

輝き続けるためのエイジングケア

40's Beauty Bible

ビューティー バイブル

2013 spring

vol.3

Cover Woman
芳本 美代子さん

私たちに必要な
これから
瞳ケアについて

私たち
瞳のエイジングケア
はじめています

アクティブに、
イキイキと！

エイジレスな美をつくる
芳本美代子さんの
Beauty Life

ご自由に
お持ちください

輝きはここから! 芳本さんの 美習慣

芳本 美代子【プロフィール】

1969年生まれ、山口県出身。1985年「白いバスクット・シューズ」で歌手デビュー。同年の音楽祭新人賞を受賞、一躍人気アイドルに。以降、ドラマや舞台、バラエティと多彩に活躍。11歳の娘を持つ一児の母でもある。今春には、デビュー29年目の初主演映画「MAYAKASI」の公開を控えている。忍びの家系に生まれた女性役を演じ、アクションにも初挑戦している。

エイジング術①

玄米食で健康づくり

仕事柄外食も多いし、食べる時間も不規則になりがち。その分家にいるときは、なるべく玄米を食べるようになっています。食物繊維が豊富で、栄養価も高い。玄米食にしてから、何だか身体も軽くなったような気がします。



エイジング術②

ダイエットの秘訣は、後悔しないこと!

ダイエットで何より大切なのは、ストイックになりすぎないこと。よくするよりも、美味しいものを食べて笑ってみたい。食べてしまったことを後悔するのではなく、明日頑張ろうって思う。そうすれば、また違う一步が踏み出せるはず!

今日からはじめられる!
エイジレスな
エイジレスな
芳本さんが実践する
エイジング術!

エイジング術④

理想のスタイルを目指して……

身体を動かして汗をかくのが好き。最近はただ漠然と運動するのではなく、身体の仕組みを考えて動くようにしています。今の目標は、ほど良く筋肉が付いた、グラマラスな女性(笑)。理想のスタイルを目指して、楽しみながら日々磨きをかけています。



エイジング術③

睡眠はきちんと確保!

寝不足の頭で考えても何も始まらないし、肌にも悪い。どんなに忙しくても、睡眠はきちんと取るようにしています。そのためには、人に任せたり、明日やろう!って投げ出す勇気も必要。何事もプラス志向で、イキイキと毎日を過ごしたいですね。

エイジング術⑤

アイケアで若さをキープ!

目って若さの象徴であり、女優にとって目力はとても重要なものです。目が疲れると、眉間にシワが寄ったり、表情が険しくなってしまいがちですね。長く付き合っていくためにも、目薬をマメにして、日頃からケアを心がけています。



瞳のエイジングケアについて質問!

私たちに必要な これからの中年症候群について



芳本さん

昨年の夏頃から、急にケータイの文字が見えにくくなっています。
遠くははっきり見えるのに、手元の小さな文字だけがぼやけて見えるんです。
同世代の友人からも、最近よく同じ悩みを聞くようになりました。

眼科医からのアドバイス。

近くのものがぼやけて見にくいのは、加齢により、目の水晶体の弾力性が低下して最適なピント調節ができなくなるためです。個人差はありますが、40歳前後で誰にでも自然におきる体の変化です。まだ大丈夫とガマンしていると、イライラの原因になったり、肩こりなど体の不調に繋がることもあるので、早めに対処することが大切です！

芳本さん

どんな対処方法がありますか？

眼科医からのアドバイス。

対処方法としては、手元の焦点だけを合わせるメガネや遠近両用メガネの他に、遠近両用コンタクトレンズという選択肢もあります。

芳本さん

メガネってメイクがはげるし、荷物も増えるし、何よりメガネをかけることに抵抗があります。できればメガネをかけるのは避けたいんです……。

眼科医からのアドバイス。

そんな方には、遠近両用コンタクトレンズがオススメ。メガネのように付けたり外したりするわずらわしさがなく、外見も変わりません。最近は、手元から遠くまで自然にはっきり見えるコンタクトレンズもあります。まずは眼科医に相談してみましょう。

芳本さん

どうして、1枚のコンタクトレンズで近くも遠くも見えるんですか？

眼科医からのアドバイス。

遠近両用コンタクトレンズには1枚のレンズの中に近くと遠くを見る部分があります。これを自然に両目で上手に使い分けることにより、近くも遠くもよく見えます。

* 監修：東京医科歯科大学 名誉教授 所敬

Free Trial Coupon

フリートライアルクーポン

このクーポンを店舗でご提示いただくか、店舗スタッフへご相談ください。



エア オプティクス®
アクア 遠近両用

2週間交換鏡日焼け用ソフトコンタクトレンズ
(1箱6枚入り)

フリートライアル店舗検索は下記アドレスから
wwwairoptix.jp/freetrial/



●眼科医による検査後、「エア オプティクス® アクア 遠近両用」を無料でお試しいただけます。●お試し期間については、受診される医療機関及び眼科医にお尋ねください。●眼科検査費用は別途必要です。健康保険適用をご持参ください。●診察料、診察時間は事前にご確認ください。●検査の結果によりお試し出来ない場合があります。●レンズのお取り扱いについては、眼科医の指示に従ってください。●フリートライアルは、初めてお試しになる方のみを対象とさせていただきます。●フリートライアルで紹介されていない店舗もございます。チバビジョンダイヤルへお問い合わせください。

*一部対応していない施設がございます。あらかじめご了承ください。

User's Voice

エア オプティクス® アクア 遠近両用で 私たち瞳のエイジングケアはじめています



Voice 1

荒川 理映 41歳【ワインバー経営】

灯りを控えた雰囲気の中でワインラベルを読むときや、素材を吟味してお料理を作るときも、手元の見えにくさと鬱々していましたが、このコンタクトを使うことで、仕事のモチベーションがあがりました。お化粧も、鏡に近づいてもくっきり見えるので美しく仕上がります(笑)

梶原 秀剛 40歳【家具デザイナー】

精密さを要とする図面引きや家具の部品取り付けも、修正なしに出来る様になり仕事の効率が良くなりました。名刺交換時に文字が読み辛く、つい手元より離して見る仕草に中年を感じ抵抗がありましたが、普通に見えるので少し若返った気分です。



Voice 2



Voice 3

布施 紀美子 46歳【歯科医師/主婦】

手元の細かい部分がはっきりと見えるので、ラベルの使用材料の識別や、ミリ単位の作業でも、効率良く仕事ができます。子供とポータブルゲームをやるときも、小さな数字や文字が読み易くなり、子供と一緒におおいに楽しんでいます。

*ユーザー個人の感想を紹介しており、全ての方に対し製品の適合性を保証するものではありません。実際の使用に関しては、必ず眼科医による検査と処方を受け、正しく使用してください。

ライフスタイルで選べる2種類 チバビジョンのエイジングケアレンズ

毎日長時間装用する方に次世代素材の2週間交換タイプ

エア オプティクス® アクア 遠近両用

2週間交換純日装用ソフトコンタクトレンズ (1箱6枚入り)

- 独自の新開発レンズデザインで、手元から遠くまで自然でクリア
- 酸素をよく通す次世代素材で、目の健康をしっかりサポート
- アクアモイスチャーシステムで、つけた瞬間からずっと快適がつづく^①



必要な時に使いたいあなたには
世界初の1日使い捨てタイプ

デイリーズ® プログレッシブ

1日使い捨てソフトコンタクトレンズ
(1箱30枚入り)



詳しくは…

wwwairoptix.jp/mf/



^①装用感には個人差があります。 ^②一部対応していない機種がございます。あらかじめご了承ください。

フリートライアル
実施中!

フリートライアル店舗検索サイト

wwwairoptix.jp/freetrial/



瞳のエイジングケアに関する情報は ▶▶ 40s-eyes.com/

製品についてのお問い合わせはチバビジョンダイヤルへ (24時間365日対応)

ミワクノヒトミ

0120-389103

※通話内容はサービス向上のために
自動的に録音させていただいております。

- コンタクトレンズは高度管理医療機器です。眼科医の検査・処方を受けてからお求めになられることをお勧めします。
- コンタクトレンズをご使用の前に、必ず添付文書をよく読んで、使用方法を守ってください。

販売名：エア オプティクス 学認番号：2200CBZX00109000 販売名：遠近両用デイリーズ 学認番号：219008ZX00729000
チバビジョン株式会社 東京都渋谷区赤坂 2-17-7 赤坂丽池タワー