

天然植物由来の美容成分を配合。 美と健康づくりのパートナーに!

61種類の野菜や野草、果物を発酵熟成させた植物由来の発酵物には、栄養素がバランスよく含まれます。栄養が消化・吸収しやすい形になっているため、カラダにやさしく、効率的な摂取が可能に。ボトルタイプなら約1ヶ月分で、1日あたりわずか183円。手軽にカラダに不可欠な栄養素を補い、美しく健やかでスッキリとしたカラダづくりをサポートできます。

こんなアレンジもオススメ!

ヨーグルトのようなとろみ感が絶妙!

豆乳割り

「素ドリンク 透」17mlと「セレクト しろうさぎの豆乳」1パックを混ぜるだけ。とろとろの食感がクセになる美味しさです。朝晩、どちらにもおすすめ!



対象製品
素ドリンク 透
500ml No.146118 **5,500円** **5%UP** ポイント **常蔵凍**
+275ポイント

定期便
素ドリンク 透
500ml No.131467 月々 **5,500円** **常蔵凍** 送料¥0

素ドリンク 透(スティックタイプ)
8g×30包 No.015915 **5,800円** **常蔵凍**

定期便
素ドリンク 透(スティックタイプ)
8g×30包 No.136412 月々 **5,800円** **常蔵凍** 送料¥0

ボトルタイプなら!
**1日1杯
約183円**



SONOKOは今年もピンクリボン活動を支援します!

「乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診の早期受診を促すなどの啓蒙運動」を行うピンクリボン活動にSONOKOは賛同。ピンクリボン対象製品の売上げの一部を「NPO法人 女性医療ネットワーク マンマチアール委員会」(実行委員/山崎多賀子氏)に寄付しています。

乳がんに関わる新しい状況を把握し 正しい検診、治療を選択することが大切

乳がんに対する意識が高まり、検診を受ける人は増えていますが、医療の進歩で乳がんに関わる状況は毎年変化しているため、適切な年齢で正しい検診をすることが重要です。

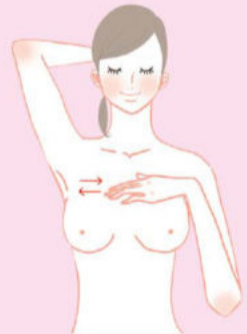
そしてもし乳がんになったとしても、自身のケアや周りのサポートでがんとうまく共存し、いつまでも自分らしく生きていくことが大切です。かつて鈴木その子さんも「これがいいと他人に言われた時、物事を平面で考えずに、自分できちんと立方体で判断しましょう」「自分できちんと生き方を選べる人になりましょう」と伝えていたように、乳がんに正面から向き合うには、正しい選択ができる正しい知恵を持つことが重要になります。



山崎多賀子氏
(美容ジャーナリスト)

月に1度のセルフチェックを習慣に!

乳がんの早期発見にはセルフチェックが大切。月に1度、生理後に日を決めて実行しましょう。まずは目で見て、形や大きさ、色、ただれなどがないかを確認。次に腕を上げ、3本の指を外側から内側に水平にすべらせた後、外から乳頭に向かって円を描くようになぞり、しこりがないかを確認。続いて脇の下や腕のつけ根付近のリンパ節にしこりがないか、左右の乳房を軽くつまんで分泌物がないかを確認。最後に寝転がって触診します。



「ピンクリボン」
対象製品

素ドリンク
透

ロゼスパーク
リングワイン

モーニングスイッチ
スムージー ナイト

スーパーモイスチャー
クリームR

リップ
トリートメントR

ハンド&ネイル
トリートメント

ボディ
クリームR

Healthy Column

つまずきやすくなった、五十肩になった、乾燥しやすい... 気になるその症状、アミノ酸不足では!?

アミノ酸は、私たちのカラダづくりの素になるたんぱく質を構成する栄養素です。人体に含有するアミノ酸は20種類あり、皮膚や髪、内臓、筋肉、骨、血管などカラダのほぼすべてに含まれ、体内でさまざまな働きをしています。例えば年齢とともにつまずきやすくなるのは、加齢によって筋肉量が減少することも一因ですが、アミノ酸を上手に摂取することで、筋肉量がアップ。筋肉にかかる負担を減らし、ロコモティブシンドロームの予防にもつながります。アミノ酸は血流を促し、基礎代謝を高

める働きも。筋肉量の増加も基礎代謝アップにつながるため、代謝が落ちてくる中高年には大切な栄養素であることがわかります。またアミノ酸は、美肌づくりに欠かせないコラーゲンや天然保湿因子の材料となるため、肌のハリや弾力、うるおいに深く関わっています。どちらも加齢や外的刺激などで減少すると肌トラブルにつながるため、アミノ酸をしっかり摂ることが重要です。

バランスのとれた食事をするのが大切ですが、目的や必要に応じて、サプリメントの利用もおすすめ。特に必須アミノ酸は体内でつくることができないため、食事やサプリメントなどから上手に摂取することが不可欠になります。