ディスカウントドラッグ コスモス

公式アプリ!

お得なクーポン配信!

イチオシ商品情報!

お気に入り店舗のチラシ

スキャンして
ダウンロード ▶

▼「ドラッグコスモス」で検索

iOS App Store からダウンロード

Android Google Play で手に入れよう

毎日必要なものだから。
より良い情報をいちはやくお届けします。

※アプリのダウンロードおよびご利用にともなう通信料などはお客様のご負担となります。　※ご利用の機種によってはアプリをご使用いただけない場合がございます。
※掲載の画像はイメージのため実際の画面と異なる場合がございます。　※AppStore は、米国およびその他の国で登録された Apple Inc. の商標です。
※Google Play および Google Play ロゴは Google LLC の商標です。　※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です

ディスカウントドラッグ コスモス

暮らしが
豊かになる情報誌

2021
8

ご自由に
お取りください

特集

栄養補給で乗り切る! 夏バテ対策

原因は栄養不足と胃腸冷えにあり ▶P.1～
夏バテ対策に有効な栄養素
症状別 上手な補給で夏バテ知らず
▶P.9～ 気になるにおいを軽減 夏のデオドラント
▶P.17～ 体にも環境にも優しい ナチュラルクリーニング
▶P.11～ 蒸し暑さ+マスクによる メイク崩れ対策

解決!

栄養補給で乗り切る!

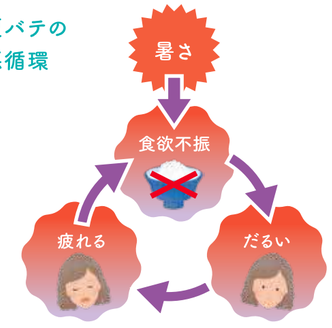
夏バテ対策

蒸し暑さによる食欲減退や
冷たい物の摂り過ぎによる胃腸冷えも夏バテの一因です。
上手に栄養を補給し、夏の疲れを吹き飛ばしましょう。

夏バテの原因は栄養不足と胃腸冷えにあり

食欲が低下する夏は、食事を抜いたり、あっさりした炭水化物中心の食事を摂ったりしがちです。しかしこれでは体に必要なエネルギーや栄養素を補給できず、だるさや疲労感など夏バテの症状が現れてしまいます。また、暑さをしのぐために冷たい物を摂り過ぎると、胃腸が冷やされて血行不良になり、胃の働きが低下。さらに過剰な水分摂取も胃液を薄め、消化機能を低下させて食欲不振を招く原因となります。夏の疲れを改善する近道は何といっても正しい栄養補給。必要な栄養を上手に摂り、夏バテを改善しましょう。

夏バテの悪循環



夏バテを起こすと、
疲れからさらに食べられなくなるという
悪循環に陥り、夏バテを悪化させてしまう。

8月ごろから現れる夏バテ「冷房病」

冷房の利き過ぎた部屋と暑い屋外などを頻繁に行き来すると、気温差により体のバランスを整える自律神経の働きが乱れます。すると倦怠感や過眠、不眠、めまい、ふらつき、頭痛など様々な不調を引き起こすことに。これらの症状は冷房の影響が蓄積する8月中旬ごろから現れやすくなります。

室温は25～28℃程に設定し、冷房を調整できない場合は上着を羽織るなどで調整を。最近は熱帯夜対策として一晩中エアコンをつけておくことが推奨されています。冷風が直接当たらないようにしたり、布団をかけたりして寝冷えを防ぎながら冷房を活用しましょう。

目黒西口クリニック院長
南雲 久美子先生

なぐも・くみこ　1982年杏林大学医学部卒業。東京慈恵会医科大学、関東逓信病院、北里研究所東洋医学総合研究所を経て、96年目黒西口クリニック（東京）を開業。東洋医学と西洋医学を融合した治療を行う。著書多数。日本東洋医学会認定漢方医学専門医。

夏バテ対策に有効な栄養素

ビタミンB1

炭水化物に含まれる糖質を効果的にエネルギーにかえる働きがあります。ニンニクや豚肉、玄米などに含まれますが、特にニンニクは内臓の機能を活発にするため、疲労回復や食欲増進に役立ちます。

ニンニク　豚肉

クエン酸

酢やレモンなどの酸味のある果物などに含まれている成分。疲労物質の乳酸をエネルギーにかえる作用や新陳代謝を促す作用があります。また酸っぱい物を食べると唾液や胃液が分泌され、食欲増進にも。

酢　レモン

アミノ酸

体をつくるタンパク質を構成している成分。体の機能を正常に保つ働きがあり、疲労回復に有効です。肉や魚、卵、乳製品などタンパク質を多く含む動物性の食材や大豆製品に多く含まれています。

牛肉　卵

胃腸バテの時は間食や栄養補助食品の活用を

消化にもエネルギーを必要とします。スタミナがつくからとステーキやウナギを食べると逆効果になることも。胃腸が弱っている時は無理して食べようとせず、おかゆやスープなど消化のよい物を摂り、体力の消耗を防ぐことも必要です。一度に必要な量を食べられない場合は、少量に分けて食べたり、間食で栄養を補なったりすることも有効です。栄養補助食品などを上手に活用するとよいでしょう。

Column

夏バテ予防には、こまめな水分補給を

体内の水分が不足すると血流が悪化し、老廃物が排泄されず疲労が蓄積します。冷房の利いた室内であれば2時間おきに、常温の水コップ1杯を目安に、炎天下で体を動かしている場合は、クエン酸やアミノ酸配合の飲料などをこまめに飲むことをおすすめします。

症状別

上手な補給で
今年こそ夏バテ知らず

食欲・体力の低下に

こんな方に

- ☑ 夏バテで食欲が落ちる
- ☑ 一晩寝ても疲れが取れない
- ☑ 体力の衰えを感じる
- ☑ 最近ため息が増えた
- ☑ 胃腸が弱いと感じる
- ☑ 普段から疲れやすい

熟成ニンニク＆ゴオウを配合した滋養強壮剤

医薬品原料として厳しい基準と管理下で栽培し、
約2年間熟成したニンニクが有効成分を発揮！
妊娠・授乳中も服用できます。

ニンニク特有の臭いが軽減されているので気になりません。

1回1mLを添付のカプセルに入れて水またはぬるま湯と一緒に服用してください。

●15歳以上 1回1mL、1日2回服用してください。15歳未満は服用しないでください。

第3類医薬品

湧永製薬

レオピンファイブ

60mL

60mL×2本入

レオピンファイブ 3つのこだわり

1. **医薬品**
   濃縮熟成ニンニク抽出液に、ゴオウ、薬用ニンジン、ビタミンB6を配合。
2. **熟成ニンニクの力**
   厳しい品質管理の下、約2年間の自然熟成を経て熟成ニンニク抽出液を生み出しています。
3. **こだわりの原料**
   原料のニンニクは、化学合成農薬や化学合成肥料を使用せずに栽培。

バテた胃の消化促進

「胆汁末」配合の胃腸薬

胆汁末と消化酵素を配合。
2つの成分で消化不良による
胃部・腹部膨満感などの症状を改善します。

- ●消化を促進し、食欲不振を改善
- ●食べ過ぎ、加齢による胃もたれに

こんな方に

- ☑ 食べ過ぎて胃がもたれている
- ☑ 脂っこい物を避けるようになってきた

のんでスッキリ爽やかな苦みで胃の不快な症状に！

第3類医薬品

健創製薬

ガロール

550錠

効果効能
消化促進、消化不良、食欲不振（食欲減退）、食べ過ぎ（過食）、もたれ（胃もたれ）、胸つかえ、消化不良による胃部・腹部膨満感

●1日3回次の量を食後に服用してください。

15歳以上	1回5錠
11歳以上～15歳未満	1回4錠
8歳以上～11歳未満	1回3錠
5歳以上～8歳未満	1回2錠
5歳未満	服用しないでください。

水分補給と疲労感軽減

レジャー・スポーツの後や
日常生活の疲労感※を軽減する粉末ドリンク

※一過性の身体的疲労感を指す

1袋（14g）にクエン酸を3,500mg配合。
ビタミン、ミネラル、アミノ酸も含まれた機能性表示食品です。
水に溶かして、手軽に補給できます！

レモン風味で飲みやすい！

クエン酸	ビタミン 7種	ミネラル 4種	アミノ酸 5種
3,500mg 1袋（14g）当たり	ビタミンB1・B2・B6・B12 ナイアシン パントテン酸 ビタミンC	ナトリウム マグネシウム カルシウム カリウム	BCAA （バリン、ロイシン、イソロイシン） アルギニン グルタミン

機能性表示食品

日本堂製薬

クエン酸ゴールドプラス

14g×12袋入

【届出表示】本品にはクエン酸が含まれます。クエン酸には日常生活や運動により生じる一過性の身体的疲労感を軽減する機能があることが報告されています。本品は、事業者の責任において特定の保健の目的が期待できる旨を表示するものとして、消費者庁長官に届出されたものです。ただし、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

活力の源アミノ酸

国産原料にこだわった贅沢な健康食品

国内産玄米100％の原料を用い、
かめ壺露天醸造法にて（全国で鹿児島県福山町のみ実施）
約1年半の間じっくりと熟成された黒酢を使用。
必須アミノ酸を含むアミノ酸がバランスよく含まれています。

こんな方に

- ☑ イキイキした毎日を送りたい
- ☑ 歳を重ねるごとに、自信が持てなくなった
- ☑ 食生活が不規則になりがち

黒酢・黒酢もろみ（鹿児島県福山町）

発酵黒にんにく（青森県産）

紀州産南高梅（和歌山県産）

かつおせんじ末（鹿児島県産）

4粒でアミノ酸543mg

新日配薬品

伝承黒酢

180粒

教えて薬剤師さん！

コスモス薬品
薬剤師

Q 夏バテ対策に有効な医薬品や機能性表示食品はどのように選べばよい？

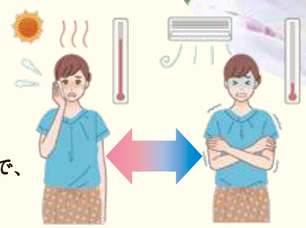
A 改善したい症状とその原因に合わせて選びましょう

胃腸バテには胃腸薬、疲労回復にはクエン酸やアミノ酸など、改善したい症状とその原因に合わせて選ぶとよいでしょう。素材や製法にこだわった物、水に溶かしてさっと摂れる物など利便性やおいしさを考えられた様々な商品があります。

※一部取扱いのない店舗がございます。

＼ 湿気と汗を徹底対策！ ／

夏かぜを防ぐ生活習慣を



夏は湿気や暑さ、冷房による冷えなどから、体調を崩しやすい季節です。夏かぜは症状が長引きやすいのが特徴なので、体調ケアを怠らずに暑い夏を乗り切りましょう。

夏かぜと冬場のかぜとでは何が違う？

冬はインフルエンザなどの低温乾燥を好むウイルスが繁殖しやすいのに対し、夏は高温多湿を好むウイルスが活発になります。症状としては、微熱程度の発熱と、のどの痛みや咳、下痢などが現れやすいのが夏かぜの特徴です。

日常生活を見直して夏かぜを予防

夏は、涼しい室内と暑い屋外を行き来することにより、自律神経の機能が乱れて体が疲れる「寒暖差疲労」を引き起こしやすい季節です。寒暖差疲労や夏バテも夏かぜの原因になるため、毎日の過ごし方を見直すことが対策につながります。

Column

湿度が高い時期は「湿邪（しっじゃ）」にご用心

高い湿度は私たちの体調にも大きく影響しますが、これを東洋医学では「湿邪（しっじゃ）」といいます。大気中の湿気や、冷たい物の飲み過ぎで体内に余分な水分がたまることが、様々な不調の原因に。さらに、免疫力が低下してかぜをひきやすくなるため、夏は温度だけでなく、湿度にも気を配りましょう。

夏こそ冷え対策

職場や電車内などでは、羽織る物を用意して冷房対策を。また、年齢を重ねると上半身が熱く感じていても下半身が冷えているという人も増えるので、ひざかけや靴下など下半身の冷え対策もポイントです。

汗を放置しない！

暑いからといって肌着を着ないのはNG。汗を吸い取って体が冷えるのを防いでくれます。最近では、汗を吸って素早く乾く機能性インナーも数多く販売されているので、それらを活用するのもおすすめです。

先手必勝の水分補給！

のどが渇いていても冷たい物を一気に飲むのではなく、常温以上の水やお茶をこまめに補給することがポイント。外出する際は水筒など「マイボトル」を持ち歩き、のどが乾く前に水分を摂るように心がけましょう。

タオルが“取り替えインナー”に？

汗で濡れたシャツが背中に張り付いて不快に……。そんな時は、外出時に背中にタオルや手ぬぐいを入れ、目的地に着いたら引っ張り出すといった方法がおすすめ。タオルが汗を吸って体を冷やさず、不快感も軽減されます。

中医学博士・
南京中医薬大学
東方美學研究院院長
楊（よう） さちこ先生

大阪府出身。香港在住約35年。日本と香港・中国のアジアンコスメブームに火をつけた第一人者。漢方美容アイテムの開発や健康講習会を展開する等、美に関するトータルプロデューサーとしても活躍。中医学に基づく健康美についての研究、活動をSNSなどで発信中。

早めの対処で夏かぜをしっかり治す！

かぜでのどが痛い時の漢方薬

●10種類の生薬配合でつらいのどの痛みを緩和。
●せきや口（のど）の渇き、頭痛にも効果を発揮します。

第2類医薬品

松浦薬業

銀翹解毒散エキス細粒

15包

●15才以上は1回1包、1日3回、食前または食間に水または白湯で服用してください。

熱感があるタイプのかぜに

のどのはれや痛みに効果を発揮

●うがいをしながら少しずつゆっくり服用するのが効果的。患部に直接作用して炎症を抑えます。
●体力に関わらず使用できます。

服用しやすい液剤タイプ

第2類医薬品

ジェーピーエス製薬

駆風解毒湯液

30mL×3本

●15才以上 1回1本、1日3回食前または食間にうがいをしながらゆっくり服用してください。
15才未満は服用しないこと。

〝負けないカラダ〟を意識する人に

季節の変わり目も元気に過ごすために！

●ミツバチの防御本能から生まれたプロポリスは、ミツバチが外敵から守るために巣房に塗った天然物質です。
●ブラジル産のエキストラグリーンプロポリス使用。
●少量の水やスポーツドリンクに混ぜ、のどにあてるように少しずつ飲むのがおすすめ。

伊藤忠商事

プロポリスエキス

30mL

教えて薬剤師さん！

コスモス薬品
薬剤師

Q 夏かぜをひかない秘訣はありますか？

A 免疫力のある体づくりに努めましょう

湿度が高くなると汗をうまくかけなくなり、血流も悪くなるため冷えた体になります。エアコンを上手に使って、体を冷やし過ぎないようにしましょう。食欲が衰える夏は、夏野菜や発酵食品、体を温める食材を選ぶことも大切です。体力がないと、さらにエネルギーを失い冷えた体になるため、十分な睡眠をとりましょう。

※一部取扱いのない店舗がございます。

＼ マイボトルで体も財布も喜ぶ! ／

健康茶で手軽に始めるヘルシーライフ

近頃、水筒などの“マイボトル”に好きな飲み物を入れて持ち歩く人が増えてきています。そこで提案したいのが、マイボトルの飲み物を「健康茶」にする新しい健康習慣!手軽にできる健康維持の取り組みとして始めてみてはいかがでしょうか。

健康茶ってなに?

健康茶は、その名の通り健康に役立つことが期待されているお茶のことです。薬ではないので、病気を治すものではありませんが、毎日飲み続けることで健康な状態が維持できると考えられています。

種類豊富な健康茶

健康茶といっても様々な種類があり、それぞれに含まれる成分が違うため、期待される働きも異なります。ここでは、代表的な健康茶について紹介します。

マイボトル、使ってますか?

街中や職場などで“マイボトル”を使っている人をよく目にするようになりました。先ごろ行われた「マイボトルに関する意識調査」※によると、約4割の人が外出の際に“マイボトルを持っていく”と回答しています。中身は緑茶などお茶類が多く、ティーバッグで作れる手軽さや経済的といった理由と共に、健康に対する意識が表れているのかもしれません。

※プラネット調査

桑の葉茶

桑の葉に含まれる成分には食後の血糖値上昇を穏やかにする効果が期待されています。カルシウムや鉄分、亜鉛などのミネラルも豊富で、不足しがちな栄養素を摂取できます。

ごぼう茶

ごぼうを細かく切って乾燥させ、焙煎して作られたお茶。水溶性食物繊維のイヌリンが含まれており、便通に働きかけて腸内環境を整える効果があるとされています。

杜仲茶（とちゅう）

杜仲の葉には、普段の食生活では摂ることのできない健康成分（ゲニポシド酸やアスペルロシドなど）が含まれており、メタボ予防や血圧を下げる効果が期待されています。

ハトムギ茶

タンパク質やビタミンB_1・B_2が豊富で美肌効果が期待されています。ハトムギの皮を除いた種子のことをヨクイニンといい、昔からイボや肌のトラブルに効く生薬としても有名。

ルイボスティー

体の酸化を引き起こす活性酸素は、「老化の原因」ともいわれますが、ルイボスティーにはそれらを除去する作用があるとされ、美肌や若さを保つ健康茶として注目されています。

高麗人参茶

高麗人参は、疲労回復や滋養強壮など様々な健康効果をもつとされています。韓国では、これを煎じた高麗人参茶を飲用する習慣があり、古くから親しまれています。

毎日続ける健康茶

大容量ならより経済的。
マイボトルに水とティーバッグを入れるだけなので、
忙しい朝も便利です!

素材を活かした香り高い有機ルイボスティー

●南アフリカ原産の有機栽培されたルイボスを100%使用。
●苦みや渋みのない爽やかな味わいが魅力です。

水出しOK
ノンカフェイン

小川生薬
有機ルイボスティー

ほんのりとした甘みと香ばしい味わい

●安心・安全面を考慮した国産かつ有機の原材料を100%使用。
●素材のよさを活かす独自の焙煎技術で香りの高い桑の葉茶に加工しています。

水出しOK
ノンカフェイン
8月4日発売

小川生薬
国産有機桑の葉茶

ごぼう100%で使用済みの茶殻も食べられる

●独自の焙煎製造と特許製法でごぼう本来の甘みが楽しめます。
●飲み終わった後の茶殻は料理にも使えます。

メディアでもお馴染み
南雲吉則先生監修

あじかん
国産焙煎ごぼう茶
20包

紅蔘（こうじん）エキスを業界最大量配合

●6年物の高麗人参を蒸して乾燥させた紅蔘エキス配合。

こんな方に

☑クーラー冷えが気になる
☑最近シャキッとしない
☑もっとつややかでありたい

高麗人参「紅蔘」とは?

紅蔘は高麗人参を収穫後、皮を残したまま蒸した後に乾燥処理をします。じっくりと手間暇をかけて作られており、皮を剥いで乾燥させた「白参」よりも高価です。

溶けやすい
顆粒タイプ

栄養機能食品
オンガネジャパン
高麗紅蔘茶
60包

コスモス薬品
薬剤師

Q 健康茶を選ぶ際のポイントはありますか?

A 次の5つのポイントをチェックしましょう!

1.原材料の効能が目的に合っているか。
2.カフェインを含有しているかノンカフェインか。
3.長く飲み続けるために、好みに合う味かどうか。
4.煮出し専用か、水出し可能か、溶かすだけか。
5.安心して飲むために、原材料の原産国はどこか。
健康茶で、この夏の暑さを元気に乗り切りましょう!

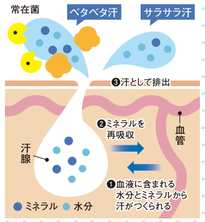
※一部取扱いのない店舗がございます。

気になるにおいを軽減
夏のデオドラント

汗をたくさんかく季節に気になるのが汗や足のにおい。発生の原因や対策のポイントを押さえて不快なにおいとサヨナラしましょう。

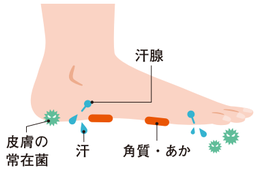
汗臭の原因はベタベタ汗

実は汗の99%は、においのない水分。汗は血液に含まれる水分やミネラルからつくられますが、ミネラルは体に必要なものなので、汗腺から再吸収されます。しかし、冷房の利いた部屋で過ごすことが多く、夏でも汗をかく習慣がないと再吸収する機能が低下してミネラルの多いベタベタ汗に。これを餌(えさ)として皮膚の常在菌が繁殖し、汗臭を発生させます。



足臭の原因は蒸れと分厚い角質

足裏には汗腺が豊富にあり、体幹の5倍以上の汗をかくため、蒸れやすい環境にあります。そして、足裏の角質由来のあかを餌に常在菌が繁殖し、汗や皮脂を分解してにおい成分をつくり出します。



汗臭対策3カ条

1 入浴で汗をかく

ぬるめのお湯にゆっくり浸かって汗をかくことで、毛穴から老廃物が出やすくなります。40℃前後のお湯に15〜30分が目安。発汗を促す入浴剤を入れるのも◎。

2 汗はこまめに拭き取る

においを発生させる常在菌の繁殖を抑えるには、汗は濡れタオルやシートでこまめに拭き、衣類に染み込ませないようにしましょう。

3 制汗剤は正しく活用

制汗剤は汗の量を抑え、常在菌の繁殖を緩やかにしてにおいを抑制します。しかし汗は体温調節に必要なものなので、気になる所へ部分的に使用するとよいでしょう。入浴後の使用が効果的です。

足のにおい対策3カ条

1 通気性のよい靴を履く

通気性のよい靴、夏でも靴下を履くことが大切。5本指靴下は指の間の通気性がよくなりにおいの低減につながります。

2 角質をためない

足裏や指間を洗い、常在菌の餌となる角質由来のあかをためないようにしましょう。入浴後の角質が軟らかくなるタイミングでケアを。

3 ストレスを緩和する

ストレスによって交感神経が活発になると、足裏に汗をかきやすくなります。入浴や睡眠、スポーツなどで心身を緩めましょう。

内科医・認定産業医
tenrai株式会社代表取締役医師
桐村 里紗先生（きりむら りさ）

治療よりも予防を重視し、「ホンマでっか!?TV」には腸内環境評論家として出演。各種メディアにてヘルスケア情報を発信。著書に『日本人はなぜ臭いと言われるのか〜体臭と口臭の科学』（光文社）などがある。

デオドラントアイテムでこまめなケアを!

制汗、防臭に! 医薬品メーカーが作った制汗剤

- さわやかな微香性のロールオンタイプの制汗剤。
- 塗布後すみやかに乾き、気になる汗や汗臭を抑えます。
- 簡単に塗布できるので、外出先でも手軽に使えて便利。

医薬部外品
佐藤製薬
テノール液
30mL

シートタイプで手軽に暑さ対策

乗せている間、肌温度－3℃が1時間続く※ 長時間肌を冷やし続けたい時に!

※27℃の室内で使用した場合

通勤中

お風呂上がりに

花王
ビオレ
冷タオル 無香性
5枚入

拭いた瞬間、肌温度－3℃※ 瞬間的に肌を冷やしたい時に!

※2往復拭いた場合

リフレッシュフローラルの香り

花王
ビオレ
冷シート
20枚入

スポーツの後

外出先

角質ケアを習慣に!

なでるだけでOK! なめらかなサロンクオリティの素足に

- 電動なので、なでるだけで角質を簡単スピーディに除去。
- つま先からかかとまで広範囲のケアが可能です。
- お風呂上がりのケアに、濡れた足のままお使いいただけます。

なでるだけで、硬い角質もパウダー状に！

ベルベットスムーズ
電動角質リムーバー

※一部取扱いのない店舗がございます。

蒸し暑さ+マスクによる
メイク崩れ対策!

暑さが続く日々、マスク内側にメイクがつくなど、
マスク着用時のメイク崩れが気になりませんか。
メイク崩れを防止するコツをマスターし、
キレイが続く肌を手に入れましょう。

コスモス薬品
ビューティーアドバイザー

夏のマスク着用が招くトラブル

メイク崩れ

原因は「摩擦」と「蒸れ」。
マスクと肌が擦れることで
メイクがヨレ、息で蒸れると
汗・皮脂が出やすくなり、
メイク崩れが起きます。

肌荒れ

マスク着用による摩擦と蒸れは、
肌荒れの原因にも。
雑菌も繁殖しやすく、
ニキビなどができやすい
環境になります。

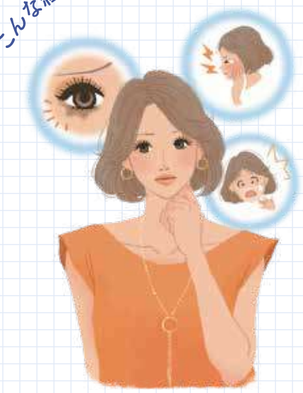
うっかり日やけ

マスクをしていても
紫外線を透過する物もあり、
マスク越しやけの
心配も。油断せず
紫外線対策を!

乾燥

せっかくスキンケアしても
成分がマスクに移り、肌の
水分が奪われてしまいます。
冷房の影響でさらに
乾燥が進みます。

こんな経験ありませんか?



メイク崩れを防ぐヒント

ベースメイクが大切

肌が乾燥するとメイクが崩れやすくなるため、まずは夏でもたっぷり保湿を。
ヨレを防ぐためにも汗・皮脂に強く、保湿効果の高いベースメイクアイテムを選ぶとよいでしょう。

メイクの仕上げの"ひと手間"を!

メイク後にスプレーすると、マスク、汗や皮脂によるメイク崩れ、乾燥を防ぐ「フィックスミスト」とも呼ばれるアイテムを上手に活用するのも一案です。

ライトメイクでもUVケアを

家や近所で生活することが多くなった昨今、ライトメイクで過ごす人も。うっかり日やけを防ぐためにも、ライトメイクとUVケア、スキンケア効果が期待できるハイブリッドなアイテムもあるのでチェックを!

マスクにつきにくい
ファンデしない日も絶品肌
ESPRIQUE
スキンケア気分の、色つき美容クリーム

これ1本で!

乳液 効果 / 日やけ止め 効果 / ライトメイク 効果

13時間 化粧もちデータ取得。
※コーセー調べ。効果には個人差があります。

SPF50+／PA++++

8/20 新発売

自然な
ベージュカラー

- ☑ 汗・皮脂に強い
- ☑ 毛穴つるんとカバー
- ☑ 外的刺激※から肌を守る
- ☑ 負担感のないやさしいつけ心地

※紫外線・乾燥・大気中の微粒子(ちり・ほこり)など

コーセー
エスプリーク
コンフォート メイククリーム
SPF50+/PA++++
35g

使用回数 140回

割引券発行 対象商品

point 乳液効果 なめらかな伸び広がりと、うるおいで肌を満たす。

ベビーモイスト成分
一般的な保湿成分よりも肌になじみやすい成分を厳選配合。うるおいで満たされた、もっちりした肌に導きます。

うるおいストック成分
天然由来の高い保湿力をもつ成分。水分を抱え込みながら肌を包み乾燥した肌も、うるおいに満ちた明るい肌に仕上げます。

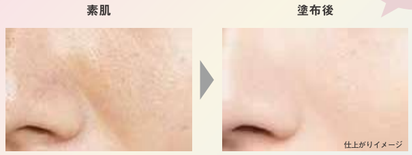
さらにはマスク内の水分を取り込むことで
化粧の膜を強固にする成分を配合しているため、
マスクをしている時の化粧崩れを防ぎます。

・ベビーモイスト成分(保湿)は
(加水分解コラーゲン・加水分解ヒアルロン酸・スクワラン)です。
・うるおいストック成分(保湿・保湿効果保持)は(シロキクラゲエキス)です。

毛穴カバー効果でなめらか仕上げ

毛穴レス

素肌 / 塗布後



毛穴の凹凸や黒ずみが目立つ
毛穴や色むらが気にならない均一な仕上がり

崩れにくく、マスクにもつきにくい

コーセー従来品 / メイククリーム

※画像はイメージです。
塗布後マスクをつけて5時間後の付着量を比較。マスク下でも崩れにくく、色うつりしにくい。

※一部取扱いのない店舗がございます。

MAQUILLAGE

スキンケア直後のような つやと透明感。

世界初
の成分アプローチ*1

マスクにつきにくいジェリーBB　日中用色つき美容液

ヌードタイプ

\大好評/

毛穴・色ムラを自然にカバー

SPF50+ PA+++　13時間 化粧もち*2

資生堂
マキアージュ ドラマティック ヌードジェリー BB
<日中用色つき美容液>全1色

ドラマティック ヌードジェリー BBのみ
*仕上がりには個人差があります

カバータイプ

NEW
8/19 発売

シミまでしっかりカバータイプ登場

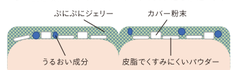
SPF50 PA+++

資生堂
マキアージュ ドラマティック カバージェリー BB
<日中用色つき美容液>全2色

ドラマティック カバージェリー BBのみ
*仕上がりには個人差があります

美肌ジェリーコート処方

ネット構造のジェリーが肌を包み込み、カバーしながら
つや肌を演出。ぴったりフィットでマスクにつきにくい!



*1 汗や水に強いカバー成分が肌に均一に密着し落れにくくなるためのキー成分(ジステアリルジモニウムクロリド、合成金雲母、(PEG-240／デシルテトラデセス-20／HDI)コポリマー、DPG・BG・グリセリンから選ばれる多価アルコール)の選択が世界初である。先行技術調査およびMintel社データベースを用いた資生堂調べ(2020年10月)
*2 化粧もち(テカり・皮脂くずれ・毛穴落ち・よれ・薄れ)データ取得済み(資生堂調べ、効果には個人差があります。)

ひと吹きで、つや感が出て、ファンデが密着

仕上げ用ミスト状化粧水

進化　感動の化粧もちミスト

仕上げのひと吹きで、肌につや感。
ファンデが密着して、長時間崩れない。

NEW
8/19 発売

進化
マスクにファンデがつきにくい

マスクにファンデがつきにくい
崩れ・テカりを防ぐ
眉・チークキープ

資生堂
マキアージュ
ドラマティックミスト EX
<仕上げ用ミスト状化粧水>

世界初※の うるおい成分を、肌へ。

どんな日も調子のいい肌、続く。

ONE BY KOSÉ

世界初 ヒアルロン酸×セラミド複合体*配合

8/20 新発売

コーセー
ONE BY KOSÉ ザ ウォーター メイト
160mL
レフィル 150mL

割引券発行 対象商品

一日中、水分補給できる
高保湿化粧水

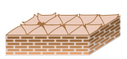
こんなお悩みは
キメの乱れ始めが原因かも!?

- ☑ マスク生活・睡眠不足・ストレスで、ときどき肌の調子が悪い
- ☑ 毛穴が目立つ、ざらざらする
- ☑ 肌が荒れて、ごわごわする
- ☑ 乾燥して、カサカサする

水分不足で、キメは乱れ始める!

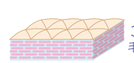
check! ヒアルロン酸×セラミド複合体が、キメの乱れ始めを整える!

キメが乱れた肌
<うるおい不足>

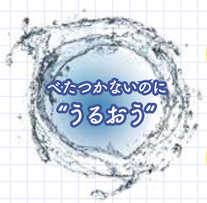


毛穴の目立ち・
肌荒れ・乾燥・くすみ
化粧のりも悪い

キメが整った肌
<うるおい持続>



つるんとなめらか
毛穴も目立たない



高保湿　浸透感
浸透は角層まで
水分量向上　うるおい持続

※ヒアルロン酸・セラミド複合体形成のキー成分（ヒアルロン酸Na・セラミドNG・ステアロイルメチルタウリンNa・イソステアリン酸PEG−8グリセリル・コレス−10）の選択が世界初である。
先行技術調査及びMintel社データベース内　2021年2月　コーセー調べ
*ヒアルロン酸Na・セラミドNG・ステアロイルメチルタウリンNa・イソステアリン酸PEG−8グリセリル・コレス−10（保湿）

※一部取扱いのない店舗がございます。

＼夏のうちに家中キレイに／

簡単 お掃除術

手早く家中キレイにしたい暑い日のお掃除。
便利アイテムを使ってササッと家中ピカピカにしましょう。

ドライシートvsウエットシート どちらを使う？

気になる汚れの種類によって使い分けるとよいでしょう。

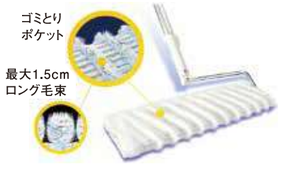
ドライシート …床のホコリや髪の毛、砂粒などに。
ウエットシート …皮脂汚れや食べこぼしなどのべたつきに。

基本のお掃除手順

1 ドライシートで全体のホコリを除去 ▶ 2 ウエットシートで皮脂汚れを除去

ドライシート

髪の毛・砂粒・パンくずまでからめ取って離さない！



ユニ・チャーム
ウェーブ
超毛束フロア用
ドライシート
40枚入

ウエットシート

史上最強の拭き取り力※ 除菌も消臭もできる！

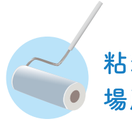
※クイックルワイパーウエットシート史上

99%ウイルス除去※

キッチン床 油汚れ
床についた 油のニオイ
ダイニング床 食べこぼし

※すべての菌・ウイルスを除去するわけではありません
※エンベロープタイプのウイルス1種で効果を検証
※ウイルス除去は液が多い状態で行ってください

花王
クイックルワイパー
立体吸着ウエットシート
ストロング
24枚入



粘着クリーナーは場所に合わせて使い分け

使う場所に合った商品を選べば、適した粘着力で効率的に掃除できます。
テープが切り取りやすい物を選べば、うまく剥がせないストレスからも解放されます。

フローリング・カーペット兼用

フローリングに貼りつかないのに細かいゴミもしっかり！

バツグンの切れやすさで、カットが簡単！

ON365
フローリング・カーペット兼用
粘着クリーナー
3巻入

カーペット専用

強粘着で ペットの抜け毛やダニも取れる！

めくり口も分かりやすく、スパッと切れる！

ニトムズ
コロコロ®
ハイグレードSC 強接着
3巻入

便利グッズを活用しラクしてキレイに！

毎日の汚れも菌も 家中これ1つでパッとキレイ

除菌・ウイルス除去もできる泡クリーナー。
拭き跡を残さず油ハネや食べこぼし、
鉛筆汚れなど様々な汚れに使えます。

2度拭き不要！速乾サラサラ

花王
クイックルホームリセット
300mL

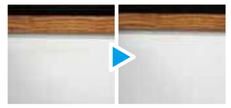
冷蔵庫や電子レンジなど 洗剤を使いたくない場所のお掃除に

水拭きでは取れないキッチンの油汚れを、
アルカリの力ですっきり落とせます。

界面活性剤不使用だから安心！

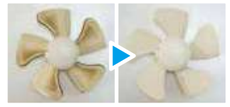
レック
セスキの【激落ちくん】®シート
キッチン用
20枚入

コンロまわりのギトギト油汚れ
しつこい油汚れもすっきり落ちる！



壁の手あか、たばこのヤニ汚れ
知らぬ間に黒ずんだ壁もすっきり！

雨の跡や砂埃で汚れたサッシ
中性だからアルミサッシにもOK！



換気扇の油汚れ
スプレーしてサッと拭き取るだけ！

家中の本格掃除に使える 中性のマルチクリーナー

中性なので使い分け不要。
手肌に優しいのに、頑固な汚れもすっきり！
※汚れ落ちの程度は汚れがついてから経過した時間や、汚れの種類によって異なります。

嫌なニオイもなく素手でも使える！

東邦
ウタマロクリーナー
400mL

手の届かない場所も ラクラクお掃除

高い所も低い隙間のホコリも、
舞い上げずからめ取って離しません。

お好みの長さと角度でカチっとロック！

ユニ・チャーム
ウェーブ
ハンディワイパー
取り替えシート
8+2枚入

ユニ・チャーム
ウェーブ
ハンディワイパー
超ロングタイプ
本体+2枚入

かんたん消臭！ 空間消臭用スプレー

10秒スプレーで12畳分の空間を消臭。
布製品の気になるニオイにも使えます。

即効性があるから便利！

P&G
ファブリーズ
マイクロミスト
クラシック・
ガーデンの香り
300mL

※一部取扱いのない店舗がございます。

＼ 体にも環境にも優しい ／

ナチュラルクリーニング

自然由来の天然素材を使う掃除術「ナチュラルクリーニング」。
体にも環境にも負担がかからず、子どもやペットがいる家庭でも安心です。
基本の4つの素材をそろえて、家中楽しくお掃除しましょう。

夏に行うと効率アップ！ナチュラルクリーニングって？

ナチュラルクリーニングでは、汚れと反対の性質の洗浄剤を使うことで“中和”させ、キレイにします。特に温度が高い夏場は頑固な油汚れも落ちやすく、家中しっかりお掃除できるベストシーズン。今のうちにやっておけば、大掃除がとてもラクになりますよ。

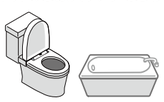
酸性

落とす汚れ
- □石けんカス
- □水あか
- □尿汚れ
- □魚のニオイ
- □たばこのニオイ
- □アンモニア臭

クエン酸

水あか、石けんカスなどアルカリ性の汚れを中和して落とす。汚れを落としながら除菌もできる。

- ●クッション・カーテンのニオイ
- ●トイレの床・壁、便器の黄ばみ
- ●浴室小物の水あか
- ●ポットの水あか、シンク・水まわり



クエン酸
300g

アルカリ性

落とす汚れ
- □油汚れ
- □タンパク質汚れ
- □食べこぼし
- □血液汚れ
- □生ごみのニオイ
- □皮脂汚れ

重曹

油汚れを中和してきれいに落とす。金属磨きにもおすすめ。消臭効果に優れている。

- ●鍋の焦げつき
- ●カーペット・靴・ごみ箱のニオイ
- ●茶渋
- ●タイルの目地汚れ

重曹
1.0kg

セスキ炭酸ソーダ

水に溶けやすく、手あか汚れ、油汚れを落とす。衣服の襟袖汚れも落とすので、洗濯にも大活躍。

- ●換気扇・ガスコンロの油汚れ
- ●お弁当箱のヌルつき
- ●シャツの襟袖汚れ、血液の汚れ
- ●スイッチ、ドアノブの汚れ

セスキ炭酸ソーダ
500g

過炭酸ナトリウム

漂白、除菌、消臭に優れている。また、洗濯槽の汚れを落とす。衣類の汚れにも効果的。

- ●ふきん・食器の漂白、除菌
- ●排水口、洗濯槽、風呂釜の汚れ
- ●布製品の黄ばみ、黒ずみ、シミ

過炭酸ナトリウム
500g

シーン別クリーナー応用術

スプレー液・つけおき液・ペーストの作り方：例

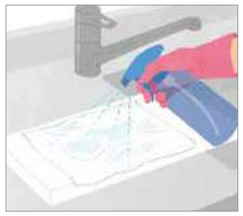
クエン酸	重曹	セスキ炭酸ソーダ	過炭酸ナトリウム
スプレー液：小さじ1 ＋ 水200cc	つけおき液：大さじ3 ＋ 水1ℓ	スプレー液：小さじ1 ＋ 水500cc	つけおき液：大さじ1 ＋ 水1ℓ
つけおき液：大さじ1 ＋ 水1ℓ	ペースト：大さじ2～3 ＋ 水大さじ1	つけおき液：小さじ1 ＋ 水1ℓ	

金属磨きやタイルの目地汚れに。

キッチン

まな板の除菌

クエン酸



1日の使い終わりに手間なく除菌

①洗ったまな板の上にキッチンペーパーを広げて乗せる。
②上からクエン酸スプレー液を吹きかける。
③15分ほど放置した後、水拭きをして乾かす。

排水口

クエン酸　重曹

排水口のぬめりには、月に1度の合わせ技

①重曹1カップ（約200g）を排水口の中とまわりに振りかける。
②クエン酸スプレー液をまわしかける。
③発生した泡が消えるまで放置し、水で洗い流す。

ガスコンロ

過炭酸ナトリウム

ひどい油汚れや焦げつきも、簡単つけおき

①シンクや洗い桶に60℃のお湯を張り、過炭酸ナトリウムつけおき液を作る。
②ガスコンロの五徳や換気扇などを入れる。
③30分つけおきし、ブラシでこすり洗いをした後、水で洗い流す。

フライパン

セスキ炭酸ソーダ

調理後にたっぷりついた油もすっきり

①表面の油をキッチンペーパーで拭き取る。
②フライパンにお湯を張り、セスキ炭酸ソーダつけおき液を作る。
③30分ほど放置し、スポンジで軽くこすりながらお湯で洗い流す。

リビング

壁紙、ガラス

セスキ炭酸ソーダ

お子様が汚しても、サッとキレイに

壁紙：セスキ炭酸ソーダスプレー液を含ませた布で拭く。

ガラス：直接セスキ炭酸ソーダスプレー液を吹きかけて、雑巾で丁寧に拭き上げる。

布製品の消臭

重曹

汗臭からペットの粗相まで、気になるニオイに

①表面の汚れを掃除する。
②重曹を振りかける。
・汗などの乾いたニオイには薄くまんべんなく。
・尿や嘔吐物のニオイにはこんもり覆うように。
③2～3時間放置して掃除機で重曹を吸い取る。

※一部取扱いのない店舗がございます。

しっとりでふんわり!
驚きの甘さも。
（食パン 彩香）

毎日食べても飽きない味

そのままでも焼いてもおいしい

そのまま食べても、ふんわり甘くしっとりおいしい。トーストすれば中はもっちり、外は耳までカリッと感が楽しめます。

彩香食パン 6枚／5枚

2021年
大ヒットスイーツ!

イタリア ローマの伝統菓子
マリトッツォ

マリトッツォは、イタリア・ローマの伝統菓子として親しまれているスイーツ。ブリオッシュ生地にたっぷりのクリームを挟んでおり、コロンとしたフォルムの可愛らしい見た目も特徴で、エスプレッソやカプチーノと共に楽しむのもおすすめ。

たまごを贅沢に使ったブリオッシュ生地のパンに、オレンジピール入りのなめらかホイップクリームがたっぷり!

山崎製パン
マリトッツォ

サクサクッ♡

（あんバター）

バター入りシュガーマーガリンがかかったサクサクのデニッシュ生地。しっとりさわやかに甘いつぶあんがクセになる!

山崎製パン
あんバター
デニッシュ

お子さまと一緒に
おうち時間をおいしく楽しく!

どんな具材をはさんでもおいしさを引き立てるバーガーバンズ。コロッケ、ハム、チーズ、卵焼きなど、お子さまも好きな具材を使って楽しいおうち時間を!

スライス済みで使いやすい!
（バーガーバンズ）

フジパン
ハンバーガーバンズ 4個

リョーユーパン
スライスバンズ 6個

（クアトロチーズ）

山崎製パン
クアチー

もっちり生地と相性抜群のシュレットチーズで表面をこんがり焼き上げました。パン内部には3種のチーズ『チーズフォンデュソース・とろーりとろけるチーズ・角切りチーズ』を贅沢に使用。4種（クアトロ）のチーズが楽しめるパンです。

※地域によって取扱商品が異なります。

※一部取扱いのない店舗がございます。

大人達のGIN（ジン）time

たまには『ジン』でちょっと大人時間を楽しみましょう。

ジンは元々オランダで誕生した薬用酒「イェネーフェル」です。それが、イギリスに渡りドライ・ジンとなりました。その後さらにアメリカへと伝わり、カクテルベースとしてカクテルの世界では「なくてはならないお酒」として注目され続けているのです。

世界No.1※ プレミアム・ジン。

世界中から厳選した
10種類のボタニカルを使用して
深く華やぐ香りと味わいを創出。
風味バランスとデリケートな
フィニッシュを楽しめます。

※2020年1～12月販売量・金額において（IWSR社調べ）

ALC. 47%

サッポロ
ボンベイ・サファイア 750ml

Bombay

Sui

日本の食卓に相性抜群。

柚子、緑茶、生姜の3つの和素材を使用。
日本人の味覚に合ったスッキリと
軽やかに楽しめる爽やかな味わい。

サントリー
ジン「翠」 700ml

ALC. 40%

Roku

ALC. 47%

ひと口に、六つの旬が咲く。

桜花、桜葉、煎茶、玉露、山椒、柚子。
日本の四季が生んだ、
六種の素材の旬が咲く。

サントリー
ROKU（ロク）ジン 700ml

広島スピリッツを世界へ。

レモン、柚子といった柑橘類
など、広島県産原料を使った
初の純国産クラフトジン。
柑橘の香りと伝統的なジンの
風味が融合したアロマが特徴。

ALC. 47%

サクラオブルワリー
アンドディスティラリー
桜尾
GIN ORIGINAL 700ml

※一部取扱いのない店舗がございます。

ウオッカ&ラムで大人テイストを楽しむ。

どんなカクテルもおいしさ引き立つ。

スピリッツで世界No.1※の
販売量を誇るプレミアムウォッカ。
無色透明のクリアなテイストが特徴。

※ IMPACT DATABANK 2019に基づく販売数量

キリン
スミノフウオッカ 750ml

ALC. 40%

VODKA

氷と炭酸水だけでバーで飲むモヒートに。

グラスに氷、炭酸水、本品を注ぐだけ。
カットレモンやミントの葉を添えると
より本格的に楽しめます。

サッポロ
バカルディ クラシックカクテルズ
モヒート 700ml

ALC. 18%

MOJITO

熟成とブレンドが奏でる傑作。－1年熟成－

「SINGLE YEAR」は口に含んだ瞬間に広がる南高梅の華やかな香りと、
重厚な中にも若さのあるキレの良い酸味が特長です。
食事との相性を追求した新世代の梅酒です。

紀州産南高梅 100%使用

酸味料・香料・着色料 無添加

ALC. 15%

チョーヤ梅酒
The CHOYA
シングルイヤー 720ml

UMESHU

SWEET

ALC. 8%

シアワセは、いくつもつくれる。

ほんのり甘い梅の風味と、ピンク
グレープフルーツの爽やかさ。
ロックでもソーダやヨーグルトで
割っても、おいしく楽しめます。

サッポロ
ウメカク
ピンクグレープフルーツ
500ml

ALC. 25%

レモン感あふれる香り口当たりの良い酸味。

シチリア産の手摘みレモン果汁を
使用。炭酸水を注ぐと爽快感
あふれる香りが立ち上ります。

サッポロ
濃いめのレモンサワーの素
1800ml

BASE

ALC. 7%

みかん果汁 80%

香料・酸味料 無添加

国産みかんまるごと！

国産みかんをまるごと原料に
使用することで、みかんの風味を
引き出したお酒です。

中埜酒造
國盛 みかんのお酒
720ml

ALC. 20%

しょっぱ旨い！

男梅サワーならではの「しょっぱい旨さ」と、
濃厚な味わいをお楽しみください。

サッポロ
男梅サワーの素
1800ml

※一部取扱いのない店舗がございます。