

クリティアライフの ススめ

～天然水のかしこい活用術～

クリティアのこんな活用術、ご存知ですか？
ひと工夫プラスして、毎日の暮らしをもっと楽しく、よりいきいきと。



1 簡単! 天然水レシピ

料理の基本はおいしい「水」にあります。天然水を使った簡単レシピで毎日の暮らしをおいしく応援。今回は、クリティアとはちみつ青汁を使った新じゃがのポタージュをご紹介します。



2 今日から使える水知識

知っているようで知らない水の話をも、水博士藤田紘一郎先生にお伺いしました。知って納得することで、キレイに、元気になる法則が見えてきます。今回は、潤い美人をめざして!



3 クリティアの逸話

クリティアは自然に守られた水。その水がおいしいには秘密があります。クリティアがプレミアムな理由と、富士山麓の名水にまつわる逸話をご紹介します。

簡単! 天然水レシピ



クリティアと
アイディアレシピで
手軽に栄養を補給!

クリティア+はちみつ青汁で

新じゃがの ポタージュ

材料 (4人分)

白ネギ1本、新じゃが3個、クリティア(水)300ml、顆粒コンソメ3g、豆乳200ml、クリティアはちみつ青汁7g、オリーブオイル・塩・こしょう・クレソン適宜



1 白ネギを小口切りにする。ジャガイモは皮をむき、厚さ1cm程度のイチウ切りにする。



2 オリーブオイルで白ネギとジャガイモを炒める。クリティア、コンソメを加えて中火にかけ、煮立ったら弱火にし、ジャガイモがやわらかくなるまで15分ほど煮る。



3 お玉の底などでジャガイモをつぶし、豆乳を加える。煮立てないようにあたため、青汁を入れて溶かし、塩コショウで味を整える。器にそそぎ、クレソンを飾る。

※「クリティアはちみつ青汁」の詳細は裏面でご紹介します。



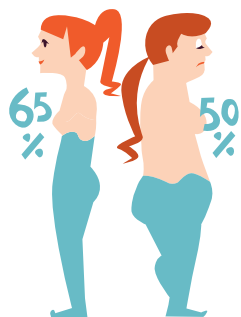
潤い美人をめざして!

水の補給は、潤い美人をつくる 基本中の基本

“潤い”は、美人に欠かせない条件のひとつ。この潤いのもととなるのが、体の中にある「水」。体内の水は血液やリンパ液として体中を巡りながら、栄養物や酸素を体のすみずみまで運びます。栄養素は分解・合成されますが、この代謝の過程では常に老廃物が生まれ、汗・尿・便となって体の外へ排出されます。潤いを与えて、いらぬものを捨てて-----それが、体の中を巡る水。美しいモデルさんたちがお気に入りの水を持ち歩いて飲んでいますが、それは水が潤いのある美人をつくることを経験的に知っているからでしょう。



潤い美人は、筋肉質な体から



同じ女性でも体型によって水分量が変わります。あるデータによれば、肥満体の女性は体内の水分量が50%程度だったのに対し、痩せ型で筋肉質の女性は65%も水分量があったとか。それは、筋肉より脂肪のほうが細胞に取り込まれている水分が少ないからです。筋肉はその75%~80%が水分ですが、脂肪はわずか10~30%。潤い美人をめざすなら、水分補給しながら筋肉をつくる運動を心がけましょう。水には、糖や脂肪の燃焼もスムーズにする作用があるので、しっかり補給すれば、スリムアップにもつながります。

キレイの補給は、一日1.5ℓ~2ℓ

人間の体は、一日に2.5ℓもの水を排出しています。水分摂取は、その排出される分と同量から少し多めが基本です。普通の生活なら、食事から約1ℓ。そして体内でたんぱく質・炭水化物・脂肪を燃焼させることにより、約0.5ℓの水分が生まれます。これも摂取分と考え、さらに補給が必要な水分は1ℓということになります。細胞を潤して美容やダイエットにつなげるためには、一日1.5ℓ~2ℓの水を飲むよう心がけましょう。たくさん汗をかいたと思ったら、2ℓ~2.5ℓに増やしてください。

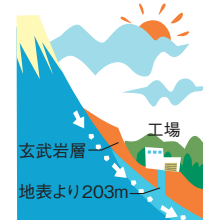


60歳の天然水、だからプレミアム!

クリティアの原水は、2011年11月、(株)地球科学研究所にて調査の結果、少なくとも60年以上の歳月を経て地下に浸透した天然水であることがわかりました。ということは、クリティアの水年齢は60歳ということに。湧水のもととはすべて雨水です。降った雨や雪が、どこで地中に浸透し、どこで湧き出ているかということが水年齢に大きく関係しています。

富士山に降った雨や雪が玄武岩層に浸透し地下水となり、幾重にもなる透水層を通過して生まれたクリティアの水に

は、玄武岩に含まれるバナジウムがたっぷり溶け込んでいます。美容にも健康にも必要なミネラル成分は富士山からの贈り物。地上を流れる水系からフィルターを通してつくられた一般的なミネラルウォーターとは異なり、クリティアは長い年月でじっくり磨き上げたプレミアムなナチュラルミネラルウォーターなのです。



不老長寿の水!? 富士山麓に伝わる「徐福伝説」

“クリティア”は、富士山の開発限界標高1,000mにほど近い地点にて地下203mから採水しています。採水地より高い標高では開発がほとんどされていないため、とてもきれいなナチュラルミネラルウォーターが湧き出しています。



富士吉田市にある徐福碑

“クリティア”の採水地の山梨県富士吉田市は、「徐福伝説」が語り継がれる場所としても有

名です。今から2,000年以上も前のことですが、中国の秦の時代、始皇帝の命を受けて、徐福という人物が日本中を不老長寿の薬を求め歩いたという伝説が各地に残っています。いろいろと諸説ある中、徐福が旅の最後にたどり着いたのが現在の富士吉田市で、その湧き水を手にしたと伝えられています。

富士吉田にて採水される“クリティア”の天然水はまさに、徐福伝説とともに語り継がれてきた「不老長寿の水」といえるのかもしれませんが。

水の女神「クリティア」

ギリシャ神話に登場する、「水の女神」クリティア (Κλυτία)。その昔、太陽神アポロンに恋焦がれるあまり、太陽に向かって咲く一輪の花になったといい伝えられています。ナチュラルミネラルウォーター“クリティア”は、水と豊穣をつかさどる精霊である彼女にあやかって名づけられました。





内側からもスキンケア。肌の悩み 解消を助ける“いい水”との出会い

クリティア愛飲の美容のプロ、トータルビューティアドバイザーの
鶴貝さんと後藤さんにお話をお伺いしました。

——クリティアを選ばれた理由は？

鶴貝さん：キレイな素肌を手に入れるためには、お水を飲むのが一番と、10年前にエステの先生にすすめられました。当初はカルシウムとマグネシウムのバランスのいいものという、外国製品が多く、硬質系を飲んでいましたが、それが合わなくて胃腸の調子が悪くなってしまいました。それからいろいろ試して出合ったのがクリティアです。まず、最初に飲んで、「おいしい」って。水にも味があるんだっていうことを知りました。やっぱり、日本人の体質に合う水があるんですね。

後藤さん：そうなんです。クリティアの水って、とにかくおいしいんですよ。水が苦手な私でも、これなら飲める！お客様にもお出しできる！って思いました。お子さん連れにも、安心してご提供できますし、コーヒーやお茶に使っても「味が違う！おいしい！」と喜ばれますね。クリティア＝いい水が、お客様のサービスにもつながっていると思います。

——美容面、健康面で変化したことは？

鶴貝さん：俄然、体質が変わりましたね。私もそうですが、ニキビや吹き出物などのトラブルの多い人には特におすすめです。乾燥によって起こる脂性肌も改善、皮膚に透明感が感じられるようになりました。



ビューティスタジオ ボルテ経営 後藤幸子さん
●開業歴25年。美容をトータルでアドバイスする上でクリティアは欠かせません／群馬県前橋市中内町156-59 ☎027-280-8595

した。サロンではマッサージをする前と後に飲んでいただきます。スチーマーにも使うと、いい蒸気になるんです。お客様にも大変満足していただいています。
後藤さん：私はスナック菓子やミルクと砂糖の入ったコーヒーが大好きなんです。クリティアを飲むようになったら、目覚めが全然違うんです。朝はどんより体が重かったのが、すっと起きられるようになって体が軽いです。少ない睡眠時間でもがんばれるようになりました。もちろん、肌の調子もよく、毎日が快調です。

——クリティアの効果的な飲み方は？

後藤さん：白湯にダイエット効果があるというので、朝起きたらクリティアを白湯にして飲みます。手間なしで冷温水が利用できる便利さが長続きの秘訣ですね。飲んだ後は、軽いストレッチをします。血流をよくするといいですって。同じ食生活でも少しスリムになりました。

鶴貝さん：朝起きたら1杯、1日2ℓを意識して飲んでいきます。利尿作用の多いコーヒーとお酒が好きなので、それと同量のクリティアを飲みます。お酒を一杯飲んだら、クリティア一杯。これに徹したら、肌もよくなり、太らなくなりました。好きなものはやめられないですものね(笑)。



ビューティスタジオ ラヴィエール経営 鶴貝仁美さん ●開業歴23年。美しい素肌のもとをクリティアが引き出してくれました。お客様も大満足／群馬県館林市成島町617-5 ☎0276-72-7312



ウォーターダイレクトの取り組み



お客様に安心・安全とより上質な「水のある暮らし」をお届けするためにウォーターダイレクトが行っている様々な取り組みをご紹介します。

4月1日から応募告知スタート！
乞うご期待！

ウォーターサーバーを デコって楽しもう！

ご存知ですか？ クリティアのレンタル中のウォーターサーバーは、ご家庭で自由にカスタマイズいただけます。シールやラインストーンで模様を作ったり、あなたのデザインした「デコサーバー」の写真を送ってください。応募者全員がもらえる参加賞の他、優秀作品には豪華商品をプレゼント！

応募方法やプレゼントの詳細はこちら！
<http://www.clytia.jp/facebook.html>

応募締切 2012年5月31日



ハローキティとコラボ決定！

クリティアがあの人気キャラクターとコラボ！ レンタル中のウォーターサーバーに取り付けるだけでデコレーションできる「カスタマイズキット」を発売します。クリティアユーザー限定オリジナルグッズのプレゼントなどの企画もご用意。詳しくはホームページをチェックしてください。

世界で、日本で、認められているクリティア

クリティアは、味覚、衛生、原材料などの点から、世界の優れた食品・飲料のみに授与される権威ある賞「モンドセレクション金賞」と、審査員がヨーロッパの一流シェフやソムリエで構成され、世界の優れた食品や飲料に授与される「iTQi (International Taste & Quality Institute) 優秀味覚賞2つ星」を受賞いたしました。

2011年11月には、旧「厚生省おいしい水の要件」にはば合致する名水として鑑定書を獲得。世界で、日本で、高い評価を受けています。



新キャンペーンの お知らせ

ボトルシールを集めて応募！
総額1,000万円のプレゼントが当たります！
詳しくはホームページで。

クリティアで元気の法則

クリティアと飲むために
つくった健康食品です。



いつ見ても
元気だなあ

あんな夫婦に
になりたいね

いつまでも元気のヒミツは？



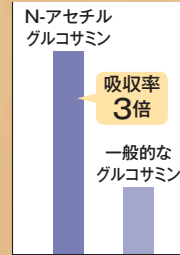
ヨガにも
行ってるよ!

一駅くらい
歩くらしい

お母さんの若々しさのヒミツは？



『元気ね!っていわれる
ヒミツは、毎日のグル



「座る、立つ、歩く」軽やかな毎日をサポート!
お湯でも冷水でも美味しい
毎日つい飲みたくなる黒糖生姜味

長続きの秘訣は、やっぱり味。毎日摂取したいグルコサミンだから、配合成分だけでなく、おいしさにもこだわりました。心もホッとさせてくれる黒糖生姜味が、穏やかなティータイムを提供してくれます。新しいおいしさでスムーズな毎日を送りましょう。

元気のヒミツ 毎日をサポートする4大成分

少量でしっかりとどく
吸収率3倍の軟骨成分
**N-アセチル
グルコサミン**

コエンザイムQ10
ダイエットや元気をバックアップ!

生姜エキス
体を温め、ふしぶしをホッとさせます。

ビタミンB1・B2・B6
3つのビタミンB群がなめらかをサポート!

※一般的なグルコサミンは、一度、体内でN-アセチルグルコサミンに変換されてから体に取り込まれます。



『若々しい!っていわれ
私のヒミツは、毎日の

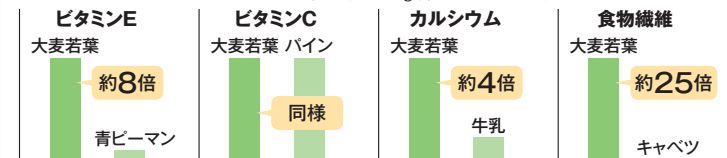
1日約7g
カレースプーン
1杯が目安

毎日、スプーン1杯の若々しさを補給
大人も子どもも続けられるおいしさ

まるで抹茶のような風味で、青汁とは思えないまろやかさ。さらに、はちみつ味の飲みやすさを加えることで、お子様から大人まで喜ばれる味です。なかなか摂りきれっていないのが野菜の栄養素。おいしさ、続けやすさを重視する方におすすめです。クリティアに溶かして飲む朝の1杯を習慣にしてみませんか？

若々しさのヒミツ 色・味・香りに定評のある大分産
有機栽培大麦若葉を使用!

大麦若葉に含まれるハツラツパワー (大麦若葉100g中) 国産はちみつを使用



私たちの コサミンです』

クリティアプラス 黒糖生姜グルコサミン

新発売

3,980円 (都度購入の場合)

定期購入 **2,980円**
(月に1回、1個以上ご購入の場合)

内容量：顆粒60g / 2gスティック×
30本(1カ月分) ※お届け日は5月
中旬以降となります

お試し価格
980円
(初回お求めの場合)



黒糖生姜味

※表示価格は税込みです ※写真はクリティアプラス 黒糖生姜グルコサミンをクリティアで溶かしたもので、グラス、水などは商品に含まれません

黒糖味で飲みやすい!

体を温める生姜入り!

バックアップ成分が豊富!

る はちみつ青汁です』

クリティアはちみつ青汁

3,980円 (都度購入の場合)

定期購入 **2,980円**
(月に1回、1個以上ご購入の場合)

内容量：顆粒200g / アルミスタンド
パウチ(1カ月分) ※お届け日はお
申し込み日より3～5日後となります



お試し価格
980円
(初回お求めの場合)



抹茶味

※表示価格は税込みです ※写真はクリティアはちみつ青汁をクリティアで溶かしたもので、グラス、水などは商品に含まれません

クリティアでキレイのヒミツ

美しさに欠かせないコラーゲンとヒアルロン酸。どちらも年齢とともに減少するので、毎日、内側から補いたい成分です。また、ビタミンCは、コラーゲンと一緒に摂ると体内に取り込みやすくなるといわれています。シルクペプチド、食物繊維、L-シスチンも配合し、キレイ成分をより強化。

クリティアコラーゲン

3,980円 (都度購入の場合)

定期購入 **2,980円**
(月に1回、1個以上ご購入の場合)

内容量：顆粒200g / アルミスタンド
パウチ(1カ月分) ※お届け日はお
申し込み日より3～5日後となります



お試し価格
980円
(初回お求めの場合)



コラーゲン臭が少ない!

+クリティアでミネラルも!

ジュースと混ぜてもOK!

1日約7g
カレースプーン
1杯が目安

キレイのヒミツ コラーゲン + ケレイ成分 (7g中)

フィッシュコラーゲン
5,000mg

ヒアルロン酸

ビタミンC

食物繊維

L-シスチン

シルクペプチド

※表示価格は税込みです ※写真はクリティアコラーゲンをクリティアで溶かしたもので、ビッチャー、グラス、水などは商品に含まれません

プレミアム通販のお申し込み・お問い合わせは

お電話で

☎0120-000-752

ウォーターダイレクト クリティアお客様サービスセンター
受付時間：平日9時～18時 土日祝日9時～17時
※年末年始を除く

インターネットで

<http://www.clytia.jp/wdplus/index.html>

お申し込み期限 2012年6月30日

商品の送料について **送料無料**

※商品のお届けについては各商品の注釈をご覧ください。

お支払いについて

- お支払いについては、代金引換となります。
- 価格は代金引換手数料込です。

返品・交換について

- 返品・交換につきましては、商品到着後7日以内に。お客様事由による返品は、商品未開封の場合に限りお受けいたします。なお、返品の際の送料はお客様のご負担になります。交換・返品の際は、上記お電話で承ります。

ご注意

- ※「クリティアコラーゲン」「クリティアはちみつ青汁」「クリティアプラス黒糖生姜グルコサミン」は1日の目安を参考に、摂りすぎにならないよう注意してご利用ください。
- ※商品は、まれに体質に合わない場合がございます。その際はご利用をお控えください。妊娠・授乳中の方、小児のご利用はお控えください。薬を処方されている方、通院中の方はお医者様とご相談ください。
- ※一部代理店ではお取扱がございません。注文可否につきましては上記お電話でお問い合わせください。
- ※北海道は別途送料630円(税込)を頂戴します。
- ※沖縄県・離島ではお取り扱いできません。



お友達ご紹介キャンペーン!

あなたにも! / お友達にも!

ご友人・お知り合いの方にクリティアをご紹介ください。
A~Fのうちご希望の商品をおひとつプレゼント

すでにご利用されているお客様と
新規でお申し込みされるお客様
おふたりとももらえます。

クリティア
ユーザー限定

A トートバッグ

B カップ

ハローキティ

コラボグッズ

C 携帯ストラップ

※ハローキティコラボグッズは先着順とさせていただきます。
在庫がなくなり次第終了とさせていただきます場合がありますのでご了承ください。

D Amazon® ギフト券
2,000円分

新商品

E クリティアプラス

黒糖生姜グルコサミン

黒糖生姜味でおいしく飲める、クリティア
アブランドの新商品 (1ヵ月分) です。

F クリティアコラーゲン &
クリティアはちみつ青汁 セット

今号の巻頭で紹介している健康食品
2種類 (各1ヵ月分) をセットでプレ
ゼント! キレイと若々しさのヒミ
ツを体感してください。



申し込み方法 お申込・お問合せは、下記キャンペーン専用ダイヤルまでご連絡ください。
050-5505-3744 (平日9時~18時/土日祝日9時~17時)

キャンペーン期間 2012年6月30日お申し込み分まで

※お申し込みの際は、「紹介キャンペーンを見ました」とお伝えいただき、現在ご契約者様のご契約番号をお知らせください。
※ご紹介プレゼントは申し込み手続き完了後、3ヵ月後にお届けとなります。なお、プレゼント発送時に現在ご契約者様および新規ご契約者様の両方がご契約を継続されていることが条件です。※他キャンペーンとの併用はできませんので、あらかじめご了承ください。※Amazon.co.jpは、本キャンペーンのスポンサーではありません。Amazon ギフト券細則については<http://amazon.co.jp/giftcard/tc> (PC) またはhttp://amazon.co.jp/jpgc_tc_aw (携帯) をご確認ください。個人情報 (株) ウォーターダイレクトによって収集・利用・管理されます。

Present アンケートに答えて、プレゼントをゲット!

a クリティア
マイボトル 50名

クリティアのロゴが入った、ブランドオリジナルのマイボトル。持ち運びやすいサイズと白の爽やかなデザインで、行楽やウォーキングにも重宝します。



b 新商品
クリティアプラス
黒糖生姜グルコサミン 50名

c クリティアコラーゲン &
クリティアはちみつ青汁
セット 50名

応募方法 パソコンまたは携帯からアクセスし、アンケートにお答えください。

パソコンから

下記URLのクリティアWEBサイト内にある専用応募フォームよりご応募ください。

<http://www.clytia.jp/clytiaplus-enq/enq.html>

携帯から

右記QRコードから専用応募フォームにアクセスしてご応募ください。



応募締切 2012年6月15日

※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。※アンケートの回答や投稿いただいたご意見は匿名で掲載させていただく場合がございます。※お客様の個人情報、プレゼント発送以外の目的で使用することはありません。※締め切り日以降のご応募は無効とさせていただきます。予めご了承ください。

ご存知ですか?
クリティアの「マイページ」

お水の追加注文や、注文情報の確認が簡単にできます。登録はクリティア携帯サイトから!



クリティア生活応援誌

プラス

クリティア

天然水の力・再発見! Vol.1 2012 Spring

クリティアライフのススメ
~天然水のかしこい活用術~

簡単! 天然水レシビ

季節の野菜をクリティアで

今日から使える水知識

潤い美人になるには?

クリティアの逸話

納得! 水に宿る力の秘密

