



お声ひろば



骨コツポイント
獲得計画



物流 細江

毎日のウォーキングで
ますますお元気に!

計229,000歩

1日目	2日目	3日目	4日目	計	
9,000歩	9,000歩	9,000歩	6,000歩	39,000歩	
6日目	7日目	8日目	9日目	10日目	計
9,000歩	9,000歩	6,000歩	6,000歩	9,000歩	36,000歩
11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	計
9,000歩	4,000歩	3,000歩	9,000歩	9,000歩	36,000歩
16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	計
9,000歩	9,000歩	0歩	9,000歩	9,000歩	34,000歩
21日目	22日目	23日目	24日目	25日目	計
6,000歩	10,000歩	6,000歩	3,000歩	9,000歩	42,000歩
26日目	27日目	28日目	29日目	30日目	計
9,000歩	9,000歩	9,000歩	6,000歩	6,000歩	52,000歩
※厚生労働省「健康日本21(第2次)」より 男性 女性					31日目
日常生活における歩数の目標: 20歳~64歳 9,000歩 8,500歩					3,000歩
65歳以上 7,000歩 6,000歩					229,000歩

計205,731歩

1日目	2日目	3日目	4日目	計	
6,801歩	(12,798)歩	7,245歩	5,720歩	32,564歩	
6日目	7日目	8日目	9日目	10日目	計
5,661歩	6,507歩	6,345歩	5,107歩	(7,897)歩	31,517歩
11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	計
5,098歩	4,951歩	6,645歩	6,451歩	5,963歩	29,088歩
16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	計
6,949歩	(7,658)歩	(8,247)歩	5,679歩	7,768歩	38,977歩
21日目	22日目	23日目	24日目	25日目	計
6,760歩	8,693歩	7,889歩	5,872歩	5,242歩	34,456歩
26日目	27日目	28日目	29日目	30日目	計
6,648歩	5,922歩	4,887歩	6,021歩	8,782歩	32,260歩
※厚生労働省「健康日本21(第2次)」より 男性 女性					31日目
日常生活における歩数の目標: 20歳~64歳 9,000歩 8,500歩					3,000歩
65歳以上 7,000歩 6,000歩					205,731歩

大反響!!

健脚記録が
届きました!

毎日続々
届きます!



3年前から主人と向以外は、
朝・昼・晩と毎日25分前後、
3000歩前後歩いています。
これから二人一緒に歩き続け
られたらいいと思っています。

目標を設定したおかげで、
毎日、遠回りしたり、散歩を
しました。おかげで新しい発見
があったり色々な花、樹の成長
変化を楽しんでいます。

計682,975歩

1日目	2日目	3日目	4日目	計	
28,571歩	29,476歩	32,676歩	22,855歩	113,578歩	
6日目	7日目	8日目	9日目	10日目	計
8,121歩	27,892歩	28,633歩	9,108歩	7,715歩	112,569歩
11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	計
24,076歩	25,110歩	6,276歩	28,775歩	28,216歩	81,902歩
16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	計
10,268歩	5,064歩	12,963歩	26,138歩	27,069歩	115,789歩
21日目	22日目	23日目	24日目	25日目	計
29,833歩	21,426歩	19,400歩	17,221歩	27,859歩	147,096歩
26日目	27日目	28日目	29日目	30日目	計
33,163歩	27,296歩	28,224歩	27,123歩	32,222歩	126,028歩
※厚生労働省「健康日本21(第2次)」より 男性 女性					31日目
日常生活における歩数の目標: 20歳~64歳 9,000歩 8,500歩					12,648歩
65歳以上 7,000歩 6,000歩					682,975歩

年令的に少し歩数を減らす
思いますが習慣化してこれ
これからは大中心にセーブして
結果です

計220,395歩

1日目	2日目	3日目	4日目	計	
8,614歩	4,609歩	8,589歩	7,825歩	39,637歩	
6日目	7日目	8日目	9日目	10日目	計
5,277歩	2,966歩	4,277歩	14,658歩	8,743歩	41,924歩
11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	計
11,634歩	4,907歩	7,688歩	5,986歩	4,123歩	34,338歩
16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	計
7,124歩	11,614歩	7,917歩	7,423歩	9,022歩	43,080歩
21日目	22日目	23日目	24日目	25日目	計
8,668歩	5,148歩	5,591歩	8,447歩	7,306歩	35,160歩
26日目	27日目	28日目	29日目	30日目	計
5,450歩	5,522歩	7,683歩	7,406歩	6,102歩	32,163歩
※厚生労働省「健康日本21(第2次)」より 男性 女性					31日目
日常生活における歩数の目標: 20歳~64歳 9,000歩 8,500歩					9,410歩
65歳以上 7,000歩 6,000歩					220,395歩

目標を持って歩いたのは初めて
でしたが、とにかく少しでも遠くまで
買い物に行ったり、雨の日以外は外
を歩き頑張りました。
目標を達成することができています。

大好評につき
継続実施
決定!!

たくさんのご応募ありがとうございます!
目標を立てることが、継続の秘訣ですね。
今後もコツコツ歩いていきましょう!



企画 河内

骨コツポイント獲得計画「ついで」

皆様の「歩く幸せ」を支えたい! という想いから、毎日歩数
を記録してお送り頂いたお客様に、歩数の合計に合わせて
ワダカルポイントをプレゼントさせて頂くキャンペーンを
行いました! 歩数記録が続々と届いています! これを機に
ぜひ歩く習慣を続けましょう。

『四季潤』とウォーキング 目標は高く、継続していきます

藤原 久勝様(京都府京都市/84歳)
ワダカル商品ご愛飲歴 11ヶ月



四季潤/しきうるおい

四季潤を愛飲しています。お陰様で
長年の腰痛も少しづつ楽になって
来ております。今後も継続して
飲み、歩数の目標を高め実行
したいと思っています。
ワダカル新向でアドバイスを
よろしくお預けします。

正しい姿勢でのウォーキングは腰痛にも
効果があります。四季潤と併せて健康
習慣をお続けください。 企画 西口



なにげない毎日の元気に感謝 あと20年!まだまだ元気でいます!

澁谷 徹様(兵庫県川西市/75歳)
ワダカル商品ご愛飲歴 4年1ヶ月



グルコサミン&コンドロイチン プラス カルシウム

⊕ BPカルシウム&マグネシウム コラーゲン
数年前から、なにげなく飲み出した
「グルコサミン……」ですが
後期高齢者になった今、関節の痛
みも全く、なにげなく毎日、元気に生活
できているのも、ワダカルさんのおかげかな
と思う今日今日です。
「骨とふしふし応援」で「BPカルシウム」
とセット割引の案内を見て、骨も
丈夫で、後20年と思、セットで申し込
ました。

毎日元気にお過ごし頂けてなによりです。『骨とふ
しふし応援セット』はお得に両方のサポート成分を
お摂り頂きますぜひお続けください。 企画 國光



45年前に友人にすすめられ 今度は私が義娘にすすめました

松尾 昌子様(神奈川県横浜市/86歳)
ワダカル商品ご愛飲歴 1年1ヶ月



BPカルシウム&マグネシウム コラーゲン

ワダカルシウムをはじめて のんだのは
今から45年前です。わたしは 高血圧で出産
したので 丈夫な子どもを うむのかわりに
よりの ねがいでした。その時 友人が「ワダカ
ルシウムの人、骨の丈夫な子を うみな
さい」といわれ 本当に丈夫な子が生ま
れたのです。 その子が父親になり
お嫁さんが 出産するとき こんどは 4人か
5人まで 出産し 孫は 本当に骨の丈夫な子
です。 ありがとうございます。

親子代々お飲み頂きありがとうございます。
これからもご家族皆様で積極的にお摂り
くださいませ。 コールセンター 大山



歩数チェックに挑戦 ボランティアやフィットネスも継続中!

後藤 久子様(愛知県名古屋市/85歳)
ワダカル商品ご愛飲歴 6年



BPカルシウム&マグネシウム コラーゲン

ワダカル 飲み始めて6年経ち
ました。その間 乳製品は 大体
普通の人の倍以上 摂り続けたいお
かげで 現在骨密度 年々相応100%
以上になり ウォーキングに 動き二度
歩数チェック表に 挑戦 頑張っております。
現在毎週 ボランティアとフィットネスにも
通い 転倒防止に 努めています。

素晴らしい骨密度の結果ですね! チェック表
もご利用頂きありがとうございます。これから
も毎日元気にお過ごしください。 企画 田中



お客様のお声大募集!

「飲み続けて良かった!」「趣味を楽しんでいます!」など、皆様の元気
自慢をお送りください! お便りをお送り頂いた皆様にもれなく
ワダカルポイント30ポイントプレゼント!! 掲載させて頂いた
方にはさらに100ポイントをプレゼント!!

お買上げ明細書から切りはなしてご利用ください。

※年齢とご愛飲歴はお便りを頂いた当時のものです。 ※兼業法の関係により、一部文章を変更させて頂いております。
※お客様のお声は一部代筆をさせて頂いております。 ※お便りは、お客様の感想です。すべての方に当てはまるわけではありません。



宛先はコチラ!

〒538-0043
大阪市鶴見区今津南2-7-36
ワダカルシウム製薬株式会社
通信販売部「お声募集係」