

いいな日和

2 2023
February

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」。

こにしのこらむ

「なりたい自分」を 心に描く。

わたしのLET IT BE

言葉が生み出す、 いいこと。

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。

※《せせらせら》《ここひなた》
《からだきれい》《からだきれい小粒》
《髪おもい》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

飲み忘れや使い忘れなどで
余ってしまった場合は、
お届けをお休み可能。(期間自由)

継続期間のお約束なし

「必ず〇ヵ月継続しなければ
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 ●専用紙を同梱の封書で郵送 のいずれかでご連絡ください。

はじめて飲まれた方や使われた方へ

安心のお約束 3箱(髪おもいは1箱)までは、すべて飲まれてからでも使いきってからでも、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(髪おもいは購入後60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**
10:00~18:00(平日のみ) お問い合わせ番号 IN2302

FAX  **0800-1239-556**
同梱のご注文用紙をご記入のうえ、送信してください。

WEB **www.iwell.jp**

郵送 同梱のご注文用紙をご記入のうえ、
同梱の封書で郵送してください。



お届け方法

ご注文から通常5日以内に、
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。

※《フランドール》《グルコサミン》《ベルメリー》《ここそよか》
《せせらせら》《ここひなた》《からだきれいひとしお》を3個以上ご注文、
または《髪おもい》をご注文の場合は、宅配便でのお届けとなります。

送料
無料

お支払方法

クレジットカード払い

NP後払いwiz



コンビニ、銀行業、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WEBからご注文ください。

※ご希望により代金引換払いもご利用いただけます。

[NP後払いwizに関して]

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。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

お問い合わせ/0570-077-015(9:00~18:00(土日祝日除く))
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。

返品・交換

商品のお届けから92日以内に、下記までご返送ください。

※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)

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

こにしのこらむ

03 「なりたい自分」を心に描く。

こころの忘れ物

05 あの時の僕といえは。

あいうえるの風景

07 ありがとうございます!

あいうえるの日日是好日

09 こんにちは、
WEB担当のバケちゃんです。

わたしのLET IT BE

11 言葉が生み出す、いいこと。

わかなのをと

13 季節の匂いを感じる時。

15 商品一覧 18 編集後記

草いろいろ

おのおの花の

手柄かな

(芭蕉)

それぞれの想いで、

おのおのが想いのままに、

いろいろな想いをもって、

おんなじ空にむかってのびていく。

色とりどりの花をそれぞれが

想い想いに咲かせながら、

そんな花を皆さんと

春も夏も秋も冬も、

咲かせられると、いいな。



* こにしのこらむ *

「なりたい自分」を 心に描く。

くり上げたものをちよびり丁寧
に上げると、今更ながら奇跡を感じて
しまいますね！。



こんにちは、商品開発のこにしです。
今日ですね、ちよと自分語りでもし
てみようかなと、広島で生まれて、大
学で僕の今の拠点でもある京都に出て
きて早20数年、いや、30年くらいかな？
半生を振り返ると、あつという間に今
にたどり着くんだけど、今の自分をつ

あの時、第二志望の大学に落っこちた
から、今ある家族がいるんだなあとか、
学生時代に「将来自分は何がしたいん
だ？」と悩んで悩んで、たまたま相談し
た友達のオヤジから、サプリメントをつ
くる会社を紹介されたから、今こうやっ
て皆さんと出会うことができたんだあ
とか、あの人に出会ったから、あの場所
にいたから、あの時失敗したから、

いろんな要素が絡み合つて当たり前
のように今がある。そう考えたら、ほん
ま奇跡だと思いませんか？(笑)僕だ
けじゃなくて、たぶん皆さんもあらため
て振り返ると、そう思うこと(事件？)
がいつぱい転がっているはずですが、たと
えその時に思い描いた結果じゃなくて
も、それがあるから今があると思うと、
それはそれで、その結果で良かったのか
など。そんな感じと「いま」を思う
と、これからもきつとそんなことがあつ
て、変わっていく素材のひとつなんだろ
うなーって思うんですよ。ここ数年、
風の時代に入った！と言われてまして
ですね、時代の変化が激しいらしいんで
す。たぶんそんな中だからこそ？最近
は、「なりたい自分」を心に正直に思い
描くようにしてるんです。

新しいものを発掘したり、つくり出
したりすることがとても好き。思いつい
たら考え込む前に動き出す自分が好
き。うまくいかなかったら、そのことが
何かのサインだと思つて踏み台にするこ
とが好き。興味がある分野の知らない
ことを見たり聞いたりすることが好き。
ここでは好きなことだけをのつけちゃい
ましたが、実はもちろん好きなことと
苦手なことが交互に出てきました、そ
んな心が反応する、「好き」から生まれ
るワクワクを羅針盤にして、今後自分
はたしてどうなっちゃうのか？？を
楽しみに絶賛歩んでいるところでござい
ます(笑)

えっ？ 苦手なことはつて？ それはで
すね、それが好きな人、才能溢れる人
にお願いしてお知恵を拝借させていた
だいております。なーんか、自分のパワ
ーを分散しないほうが、いいサプリメント
トができそうな予感なのです(笑)今
日は、自分語りのこにしでした。それで
はまたお会いしましょうーもし、こんな
僕に共感できたなら、心の中でいいねを
クリックしておいてください。



あの時の僕といえば。

こんにちは、あいうえるの若手社員です。

2023年迎えて、皆さんどうお過ごしでしょうか。

いきなりなのですが、ふと謝りたくなったことを書いてみたいと思います。
僕が小さい頃、おばあちゃんの家に戻りした日のことです。

近くのコンビニにお菓子を買いにおばあちゃんと出かけて、

僕は、おばあちゃんを置いて先に走って帰ったことがありました。

ほんのいたずら心でした。

おばあちゃんは泣きながら、息を切らして家に帰ってきました。

家でお菓子を食べている僕を見て、

泣いているおばあちゃんを当時の僕は、何とも思っていませんでした。

今だから思いますが、急に孫がいなくなったら不安で仕方ないですよ。

最近そのことを思い出し、この場を借りて謝りたかったのです。

「あの時、心配かけてごめんね。」

今でもあの時と変わらず、心配してくれていますね。

本当にいつも気にかけてくれてありがとうございます。

俺もばあちゃんのこと心配になる時があります。

いつも誰かのことを一番に思うから、少しは自分のことも大切にしていね。

ずっと元気でいてください」

なかなか普段、言えないだけで、当たり前前に感謝していること伝えてないな
もっと素直になれたらいいけど、照れるんよな。

こんな僕が言えたことじゃないけど、

皆さんも感謝は言えるうちに、口にしましょう(笑)

今日も当たり前の日々感謝！

ありがとうございます！

こんにちは、 WEB担当のバケちゃんです。

オフィスを引っ越して早3ヶ月が経ちました。
まだ、がらんとしていて机スペースしかありませんが、
これから少しずつ環境を創っていきたいと思います。
殺風景なオフィスですが、
移転のお祝いいただいた観葉植物が、今、オフィスを彩っています。
ほんとうにありがたい。
実は、オフィスを引越した時に1つテーマがあって、
観葉植物が常にある空間にしたいというのがあったんです。
いただいた植物は、ほとんど品種はわかりません。
なので、スマートフォンのアプリで写真撮影をして、
どの品種か知るサービスを使って、それぞれの品種を調べてみることに。



Google レンズ
<https://lens.google/intl/ja/#cta-section>
これちょっと調べたい時におススメです。
スマホで対象を写真撮影するだけで種類がわかります。

どうせなら、長生きしてほしいな、水をやるタイミングは植物によって異なるので、
みんなと一緒に植物の特性を知りつつ、毎日世話をしています。



カシワバゴムノキ
2〜3日に1度水やりして、
葉っぱを定期的にティッシュ
で拭いています。



ベンガルボダイジュ(左)
2〜3日に1度水やり。うちの
従業員のひとりがすごくかわ
いがっています。
メキシコチモラン(右)
ほぼ水やり不要です。個人
的に幹が太くて一番気に入
ってる植物です。(手がか
からないのもステキ笑)



フィカス・アルテシマ
日当たりがいい場所に置い
てましたが、冬場なのか葉っ
ぱがぼろぼろ落ちたり、少し
手がかかる子。毎朝、葉っぱ
が落ちていないかを見るの
が日課になってます。

植物を置いてから、月曜日の朝は掃除時間ができて、
みんなが掃除を積極的に始めました。(私発信ではありません笑)
みんなで美化を務めたり、換気したりといい作用が働いているかもしれません。
そういうことで観葉植物をこれからも大切にしたいな、
やっぱりふとした瞬間に緑があるって気持ちいいものだな、と思う最近でした。



言葉が生み出す、 こころよ。

こんにちは、いいな日和の編集をしています鶴田です。子供の頃から本が好きで、言葉の魅力に引き込まれて以来、今まで、広告づくりなどで、言葉と関わってきました。そんな私ですが、コピーライターとして仕事を始めた頃は、とにかく手法や技術に目が行きがちで、そういうものを身につけることで、早く仕事ができる人になりたいと思っていました。確かにそれもある程度はあるでしょう。英語が話せるように、ピアノが弾けるように、ある程度は上手くなるでしょう。

でも、広告に限らず言葉を使って、誰かに何かを伝えるうえで大切なのは、その相手の気持ちなのですね。自分が言いたいことを詰め込んでも、相手の心には届かないし、響かないし、果ては迷惑な話なのかもしれません。要は相手は何を言って欲しいのか、何が聞きたいのか、何を求めているのかを知ること、知ろうとすることが大切なのです。

何となく感覚的にわかるけど、言葉にできないでいる人のそばで耳を傾けたり、目の前の人の目線に立ってみたりして、はじめて気づくことはたくさんあります。そんな気づきを重ねることで、結局は私という人間が成長していく。そんな感じで、人と人の間に自然と湧き出てくる言葉を届けられる人になりたい。それもふつうに話しかけるような言葉で。

でもそんな人になるには、自分ひとりではできませんよね。届いたのか、伝わったのか、響いたのかを決めるのは、その相手だからです。とはいえ、やっぱり人間、ひとりよがりになりがちなのですが、私はそんな言葉の人でありたいと思っています。

季節の匂いを
感じるとき。

こんにちは、日野わかなです。この時期、七十二節気では、水がぬるみ、割れた氷の間から魚が飛び跳ねる頃から、魚上氷（うおこおりをいずる）と言われています。

魚上

【立春】末候 魚氷に上る 2月14日～2月18日頃

土の中では植物や虫たちが、そして水の中では魚たちも、春の匂いを嗅ぎつけてウズウズしているのでしょうか。四季のある日本ならではの表現ですね。

またこの時期の季語としては、「春隣（はるどなり）」というものがあります。春の気配を感じ始める冬の季語です。そしてだんだんと空も山も明るくなっていき、気温も上がっては下がり、下がっては上がりを繰り返し、ほんとうの春がやってきます。その様子は、三寒四温という言葉で表現されます。季節ごとに素敵な言葉があるって、なんかいいですよ。

そういえば昔は、よそ行きと言われる服がありました。お出かけするときに着る、普段着とは違う服。春にあらわれる花や虫や魚なんかも、そんな気分です。地上に出てくるような気がします。

さて、日に日に陽射しで地面が温められ、お日さまの匂いのような空気が濃くなっています。皆さんのまわりではどんな匂いとも春がやってくるのでしょうか。



せせらせら
余分な水分排出



せせらせら
31袋(1袋4粒/1ヵ月分)
定期購入サービス
らくらく定期便
3,262円(税込)|3044|

1個ご注文 3,625円(税込)|3041|
2個以上ご注文 3,262円(税込)/個

- 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。

主な成分

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



プリール
19.5g(約210mg×93粒/1ヵ月分)
定期購入サービス
らくらく定期便
4,301円(税込)|1044|

1個ご注文 5,060円(税込)|1041|
2個以上ご注文 4,301円(税込)/個

- 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。

主な成分

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



ここそよか
31袋(1袋3粒/1ヵ月分)
定期購入サービス
らくらく定期便
4,249円(税込)|3014|

1個ご注文 4,999円(税込)|3011|
2個以上ご注文 4,249円(税込)/個

- 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。

主な成分

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



ベルメリー
31袋(1袋3粒/1ヵ月分)
定期購入サービス
らくらく定期便
4,301円(税込)|1094|

1個ご注文 5,060円(税込)|1091|
2個以上ご注文 4,301円(税込)/個

- 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。

主な成分

香辛料エキス(ヒハツ、黒胡椒)、黒ショウガ、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。

いいなプラス グルコサミン
関節の元気と健康



いいなプラス グルコサミン
31袋(1袋2粒/1ヵ月分)
定期購入サービス
らくらく定期便
1,311円(税込)|1124|

1個ご注文 1,543円(税込)|1121|
2個以上ご注文 1,311円(税込)/個

- 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。

主な成分

グルコサミン、金時ショウガ、ピタミンC(アセロラ由来)、ホップエキス、ほか

FRANDAIL
内面美容



フランデール
31袋(1袋5粒/1ヵ月分)
定期購入サービス
らくらく定期便
8,996円(税込)|1104|

1個ご注文 10,584円(税込)|1101|
2個以上ご注文 8,996円(税込)/個

- 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。

主な成分

コンドロイチンたん白複合体、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」「セラチン」にアレルギーのある方は、ご使用をお控えください。

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、
ゆつくり、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。

飲み忘れても使い忘れても、大丈夫です。おすすめのタイミングはありますが、ご自分のペースで、じっくり、ゆつくり続けてみてください。

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

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。廃棄物がもっと減ると、いいな。そんな思いから、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。

各商品のその他の成分や詳細は、こちらからご覧ください。

編集後記

新しい年になってしばらく経ちましたが皆さん、いかがお過ごしでしょうか。

さて今月号は、「なりたいたい自分」「ありたい自分」をテーマにみんなのコラムを集めてみました。空の青さや花の彩りや子供の笑顔や、そんなありのままにあるらしさって、何ものにも替えがたいものだと思います。いくつになっても、ありのままの自分でありたい。そんなふうにも思ったりしました。

日差しが日に日に柔らかくなつていくこの頃、皆さんはどんな自分を咲かせますか。

髪おmoi
髪を強く健やかに



髪おmoi
60g(約1ヵ月半)
定期購入サービス
6ヶ月定期便
7,610円(税込)| 6014 |
1個ご注文 8,456円(税込)| 6011 |
2個以上ご注文 7,610円(税込)/個

こんな方におすすめです

- 髪が弱くなった方
- 整いにくい方
- 髪にハリとコシが欲しい方
- 髪が傷んでる方
- うねる方

使い方

- ①お風呂上がりの髪をいつもの通りタオルで拭いてください。
- ②以下の量を目安に手に取り、髪の毛全体になじませてください。
●ショート:5プッシュ(約2ヵ月)
●ミアイム:7~8プッシュ(約1ヵ月半)
●ロング:10プッシュ(約1ヵ月)
- ③そのあとドライヤーで乾かしてください。

主な成分

スクワラン、コポリマー、ジグルコシル没食子酸、白金、加水分解シルク、グリコシルトレハロース、ほか

からだきれいひとしお
細胞からきれいに



からだきれいひとしお
31袋(1袋4粒/1ヵ月分)
定期購入サービス
6ヶ月定期便
6,206円(税込)| 3034 |
1個ご注文 7,302円(税込)| 3031 |
2個以上ご注文 6,206円(税込)/個

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。

主な成分

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。



各商品のその他の成分や詳細は、こちらからご覧ください。

からだきれい小粒
粒が小さくなりました



からだきれい小粒
16.12g(130mg×124粒/1ヵ月分)
定期購入サービス
6ヶ月定期便
3,487円(税込)| 1239 |
1個ご注文 3,875円(税込)| 1231 |
2個以上ご注文 3,487円(税込)/個

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
- 胃腸の働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。

主な成分

鉄葉緑素(クロロフィル)、野草・果実発酵エキス、モリンガ葉、ファイトンチッド、有胞子性乳酸菌、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



からだきれい
13.02g(約210mg×62粒/1ヵ月分)
定期購入サービス
6ヶ月定期便
3,487円(税込)| 2054 |
1個ご注文 3,875円(税込)| 2051 |
2個以上ご注文 3,487円(税込)/個

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
- 胃腸の働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。

主な成分

鉄葉緑素(クロロフィル)、野草・果実発酵エキス、モリンガ葉、ファイトンチッド、シヤンピニオンエキス、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。

ここひなた
体を温め、キレイに



ここひなた
31袋(1袋1.05g/1ヵ月分)
定期購入サービス
6ヶ月定期便
6,138円(税込)| 2204 |
1個ご注文 6,820円(税込)| 2201 |
2個以上ご注文 6,138円(税込)/個

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
- 運動不足を感じる方
- おなかの調子が気になる方
- 更年期が気になる方

飲み方

1日分1袋をコップ1杯の水、またはぬるま湯でお飲みください。

主な成分

植物抽出エキス、食物繊維(イヌリン)、桂皮末、有胞子性乳酸菌末、桑葉粉末、植物発酵酵素エキス、ケツメイシエキス末、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。