お知らせ Announcements

愛用者キャンペーンプレゼント

11/1～11/30に**20,000円**(税別)以上購入のある方で
アンケートハガキを送っていただいた方の中から**抽選でプレゼントが当たります！**

A 急に荷物が増えても慌てない！サブバッグが出てくるショルダーバッグ（ブラック）

1名様

カラー｜COLOR

ベージュ







ブラック



ショルダーベルトはひもを絞ればフリル状になる「ドロスト仕様」

- 開閉:ダブルファスナー
- ポケット:中にファスナー付き1つ・オープン2つ、ドリンクホルダー1つ、外にファスナー付き1つ・マグネット付きオープン1つ
- ショルダー調節可(ドローストリング調節式)
- 本体サイズ／約23×36×7cm(内蔵サブバッグ:幅約35、高さ約30、マチ約9cm)
- 製品重量／約280g(本体のみ)
- 素材／ナイロン(撥水加工)、合成皮革
- 付属品／キーフック(約33cm・中のオープンポケット横に取り付け可能)
- 中国製

B キルティングバッグインバッグ（くまのプーさん）

1名様



プチショルダーにもなるふんわりバッグインバッグ

後ろにはファスナー付きポケット





バッグの中の小物の整理に役立つバッグインバッグ

- 開閉:マグネット
- ポケット:中にオープン2つ・ファスナー付き1つ・キーフック1つ、外にオープン1つ・ファスナー付き1つ
- ショルダー調節可・取り外し可
- 約29(下部22)×16×11cm
- 重さ／約190g
- ショルダーベルト長さ:最短約73cm～最長約130cm
- 素材／ポリエステル
- 中国製

C 300ポイント100名様

300ポイントとは**商品購入金額が30,000円分**です！

今回の11月号のハガキは1月にお問い合わせくだされば300ポイント当たっているかお答えできますので、ハガキを送られて当たったか気になる方は本社までお気軽にお電話ください！

切手をお貼りください

POST CARD

1030004

東京都中央区東日本橋 3-2-4
八光ビル2階
株式会社オードビー・ジャポン 行

※2024年10月1日より郵便料金が変わりました。(63円→85円)ご注意ください。

会員番号	
氏名	ふりがな

Bonjour 2025年11月号

※料金不足の表表届いたはがきについては、返送させていただく場合がございます。ご了承ください。

アンケート
ご応募締め切り日
11月30日(日)当日消印有効

※アンケートはがきを切り取り、必ず85円切手を貼ってご郵送ください。

Eau-de-Vie Japon
2025年11月号

株式会社オードビー・ジャポン
https://e-d-v-j.co.jp

お客様相談窓口
0120-882-474
9:30～17:30(土／日／祝日休)
03-6667-0897

ご注文専用FAX
0120-001-423
03-6667-0963

お知らせ Announcements

ご注文をお電話1本で承ります。お気軽に！ お客様サポート **0120-882-474**

Web登録をされればもっと購入が便利になります。 ホームページアドレス https://e-d-v-j.co.jp



COLUMN カラダを温める食べ物の食材で「内臓冷え」の緩和

色の黒っぽい食べ物(食材)、濃い食べ物は体を温めるといわれています。また、地下でエネルギーを蓄えた食べ物も体を温める働きがあるともいわれます。寒い地方で産出された食べ物＝秋～冬が旬の食材には、これらが多く含まれていますから、旬の食材の持つパワーはあなどれません。「冷え」が原因の体調不良＝「秋バテ」を緩和する働きが大きいのが、秋が旬の食材＝いも類・栗(ナッツ類)・南瓜・根菜類など。体を温める効果がバツグンに優れているのです。

さつまいもは優れた美容食

さつまいもにはリンゴの約7倍のビタミンCが含まれているほか、「美肌ビタミン」と呼ばれるビタミンAや、若返りのビタミンであるビタミンEも豊富です。またダイエットに欠かせないビタミンB2も摂取でき、それらのビタミンにミネラルがバランスよくプラスされた、まさに「美容食」であるといえるでしょう。

さつま芋ごはん

2人分
- 米…… 2合
- さつま芋 …… 中1本
- 塩…… 小さじ1
- 黒入りゴマ …… 小さじ1



① さつま芋はきれいに洗って、皮付きのまま一口大にカットして水にさらした後、しっかり水切り！
② 炊飯器に洗ったお米と水量(2合用)を仕かけ、塩を入れて軽く混ぜて、①のさつま芋を仕かけたお米の上にのせたら、スイッチON！
③ 炊き上がったら、黒ゴマを混ぜてできあがり！

社長のひとりごと



原 浩一
1955年生まれ
2児の父
(小学5年生 男の子&小学4年生 女の子)

今、子供たちのブームは自分で作るオムレツです。特に息子の方がよく作ります。卵1個に塩だけ入れてミニフライパンで上手にフワフワのオムレツを作ります。たまに卵を割った時に殻が入り一生懸命苦労しながら取っています(笑)

娘もオムレツを作りますが、それよりも好きなのがトーストにハムと、塩コショウで味付けした半熟の目玉焼きをのせて食べるのが最近のお気に入りです(笑)半熟なのでボタボタと黄身を垂らしながら必死に食べています。

2人とも自分たちで作ったものは満足そうによく食べます。



毎月26日はポイント2倍 POINTUP

毎月26日の15時までのご注文とさせていただきます。
金曜日の場合は16時とさせていただき、26日が休日の場合は次の営業日をポイント2倍とさせていただきます。ぜひご利用ください。
※当日はご注文が集中するため当日発送ができない場合がございます。お急ぎの方は必ずご一報ください。

2倍！ Yes

ご購入がない月でも「ボンジュールが欲しい！」という方はお気軽に本社までご連絡ください。

ホームページからもご注文いただけます！

ホームページの「注文フォーム」が新システムに移行いたしました。初回購入時にお客様情報を登録すると2回目からの購入が簡単になります。初回時登録はBの画面からお進みいただき、登録完了後は引き続き注文フォームよりご購入ができます。尚、2回目からのご購入はCの画面より簡単にご注文いただけるようになります。

クレジットカードでご購入の場合は、ご注文金額が20,000円(税別)からとなりますのでご了承の程宜しくお願いいたします。

ホームページアドレス ▶ https://e-d-v-j.co.jp

Bonjour Produced by Eau-de-Vie Japon

0120-882-474 ご意見・ご要望・ご相談などのお問合せはお気軽にお電話ください。

●株式会社オードビー・ジャポン(オフィス：東京都中央区東日本橋 3-2-4 八光ビル2階) 2025年11月発行

発行 株式会社オードビー・ジャポン(オフィス：東京都中央区東日本橋 3-2-4 八光ビル2階)

vis-á-vis
天然フルーツ酵母コスメ
Eau-de-Vie Japon

Bonjour

ビザビ ボンジュール

11
Nobember
2025



Nobember
11月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						



美肌・免疫力アップを叶える秋の栄養満点フルーツ

古くから日本にある果物「柿」。柿は「国の果物（国果）」といわれるくらい、日本に昔から根付き、食べることはもちろん生活の知恵として様々なアイテムに活用されてきました。

柿にはビタミンやミネラルが豊富に含まれており、日本では昔から重要な栄養補給源とされていて、「柿が赤くなれば医者は青くなる」ということわざまで生まれています。

また、世界での評価も昔から高く、柿の発見者であるカール・ペール・ツンベルグ博士は、ギリシャ語で柿に「Dios（神の）pyros（食物）Kaki」という学名をつけました。このように、柿は古来「栄養が豊富だ」という様々な評価を得てきました。

柿の栄養成分と効能

ビタミンC：老化や免疫機能の低下を抑え、美肌に◎

ビタミンCは抗酸化ビタミンといわれ、老化や免疫機能の低下などを引き起こす活性酸素の働きを抑える作用があります。また、皮膚や軟骨、粘膜などを作るタンパク質、コラーゲンの産生にも欠かせない栄養素で、心身をすこやかに保つために必要です。

カリウム：むくみの改善に◎

カリウムはミネラルの一種で、体内にある余分な水分と塩分を排出する働きがあります。むくみの改善や、高めの血圧の調整などに効果的です。

食物繊維：腸内環境を整えるのに◎

食物繊維は、小腸で消化・吸収されずに大腸に達し、腸内細菌のエサになって腸内環境を整える栄養素。腸内環境のバランスを良くすることで、ほかの栄養素の吸収率も向上します。また、免疫細胞に作用して免疫力を高めたり、血糖値を抑制したりする働きも。

β-カロテン：感染症予防に◎

β-カロテンには、ビタミンCと同じく強い抗酸化作用があります。また、体内で必要な量だけビタミンAに変わるため、目や皮膚の粘膜を健康に保つ働きも期待できるでしょう。
β-カロテンは「抗感染性ビタミン」といわれることもあります。
風邪が流行する時期や、疲れが溜まったときには、積極的にとりたい栄養素ですね。

柿の栄養素を効率的にとる食べ方

ビタミンEを含む食材、脂質のあるものと合わせる

ビタミンCとβ-カロテンを多く含む柿は、ビタミンEを含む食材といっしょにとることで、より抗酸化作用がアップします。ビタミンEが豊富なナッツ類やゴマなどの食材と組み合わせて食べるといいでしょう。また、β-カロテンは脂質といっしょにとると吸収率がアップするため、**チーズやオイルと合わせて食べる**のがおすすめです。



柿とゴマで免疫力アップ！「柿とホウレンソウのチーズゴマ白あえ」

材料（2～3人分）

- 柿……1個
- ホウレンソウ……2分の1束
- 豆腐（絹）……2分の1丁（150g）
- クリームチーズ……50g
- [A]
- はちみつ……大さじ2分の1
- 白すりゴマ……大さじ1
- 塩……適量

ホウレンソウは、茹でた後に醤油をかけて絞る「醤油洗い」をすることで、味がしっかりと染み込みます。それだけでなく、醤油の塩分が野菜の水分を引き出してくれるので、あえたときに水っぽくなりません。

作り方

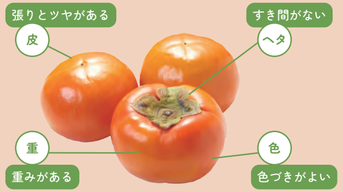
1. 柿は皮をむいて6等分にし、5mm幅の薄切りにする。クリームチーズは常温で置いてやわらかくする。
2. ホウレンソウはさっと塩茹でし、水にさらす。5cmの長さに切って水気をしっかり切ったらボウルに入れ、全体に醤油（分量外※）をなじませる。水気が出たらしっかり絞る。

※ホウレンソウを端に寄せたとき、ボウルの底に醤油が少し残る程度の量が目安です。

3. 豆腐にキッチンペーパーを巻き、耐熱皿にのせてレンジ（600W）で1～2分加熱。レンジから取り出し、水気を切って冷ます。
4. ボウルに豆腐とクリームチーズを入れて泡立て器（ゴムベラでもOK）でつぶしながらよく混ぜる。なじんだら[A]を入れてさらに混ぜる。
5. 食べる直前に柿とホウレンソウを「4」に加えてあえる。

おいしい柿の選び方は？

- 果皮……果皮がつややかでオレンジ色が均一なもの
- 重み……手に持ったときに大きくて重みがあるもの
- ヘタの形……ヘタの形がきれいで果実にしっかり張りついているもの



秋のイライラはなぜ？

秋のイライラの原因には、「カラダに蓄積された夏の疲れが自律神経のバランスが乱すこと」があげられます。
秋は1日の気温差が大きく、日照時間は減少します。この変化にカラダが適応しようとすることで、ストレスを感じやすくなります。特に昼間の暑さと朝晩の冷え込みによる寒暖差が自律神経に負担をかけ、イライラを引き起こします。このように**秋はカラダが休まる時間が少なくなることで、心身の疲れが回復しにくくなり、イライラが増してしまうのです。**
そして、冬にかけてさらに日照時間が短くなってくると、幸福感を得るために欠かせない脳の神経伝達物質「セロトニン」の分泌が減少し、心の安定が難しくなってきます。
対応策は“規則正しい生活を実践すること”、“栄養バランスの取れた食事を意識すること”、“心地よい程度の適度な運動を生活に取り入れること”です。カラダの冷えにも注意をしましょう。

秋バテチェックリスト

3個以上当てはまる場合は秋バテの可能性があります・・・

- □ 一日中眠たい
- □ 朝すっきり目覚めることが出来ない
- □ めまい・立ち眩みがする
- □ 疲れやすい
- □ 体がだるい
- □ 頭がぼーっとする
- □ 胃もたれする
- □ 食欲がない
- □ 肩こりがひどい





秋バテの予防には

とにかく体の内から温めることが重要です。
ぬるめのお風呂にじっくりと浸かることはもちろん、**食事も体を温める効果のあるショウガやシナモン、ネギといった食材を積極的に摂取**することをオススメします。
また、秋といっても日中は暑く、職場などでは冷房がかかっていることも少なくありません。
そんな時はカーディガンやひざ掛けなどで、**温度調節を行い体を冷やさないように対処**しましょう。





できるだけ冷たい飲み物を避ける

- 冷えすぎないように衣類を効果的に使う
- よく噛んで食べる
- 規則正しい生活を

今月の素敵なポイント交換商品はこちら！

P 5,000ポイント トートバッグ







※いずれかひとつ

【サイズ】
横幅:35cm 高さ:35cm マチ:12cm 重さ:395g
※サイズは多少の誤差がある場合がございます。予めご了承下さい。

【A4サイズ&大容量】
A4サイズの書類やパソコンが楽々収まる大きめサイズ。ビジネスや学業に最適です。

【軽量かつ撥水素材】
軽い素材で作られており、撥水機能も備えているため、雨の日でも安心して使えます。

【多数のポケット&ファスナー付き】
効率的な収納のための多くのポケットを装備。メインコンパートメントはファスナー付きで、中身の安全を確保します。

P 4,000ポイント［ミッフィー］ショルダーポーチ横型 ショルダーポーチ



ベージュ





ブルー

【miffy（ミッフィー）の横型 ショルダーポーチ】
ミッフィーやボリスのプリントネームがポイントのショルダーポーチ。落ち着いた色合いでコーディネートに合わせやすいデザインです。内ポケット、フロントポケット付きで荷物を整理しやすいのもポイントです。

【サイズ】約 横23cm×縦16cm

【カラー】ベージュ・ブルー

【仕　様】内側:オープンポケット×2 外側:オープンポケット×1

★在庫がなくなった場合は、代替商品をおすすめする場合もあります。

2～3か月ごとにアイテムの変更を予定しております。お楽しみに！

ポイントと交換を希望の場合は本社までお電話ください！

★当月40,000円（税別）以上購入の場合、ポイントを使用しご自分の購入%でビザビ商品が交換ができるサービスもあります！



今月の表紙
朝晩の寒暖差に、季節の移ろいを感じる11月。落ち葉舞うこの季節に、ぬくもりあふれるひとときを。

下記のアンケートにお答えいただき、切手を貼ってお送りください。

2025年 11月号 アンケート

① ポンジュール11月号の感想をお聞かせいただきます。

② どのような秋バテになったことがありますか？
また、秋バテ予防で何かしている事があったらお教えてください。

③ 最近の気になること、お肌の悩みなど、
その他どんなことでもご記入ください。

アンケートにご協力いただき誠にありがとうございました。
ご回答いただいた内容は、今後の企画の参考として匿名で使用する場合がございますことご了承ください。