



お

声

ひ

ろ

ば



第15回

# 歩こう会レポート

2016年11月24日(木)に  
開催いたしました!

カルシウムセミナー編

お客様との交流イベント  
「歩こう会」は、楽しく  
歩くだけでなく、健康に  
役立つイベントも盛りだくさん。  
今回は、薬剤師の若井による「カルシウムセミナー」の様子をお届けいたします！

骨は常に代謝（生まれ変わり）を繰り返しており、古くなつた骨を壊すことを「骨吸収」、新しい骨を作ることを「骨形成」といいます。カルシウムが足りないと、「骨吸収」が「骨形成」よりも上回り、スカスカの状態になってしまいます。

## 骨粗しょう症の 原因は？



皆様とっても真剣に  
聞き入っていらっしゃいます



さらに、カルシウムは骨だけでなく、全体に必要不可欠な栄養分。体内で不足すると、血液中のカルシウム濃度を一定に保つため、骨からカルシウムが溶け出してしまうのです！

骨粗しう症の予防に力があることを積極的に摂るようにしてくださいね。

歩いて骨を  
元気にしよう！



代謝を促進する上で大切な成分です。

そして適度な運動は、骨に刺激を与えて強度を増してくれる効果が。ビタミンDは日光を浴びることで生成されるので、お天気の良い日に外でウォーキングをするのは、骨にとつても良いんです！

※出典：日本食品標準成分表 2015年版(七訂)



カルシウムの1日の摂取推奨量(650mg)を食事から摂取するには：

## 予防するには 「運動・日光・カルシウム」

## 発売以来愛飲しています! 『四季潤』で日常が快適

高木 美奈子様(大阪府泉南市/67歳)  
ワダカル商品ご愛飲歴 8年5ヶ月



### 四季潤/しきうるおい

四季潤が発売以来お陰さまで  
お世話になります。おはす。  
快適な日常生活を送っています  
健康な体を維持するには  
四季潤を続けていくと実感  
してあります。今後もよろしくお願ひします

発売当初からのご愛飲ありがとうございます。  
カルシウムも増量しパワーアップを続ける  
『四季潤』に今後ともご期待ください!



企画 西口

## 軟骨が減って 階段を降りるのも大変でした

熊谷 まり子様(北海道札幌市/65歳)  
ワダカル商品ご愛飲歴 3年9ヶ月



### グルコサミン&コンドロイチン プラス カルシウム

私の軟骨がへって違和感を覚え、  
階段を下りるのが大変でした。  
グルコサミンとの併用で  
階段を下りる時が出来づら  
いありました。  
今後、手の指にも違和感があり  
病院に行かないのでそれが異常か  
なーと心配でやつぱりグリコニン  
コンドロイチンを手放せなくなりました。

きっと熊谷様のお身体に合っているらしく  
でしょう。元気のお供に、ワダカルのグル  
コサミンをお役立てください。



コールセンター三村

## 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でご利用ください。



## 昔から馴染みのある ワダカルだから安心

越膳 桂子様(東京都足立区/61歳)  
ワダカル商品ご愛飲歴 1年9ヶ月



### BPカルシウム&マグネシウム コラーゲン

子供の頃から耳にしていた  
ワダカルシウムですが、  
安心感がありました  
年齢的にも骨の健康、か  
気になりますので、  
飲んでみるとこぼして

長年身近に感じて頂き、とてもうれしいです。  
「骨の健康は一日にしてならず」ですね!  
コツコツとお続けくださいね。



コールセンター太山

## 心身共に元気♪ 創作舞踊を楽しんでいます

福原 明子様(東京都東村山市/55歳)  
ワダカル商品ご愛飲歴 2年1ヶ月



### めぐりの十一源/じゅういちげん

私は、日本舞や洋装の  
創作舞踊をやってます。  
本当に疲れてる時でも  
めぐりの十一源で、  
心身共に元気に活動  
しています

血行と健康は密接な関係です。毎日の  
適度な運動とともに不足しがちな栄養素を  
補給し、めぐりアップ生活をお送りください。



企画 田中

## 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」

※年齢とご愛飲歴はお便りを頂いた当時のものです。※薬機法の関係により、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。