愛用者キャンペーンプレゼント

A フラワー腕時計　2名様

2名様

Afternoon tea別注のオリジナルプリントを描いた腕時計です。ケースに閉じ込めたフラワーモチーフで特別感のあるデザインに仕上げました。あたたかみのあるタッチと色合いにもこだわり、ナチュラルなファッションにもすっきり馴染む1品が完成。秒針が1秒1秒進むステップ運針で動きが読み取りやすいのも特徴です。幅広いシーンに使えるように日常生活防水仕様にしています。

＊付属品／取扱説明書（保証書）
＊対応サイズ／約14.7~19cm
＊時間精度／常温の環境下で月差±20秒
＊運針方式／ステップ運針
＊水晶振動数／32,768Hz
＊表示方式／指針式
＊使用バッテリー／SR626SW
＊電池寿命（約）／3年
＊防水仕様／日常生活防水（3ATM）

素材　ケース:合成金属
バンド:合成皮革

サイズ　フェイス縦2.6cm／横2.6cm／厚み0.8cm／ベルト幅1.2cm／手首回り（最小～最大）15cm ~19.3cm

Wチャンス！

100名様に 300ポイント プレゼント！

300ポイントとは商品購入金額が30,000円分ですよ！まだ知らない方が多いようなので今ならwチャンスに当たる確率高いですよ！プレゼントが送られてこないからはずれたかな…で終わりにしないで、例えば2月号のハガキをだしていたら、集計期間がありますので、4月に本社にお電話で問い合わせをしていただければ、「300ポイント当たっていますよ」とお答えすることができるので、ぜひご応募お待ちしております。
今回の4月号のハガキは6月にお問い合わせくださいませ。

4/1~4/30に
20,000円（税込）以上購入のある方で
アンケートハガキを送ってきた方の中から抽選でプレゼントが当たります！

B スリットポケット付き ロゴバッグS／ナタリー・レテ

3名様

華やかなフラワー柄の中に「AFTERNOON TEA」のロゴがさりげなく浮かび上がるデザイン。持つだけでファッションのポイントになるおしゃれなアイテムです。
口が大きく開くので荷物の出し入れもスムーズです。外側にはスリットポケットが付いており、自転車の鍵やICカードなどちょっとしたアイテムを収納するのに便利。お出かけシーンのメインバッグにも、ショッピングバッグとしても活躍します。

サイズ　縦26.5cm／横38cm／マチ10cm／持ち手40cm

C どちらでもよい

63円切手を お貼りください

POST CARD
1 0 3 - 0 0 0 4

東京都中央区東日本橋 3-2-4
八光ビル２階
株式会社オードビー・ジャポン 行

会員番号
氏名
ふりがな

Bonjour 2023年4月号

※料金不足のまま届いたはがきについては、返送させていただく場合がございますのご了承ください。

アンケート
ご応募締め切り日
4月30日(日)当日消印有効
※アンケートはがきを切り取り、必ず63円切手を貼ってご郵送ください。

Eau-de-Vie Japon
2023年4月号
株式会社オードビー・ジャポン
https://e-d-v-j.co.jp

お客様相談窓口
0120-882-474
9:30~17:30(土／日／祝日休)
03-6667-0897

ご注文専用FAX
0120-001-423
03-6667-0963

Bonjour［ビザビ ボンジュール］2023年4月号　April 2023
お知らせ　Announcements

ご注文を お電話1本で承ります。（お気軽に！）
お客様サポート **0120-882-474**
Web登録をされればもっと購入が便利になります。　ホームページアドレス https://e-d-v-j.co.jp

Medicinal COLUMN 潤い美肌に！薬膳 春野菜パスタスープ Pasta Soup

アスパラガスやホタテは薬膳では潤いを増やす食材です。牛乳も同じく潤いを増やし、乾燥や紫外線によるお肌のダメージを癒します。春は肝がよく働く季節ですが、その働きが活発すぎると必要な水分（津液）や血液を消耗してしまいます。これを補うのが滋陰作用のあるアスパラやホタテ、牛乳になります。アサリは赤みのある吹き出物が気になる方に特におすすめの食材。
お肌のダメージ回復に必要な良質なたんぱく質やビタミンCもとれる薬膳美肌スープを、紫外線が気になりはじめる今、ぜひどうぞ！

作り方

※下準備　アサリを砂抜きして洗っておく。
①野菜を切る。　キャベツは1cm幅に玉ねぎ、アスパラを1cm角。生姜はみじん切り。　ホタテも1cm角に切る。
②鍋に玉ねぎ、生姜、塩、植物油を入れてざっと混ぜて弱火で炒める。玉ねぎが透き通ってきたらアサリ、酒を加える。
③アサリが熱くなったら水、昆布茶を加えて中火にし、煮立ってきたらパスタを加える。（今回使用したファルファッレは茹で時間12分）茹で上がる5分前にホタテ、キャベツを加え、1分前にアスパラを加える。

茹で上がったら牛乳、味噌を加えて温める。　最後は塩で味を整える。
＊パスタの茹で時間が短い物の場合はホタテ、キャベツを先に加えてください。

材料（2人分）

キャベツ …… 大1枚（100g）
アスパラガス …… 4本
新玉ねぎ …… 1/2個
アサリ（殻つき）…… 120g（10個前後）
ホタテ …… 3個
生姜 …… 1/2片
ショートパスタ …… 30g（ファルファッレ（ショートパスタ））
酒 …… 大さじ1
植物油 …… 少々
水 …… 2カップ
昆布茶 …… 小さじ1
牛乳 …… 1/2カップ
味噌 …… 小さじ1
塩 …… 少々

社長のひとりごと

原　浩一
1955年生まれ
2児の父
（小学2年生 男の子&小学1年生女の子）

このボンジュール4月号を読んでいるころには、子供たちは小学3年生と2年生になっていることと思います。月日がたつのは早いですね…。まだわたしの脳裏には子供たちのオムツを変えたり、バランスボールに座りゆらゆらさせながら子供を抱っこし寝かしつけたことをはっきりと覚えています。娘が生まれる前は、抱っこひもで息子を抱っこして毎日のように1時間ほど散歩していたことを思い出します。
そんな子供たちは、とても元気で笑顔いっぱいで遊ぶことが大好きで…勉強嫌いです（笑）
思いやりがありすくすくと明るく育っています。
子供がいることでわたしも精神面でも身体面でもパワーアップしております。
そして会員の皆様に喜んでいただきたい。会員様をもっともっと増やしたい！と熱く燃えております。

毎月26日はポイント2倍 POINT UP
毎月26日の15時までのご注文とさせていただきます。
金曜日の場合は16時とさせていただき、26日が休日の場合は次の営業日をポイント2倍とさせていただきます。ぜひご利用ください。
※当日はご注文が集中するため当日発送ができない場合がございます。お急ぎの方は必ずご一報ください。
Yes 2倍！

ご購入がない月でも「ボンジュールが欲しい！」という方はお気軽に本社までご連絡ください。

ホームページからもご注文いただけます！

ホームページの「注文フォーム」が新システムに移行いたしました。初回購入時にお客様情報を登録すると2回目からの購入が簡単になります。初回時登録はBの画面からお進みいただき、登録完了後は引き続き注文フォームよりご購入ができます。尚、2回目からのご購入はCの画面より簡単にご注文いただけるようになります。

クレジットカードでご購入の場合は、ご注文金額が20,000円（税別）からとなりますのでご了承の程宜しくお願いいたします。
ホームページアドレス ▶ **https://e-d-v-j.co.jp**

Bonjour　Produced by Eau-de-Vie Japon
0120-882-474　ご意見・ご要望・ご相談などのお問合せはお気軽にお電話ください。

●株式会社オードビー・ジャポン（オフィス：東京都中央区東日本橋 3-2-4 八光ビル2階）　2023年4月発行

発行　株式会社オードビー・ジャポン（オフィス：東京都中央区東日本橋 3-2-4 八光ビル2階）

vis-á-vis
天然フルーツ酵母コスメ
Eau-de-Vie Japon

Bonjour
ビザビ ボンジュール

4
April
2023

April 4月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

花粉症の典型的な症状

花粉症による鼻水で頻繁に鼻をかんでいると、ティッシュでお肌がこすれて炎症をおこすことがあります。
鼻周りに赤みが出たりヒリヒリとした痛みを感じたり、思い当たる人は多いですよね。
これは、**ティッシュによる摩擦刺激でお肌が炎症をおこしています。**
またウイルス感染や花粉症対策として着用するマスクも、頬やあごがこすれることにより、肌荒れにつながるケースがあります。

花粉皮膚炎の症状

お肌の赤みやかゆみ
湿疹など

これは、花粉に対するアレルギー反応によって皮膚に炎症が起こっている状態です。
露出している顔や首、特に皮膚の薄い目の周りは、症状が出やすいところです。

花粉による肌荒れはなぜ起こるの？

バリア機能が十分に働いているときは、アレルゲンである花粉が皮膚に付いても大きな刺激にはなりません。
しかし、バリア機能が低下したお肌は外部の刺激に弱くなります。
花粉がお肌に侵入しやすくなるため、免疫システムが働いてアレルギー反応が起こりやすくなるのです。その結果、肌荒れが起きてしまうと考えられています。

バリア機能低下の原因のひとつがお肌の乾燥です。
お肌が乾燥すると、角層から潤いが失われます。すると、角層の細胞同士の間にすき間が生じ、バリア機能が低下するのです。

特にスギ花粉に悩まされる2月～4月は、**空気が乾燥していて皮膚のバリア機能が低下しやすい時期**でもあります。お肌が花粉の影響を受けやすい状態にあるので注意が必要です。

花粉によるつらい肌荒れは、毎日の心がけによってある程度は予防ができるといわれています。

よかった

以下の点を心がけてみてください。

花粉からお肌を守る

お肌に花粉が付いてしまうと、花粉の影響を受けやすくなります。そのため、顔や首などに花粉が付かないようにする工夫が大事です。花粉の飛散量が多い時期には外出しないのが一番ですが、仕事や買い物などさまざまな理由で外出せざるを得ない状況はあるでしょう。外出するときは、なるべく花粉の影響を受けないようにマスクやメガネを着用し、帽子をかぶりましょう。また、ニットやコットンなど花粉が付着しやすい素材の服は避けて、表面がツルツルした素材の服を着るのがおすすめです。

皮膚のバリア機能を保つ

皮膚のバリア機能が低下することで、お肌が花粉の影響を受けやすくなります。そのため、皮膚のバリア機能を正常に保つことが、花粉による肌荒れの予防につながります。
皮膚のバリア機能を保つには、「刺激を与えない」「乾燥させない」ことが大切です。

刺激を与えない

お肌はとてもデリケートなため、刺激を与えないように注意が必要です。洗顔するときに手のひらでこすったり、タオルでゴシゴシ拭いたりしないようにしましょう。化粧水などのスキンケア用品を塗るときも、手にとってやさしくハンドプレスするようになじませるのがおすすめです。マスクはつけ外しを繰り返す度にお肌とこすれてしまうため、お肌への刺激になってしまいます。また、ティッシュで鼻をかむ際の摩擦も同様です。
花粉の時期にくしゃみや鼻水、目のかゆみなどの症状に悩んでいる方は、マスクの使用や鼻をかむ回数が普段より増えがちです。摩擦が増えることで、ますますバリア機能を低下させてしまう恐れがあります。
皮膚のバリア機能が低下すると、アレルギー反応が出やすくなります。マスクやティッシュなどはできるだけお肌にやさしい素材を選び、こすらず、そっとお肌に触れてください。

乾燥させない

お肌が乾燥すると皮膚のバリア機能が低下するため、十分な保湿が大切です。
洗顔後はすぐに化粧水や乳液、クリームなどでしっかりと保湿ケアを行いましょう。
お肌に必要な水分と油分を補給することで、バリア機能をサポートできます。

ビザビシリーズで
しっかりと乾燥対策！
たっぷり**保湿**して
お肌のバリア機能を高めましょう！

お肌のバリア機能をキープする睡眠・食事

睡眠には免疫機能の強化や、ダメージを受けた細胞を修復する作用があります。
バリア機能が働くすこやかなお肌を保つためにも、睡眠は重要。忙しい平日でも、6時間以上の睡眠を目標にするのがおすすめです。花粉の時期でもお肌を健康的な状態に保つために、**規則正しく、十分に睡眠時間を確保する**よう心がけましょう。
また、**1日3食の栄養バランスの取れた食事を摂取する**こともポイントです。
食事は、たんぱく質やビタミンB2·B6などの栄養素を意識的にとってみてください。

たんぱく質
肉、魚、卵、大豆製品、乳製品など
たんぱく質が不足してしまうと、ターンオーバーの乱れにつながります。他の食事とのバランスを見ながら、積極的に摂取するようにしましょう。

ビタミンB2
レバー、うなぎ、納豆など
お肌のエネルギー代謝に欠かせない栄養素です。ターンオーバーが正しく行われるようサポートしてくれます。

ビタミンB6
にんにく、マグロ、レバー、ささみなど
乱れてしまったターンオーバーのリズムを整える効果が期待されている栄養素です。また、花粉症による肌荒れを軽減するためには、腸内環境を整えることも重要です。腸内環境が乱れると免疫力の低下につながり、かゆみや炎症などの肌荒れを引き起こす要因になりかねません。腸内環境を整えてあげることで、アレルギー症状に対抗できる免疫力を高めることが期待できます。腸内環境を改善するには、**善玉菌を増やすことが大事です。善玉菌が含まれる発酵食品（ヨーグルトや味噌、ぬか漬けなど）や、善玉菌のエサとなる食物繊維（にんじん、ゴボウなど）**を積極的に摂るようにしましょう。

腸内環境を快適に整える植物由来乳酸菌配合の
「体内職人」がおすすめ！

便秘が改善した
との声、多数届いています！

希望するプレゼントのA·B·Cのいずれかに○をつけてアンケートハガキを必ず送ってください。

下記のアンケートにお答えいただき、切手を貼ってお送りください。

2023年 4月号 アンケート

希望するプレゼントに○をお願いいたします。
A　B　C

① ボンジュール4月号の感想をお願いいたします。

② 花粉症、花粉皮膚炎の症状はありますか？どのような症状ですか？

③ ビザビポイントを使用し商品と交換したことはありますか？
（○で囲んでください。）
はい　いいえ　ポイントをためが続けている
やり方がわからない

④ その他

アンケートにご協力いただき誠にありがとうございました。
ご回答いただいた内容は、今後の企画の参考として匿名で使用する場合がございます。ご了承ください。