

PART-2

サプリメントから食品まで

内側から効かせる!

美白計画から夏バテ対策、がん予防まで!
 タフな体を維持するには毎日どんな摂取が前提。
 ライフスタイルに合ったお気に入りを見つけて。

主婦
 箱島映亜さん
 (36歳)

「顆粒でも水なしでOK。肌のキメの細かさをほめられることが多いのは、これのおかげかな」

シナール EX 顆粒 60包

口の中でさっと溶けて
 飲みやすいナンバーワン!

④美白やシミ治療に処方されるシナールにビタミンB₆誘導体やビタミンEも配合。4包でビタミンC2000mg。¥2,860(編集部調べ)/シオノギヘルスケア

シナール EX チュアブル錠 300錠

寝っばくておいしいから
 習慣にしやすい!

⑤水なしでとれるタブレットだから、ながら摂取もできてお手軽。12錠でビタミンC2000mg。¥1,770(編集部調べ)/シオノギヘルスケア

エステに
 通えなくてもコレが
 あれば OK

SUPPLEMENT

ブロンソン ビタミンC ピュアクリスタル

毎日ずっと摂るからこそ
 100%純粋。にこだわる!

⑥ビタミンC薬理研究の第一人者にしてノーベル賞化学者ライナス・ポーリング博士が生涯愛用。454g ¥4,800/ブロンソン・ジャパン

生田 哲先生の
 オススメが
 コレ!



ブロンソン ビタミンC タブレット

ビタミンCの効果が
 体の中で長持ちする

⑦体内でゆっくり溶けて最大限の効果を持続させるタブレットタイプ。2錠でビタミンC1000mg。250錠 ¥2,250/ブロンソン・ジャパン

携帯に便利な
 ケースつき

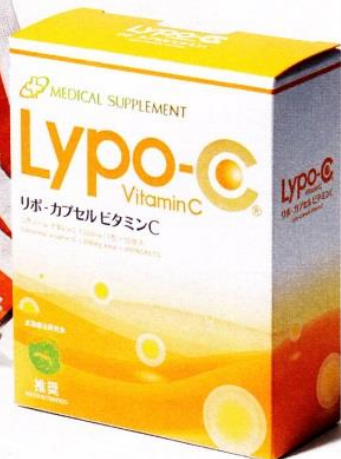
モデル
 渡辺知夏子さん

「ビタミンCはコッ
 コッ摂る派です。
 数年愛飲していま
 すが、唇や爪など
 ケアを見落としが
 ちなパーツのカサ
 つきがなくなまし
 した」

玄米酵素
 ハイ・ゲンキC

ナチュラルにこだわって
 丈夫な体を目指す!

⑧玄米の栄養に着目し、食改善を提唱する創業45年の「玄米酵素」。アセロラ&レモンの天然ビタミンCが主成分。60包 ¥2,592/玄米酵素



美容家
 石井美保さん

「毎日飲んでいるお
 かげで肌はずっと
 好調子。決してお
 いしくないないので
 飲み物と一緒に」

美容家・トータル
 ビューティアドバイザー
 水井真理子さん

「3カ月以上経ちま
 すが肌のくすみ
 がなくなって、は
 っきり白くなったの
 がわかります」

リポ・カプセル ビタミンC

モデルと美容家の間でかぶりまくり
 味より効き目。に人気集中

ビタミンCをナノカプセルに閉じ込めて(リポソーム化)酸化させずに即吸収。1包でビタミンC1,000mg。30包 ¥7,200/スピーク

モデル
 美香さん

「最近撮影中もこの話題で持ちきり。風邪のひきはじめに飲むと悪化しにくいし、疲れにくくなった気がする」

ドラッグストアで手軽に
 買えるスゴ腕ウルトラC!!

多くのビタミンCピグナーたちの人気はドラッグストアでおなじみのアイテム。リーズナブル、かつどこでも手に入るという点でも◎!

DHC
 ビタミンC
 ハードカプセル

知名度も手軽さも
 ナンバーワン!

⑨1粒にレモン約33個分のビタミンC。相乗効果で美肌作用を発揮するビタミンB₆も配合。1日2粒目安(30日分) ¥250/DHC



IT事務
 渡邊成佳さん(29歳)

「飲み始めてから吹き出物が出なくなりました。続けるなら、旅行先でもどこでも買えるって大事です!」

家や会社にも
 置きビタミンC
 できちゃう

RUG STORE

ファンケル
 ビタミンC&ビタミンP

1粒のビタミンC量は
 レモンの約53個分!

ビタミンCの吸収性と持続性を助けるビタミンPも配合。体のサビを止めて美容をトータルにサポート。90粒 ¥900/ファンケル

ライター N本

コンビニで買える手軽さと価格を兼ねて購入。これと1日1粒のビタミンCが摂れるとは!!