

謹賀新年

新年あけましておめでとうございます。

ナールスブランドが生まれて4年半が経ち、今年は5年目を迎えます。

ナールスピュア1つでスタートしたナールスブランドが、7アイテムが揃うまでに成長しました。

ここまでやってこられたのは、お客様お一方お一方のおがけです。あらためて、心より、厚く御礼申し上げます。

2017年の3つの抱負として、「クレンジングの新発売」「ナールスエイジングケアアカデミーの記事や動画の充実」「お客様からの満足度や信頼感、親近感を一層高める」を掲げました。1番目、2番目は実現できましたが、3番目の「お客様からの満足度や信頼感、親近感を一層高める」はいかがだったでしょうか？

私たちのおもてなしや対応など、何かお気づきの点がございましたら、励みや反省する機会になりますので、ぜひ、ご意見をいただければ幸いです。

さて、2018年ですが、

- ・ナールスエイジングケアアカデミーと皮膚科医のタイアップ
- ・より、お客様からの満足度や信頼感、親近感を一層高める
- ・使い心地の良いUVケア製品の開発を進め、2019年春をめどに新発売を目指す

を目標に進めたいと考えております。

本年も、何卒よろしくお願い申し上げます

また、お客様にとっても2018年がよいお年になることを祈念申し上げます。



今月のご愛用者さまの声

ご使用商品
ピュア・ネオ・ユニバ・フォーム・パッション・ロゼ

ネットで知って ピュアを初めて
購入したのが1年前。お試しセットや
ハーフサイズがないので ちよと勇気が
いりよしたが「持続するほど効果を
実感できる商品」として自信を持って
販売されているなら 使ってみよう
と思ったのです。

今ではライン使いで乾燥もかなり
改善されました。パワーアップした
ピュアの使用感も気に入っています。

イニシャル (R. I) 年齢 (53 歳) 男・♀

乾燥もかなり改善されました

ネットで知って、ピュアを初めて購入したのが1年前。お試しセットやハーフサイズがないのでちょっと勇気がいりましたが「持続するほど効果を実感できる商品」として自信を持って販売されているなら使ってみようと思ったのです。今ではライン使いで乾燥もかなり改善されました。パワーアップしたピュアの使用感も気に入っています。

53歳/R.I.さまより

※個人の感想であり、使用感、効果等には個人差があります。



内側からのエイジングケア！実践、美肌レシピ



疲労回復ビタミンとたんぱく質が豊富な豚肉と野菜の香りが楽しめる鍋

年末年始に食べ過ぎたと実感している方！1月は内側からデトックスを意識してみませんか？

1月7日の七草は、7種の野菜が入った七草粥を食べることで、邪気を払い、無病息災を祈る風習ですが、使われているのはデトックス効果が高い野菜です。

同じようにデトックス効果が期待できる春菊とクレソンをたっぷり使った「豚肉のデトックス鍋」は、疲労回復ビタミンとたんぱく質豊富な豚肉と野菜の香りが楽しめるヘルシー鍋です。

鍋料理は塩分過多になりがち。むくみを引き起こすので、お出汁には味付けはしていません。たっぷりの生姜で冷えた体をあたためてください。

～ 体があたたまる！豚肉のデトックス鍋 ～



<今月の食材>

★春菊

デトックス効果があるカリウムとクロロフィルが豊富に含まれています。独特の香りはα-ピネン。森の樹木系の香りと同じです。食用にしているのはアジアのみ。ヨーロッパでは観賞用の植物です。アクのもとになるシュウ酸はほうれん草の、1/20量なので生のままサラダに使用できます。加熱するほど舌味が増すので、しんなりしたところが食べごろです。

★クレソン

デトックス効果がある抗酸化成分が豊富に含まれている、ビタミン、ミネラル豊富な野菜です。鉄分と葉酸が効率良く摂れます。米国疾病予防管理センター（CDC）の栄養素の高い果物と野菜トップ41のリストでは、クレソンが第1位になっています。



材料（2人分）

豚ロース(しゃぶしゃぶ用)	300g
生姜(せん切り)	20g
春菊	2株(50g)
クレソン	1袋(30g)
みつば または パクチー	1袋
顆粒和風だし	小さじ2/3杯
お湯	2カップ
レモン汁、ごま油、こしょう、塩	適宜

(1人分)

エネルギー	239kcal
たんぱく質	35g
脂質	8.5g
炭水化物	2.9g
塩分	0.6g

作り方

- ① 春菊、クレソン、みつばは約5センチの長さに切ります。
- ② 鍋に顆粒和風だしと湯を入れて、顆粒和風だしを溶かします。生姜を入れて沸騰させます。
- ③ 豚肉、1の野菜を入れます。野菜がシャキッとしているうちに、豚肉を野菜で巻いて召し上がってください。

レモン汁、ごま油、こしょう、塩をお好みで加えて、味を調整してください。

コラム・レシピ考案・料理提供：T's FOOD LAB

