袋5粒/1ヵ月分)

10,584円(税込)

1102 2個セット

19,050円(税込)

1103 3個セット

26,988円(税込)

こんな方におすすめです

- 肌を若々しくしたい方
- 肌にうるおいを与えたい方
- くすみ、シワが気になる方

飲み方

朝起きてすぐに、1日分1袋(5粒)をコップ1杯の水、またはぬるま湯で嚙まずにお飲みください。

成分

コンドロイチンたんぱく複合体、ヒアルロン酸(鶏冠由来)、コラーゲン(魚由来)、イソフラボン(大豆由来)、セラミド(タモギタケ由来)、ほか

★「大豆」「鮭」「リンゴ」「鶏肉」にアレルギーのある方は、ご使用をお控えください。



まずは3ヵ月、じっくりおつき合ってください。
あいうえるのサプリメント



皆さんの毎日が、健康的で、きれいに輝きますように。
あいうえるのサプリメントは、ゆっくり、じっくり体質を改善することで、体の中から生まれてくる自然な美しさと健康づくりを目指しています。
まずは、3ヵ月くらい続けていただけることをおすすめします。
飲み忘れても、大丈夫です。おすすめの飲むタイミングはありますが、ご自分のペースで、じっくり、ゆっくり続けてみてください。

商品パッケージについて

皆さんがもっと使いやすいと、いいな。廃棄物ももっと減ると、いいな。

そんな想いから、すべての商品に関しまして、パッケージの形体を変更することがございますので、予めご了承ください。



編集後記

空が高く感じると、深呼吸したくなる。

そんなこと言ってみた私ですが、

やっぱりおいしいものがたくさんある季節はうれしいですね。

皆さんのこれからの楽しみはなんでしょうか。

またお話も聞かせてください。

さて今月は、新しいこころねのご紹介を中心に、

みんなの想いのコラムで構成しています。

からだと、こころの根っこを大切に、

皆さんの毎日が元気で健やかでありますように。

からだきれいひとしお
細胞からきれいに



ご購入

3031 31袋(1袋4粒/1ヵ月分)
7,302円(税込)

3032 2個セット
13,142円(税込)

3033 3個セット
18,618円(税込)

こんな方におすすめです

- 体の中の水分をきれいにしたい方
- 野菜不足の方
- 体臭や便臭を少なくしたい方

飲み方

夕食後に、1日分1袋(4粒)をコップ1杯の水、またはぬるま湯で嚙まずにお飲みください。

成分

屋久島成分(モリンガ葉、野草・果実発酵エキス、グアバ葉、ガジュツ)、鉄葉緑素(クロロフィル)、海水ミネラル、ほか

★「大豆」にアレルギーのある方は、ご使用をお控えください。



各商品の成分の詳細はこちらをご覧ください。

からだきれい小粒
粒が小さくなりました



ご購入

1231 16.12g(130mg×124粒/1ヵ月分)
3,875円(税込)

こんな方におすすめです

- におい(便臭・体臭・加齢臭・口臭)を何とかしたい方
- 体の中の水分をきれいにしたい方
- 胃腸の動きを元気にしたい方

飲み方

朝と夜のお食事の後に2粒ずつ、1日あたり4粒を目安に、水またはぬるま湯で嚙まずにお飲みください。

成分

鉄葉緑素(クロロフィル)、野草・果実発酵エキス、モリンガ葉粉、フィトンチッド、有孢子性乳酸菌、ほか

★「乳成分」「大豆」にアレルギーのある方は、ご使用をお控えください。

からだきれい
においと肌をきれいに



ご購入

2051 13.02g(約210mg×62粒/1ヵ月分)
3,875円(税込)

こんな方におすすめです

- におい(便臭・体臭・加齢臭・口臭)を何とかしたい方
- 体の中の水分をきれいにしたい方
- 胃腸の動きを元気にしたい方

飲み方

夕食後に、1日分2粒をコップ1杯の水、またはぬるま湯で嚙まずにお飲みください。

成分

鉄葉緑素(クロロフィル)、野草・果実発酵エキス、モリンガ葉粉、フィトンチッド、シャンピニオンエキス、ほか

★「乳成分」「大豆」にアレルギーのある方は、ご使用をお控えください。

こころね
腸の健康習慣



ご購入

2021 18.6g(93粒)1ヵ月分
3,432円(税込)

こんな方におすすめです

- おなかの調子が気になる方
- からだの中をお掃除したい方
- 疲れやすい方
- からだが重く感じる方
- 食欲がわきにくい方

飲み方

1日3粒を目安に、お好きな時間にお召しあがりください。おすすめは夕食の前後です。そのまま嚙んで召しあがることもできます。

成分

甜菜糖、乳酸菌、桑葉粉末、野草果実発酵エキス、モリンガ葉粉/ビタミンC、微粒二酸化ケイ素、ステアリン酸カルシウム、セラック、ビタミンB2、ビタミンB6、カルナウバロウ

★「乳」「大豆」にアレルギーのある方は、ご使用をお控えください。

※「らくらく定期便」「返金保証」につきましては、裏表紙をご覧ください。