

株式会社スターライズジャパン 代表取締役会長 兼 CEO
ホールディングスリミテッド 関 和 則

Message from the CEO

成功哲学偉人伝17 マーク・ザッカーバーグ



Wikipediaより

皆様、お元気ですか？ 今回の偉人伝は、Facebookの創業者、あのマーク・ザッカーバーグについてご紹介していきます。

マーク・ザッカーバーグは、アメリカ合衆国のプログラマー、実業家です。Meta Platforms, Inc. (旧称: Facebook, Inc.) の共同創業者兼会長兼CEOを務めています。

ザッカーバーグは、1984年5月14日、ニューヨーク州ホワイト・プレーンズに生まれました。幼い頃からコンピューターやプログラミングに興味を持ち、12歳で最初のプログラムを開発しました。

ハーバード大学在学中の2004年、大学の寮の部屋で大学の友達と共にソーシャル・ネットワーキング・サービス「Facebook」を立ち上げました。Facebookは、世界中で最も利用されているソーシャル・ネットワーキング・サービスであり、2023年7月時点でアクティブユーザー数は30億人を超えています。ザッカーバーグは、Facebookの創業以来CEOを務めており、同社の成長と拡大に大きく貢献してきました。

ザッカーバーグは、世界的な成功を収めた実業家であり、その資産は1000億ドルを超えると推定されています。また、慈善活動にも積極的であり、ザッカーバーグと妻のプリシラ・チャンは、慈善団体「CZI (Chan



Zuckerberg Initiative)」を設立し、教育や医療、研究などの分野に多額の寄付を行っています。

ザッカーバーグの功績は、世界中の人々を結びつけるソーシャル・ネットワーキング・サービスを創設したことにあります。Facebookは、遠く離れた人々がつながり、情報を共有し、交流することを可能にしました。また、Facebookは、ビジネスや教育、政治など、さまざまな分野で活用され、人々の生活をより豊かにする役割を果たしています。

Facebookの創業から18年が経過し、現在はメタバースに注力しています。メタバースとは、仮想空間と現実世界を融合させた新しいデジタル空間であり、ザッカーバーグは、メタバースを人々の生活をより豊かにする新たなプラットフォームにしたいと考えています。

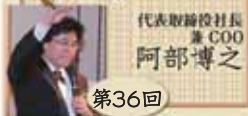
ザッカーバーグのメタバース構想は、まだ初期段階であり、実現には多くの課題が残されています。しかし、ザッカーバーグは、メタバースの可能性を信じており、今後もその実現に向けて取り組んでいくでしょう。

ザッカーバーグは、世界を変えたいという強い意志を持ち、その実現に向けて行動を起こしてきた人物です。彼の今後の活躍に注目していきたいですね。

最大のリスクは、リスクを取らないことだ。

The biggest risk is not taking any risk.

健康コラム

代表取締役社長
兼 COO
阿部 博之

第36回

心の健康にも食事は大切!

身体の健康のために日々の食事が大切であることはよく知られていますが、近年になって、食事は心の健康にも影響することが分かってきました。食生活の偏りが、うつ病など精神疾患のリスクとも関連することを示した研究結果も次々に発表されています。

現代の食生活で陥りやすい問題は主に2つあり、いずれもメンタルヘルスの問題と関係しています。1つはエネルギーの過剰摂取です。特に、スナック菓子やカップ麺などの加工食品は、食べやすく、スーパーやコンビニで簡単に手に入りますが、糖質や脂肪が多く、過剰なエネルギー摂取は肥満やメタボリックシンドローム、糖尿病などの原因になります。これらの病態とうつ病の発症に



は関連があるという研究結果が得られています。

もう1つの問題は、栄養不足です。加工食品や、白米、白パン、白砂糖など精製された食品は、美味しく食べやすい一方、ビタミンやミネラルなど大切な栄養素が取り除かれているものがあります。そのため、エネルギーは過剰になっているにもかかわらず、ビタミンやミネラルなどの大切な栄養素が十分に摂りにくくなります。

うつ病になると、セロトニン、ドーパミン、ノルアドレナリンといった神経伝達物質が不足し、感情や気分を調節する機能が低下することで、前向きな気分になりにくくなると考えられています。エネルギーの過剰摂取を防ぎつつ、心の健康のために必要な栄養素を十分に摂ることが、精神疾患の予防につながると考えられます。



ご存知、 ですか!?

目も……
夏バテするんです!!

原因は **冷房** **オンライン** **酷暑**

毎年夏になると、私たちの『目』は、冷房でダメージを受けてきました。そこに加えてコロナ禍以来の、オンラインを始めとした、パソコンでの仕事時間の増加……。今までなら、外出して心身をリフレッシュ! なんていうことができたのですが、ここ数年の猛暑を超えた `酷暑、のせいで、異常なまでに強い日差しと紫外線は、私たちの『目』に、容赦なく襲いかかってきます!!

そんな、夏のダメージを受けてバテた『目』に、絶対の自信をもってオススメできるのが、MGパワー

① まず……MGパワースとは、どんなもの?

普段の食事から栄養素を吸収するべきだということは誰もがわかっているとは思いますが、どんなに気をつけていても難しいものです。不規則な生活が続くと、どうしても自炊ができず、外食やコンビニ食などの偏った食事になりがちです。また、年齢と共にいつのまにか食事の量も減っていきます。その結果、健康を維持するために必要不可欠な栄養素を摂取することができず、徐々に体調を崩していってしまうのです。そうなってしまう前に、サプリメントを上手に活用しましょう!

発売以来大人気の〔MGパワース〕には、体内で作ることのできない栄養素や、食事から十分に摂取できない栄養素など、健康管理や快適な生活に欠かせない成分がギュッと詰まっています。

今回は〔MGパワース〕に含まれる5つの成分をご紹介します。



② そしてメロングリソジン……

体をサビさせない防御機能です

メロングリソジンは、南仏のアヴィニオン地方で開発された特殊なメロンから抽出されています。このメロンは自然交配によって日持ちをするように品種改良されたもので、抗酸化酵素(SOD)が通常のメロンと比較して7~8倍も多く含有されています。そのメロン由来のSODを小麦から抽出されたグリアジンでコーティングし、胃酸や消化酵素から守る構造にした次世代の抗酸化素材が「GliSODin®」です。

メロングリソジンは、他の抗酸化作用のある物質を摂取して実感するものとは異なり、生体内で特に防御機能が高いとされる抗酸化酵素(SOD/グルタチオンペルオキシダーゼ/カタラーゼ)の産生にスイッチを入れ、活性を促してくれるエイジングケア成分です。



③ 次に、レスベラトロール……

遺伝子に働きかけて老化を防止

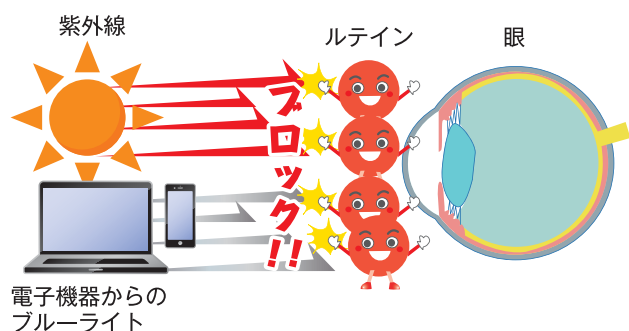
赤ワインに含まれるポリフェノールには抗酸化作用、脂肪燃焼の促進、血流改善などの働きがあります。中でもレスベラトロールは強力な抗酸化力を持ち、サーチュイン(長寿)遺伝子に直接働きかける「若返りと長寿の成分」であるとされています。

👁️👁️ ルテイン……

有害な光から目を守る

ルテインはカロテノイドという天然色素の一つで、緑黄色野菜や卵黄などに含まれています。人間の体内では主に目の中の黄斑部や水晶体、皮膚、乳房、大腸に存在していて、特に目に対する働きが高く評価されている栄養素です。現代人が目を悪くしやすいのは、パソコンやスマートフォンなどから発せられる青色の光(ブルーライト)が原因だと言われていますが、ルテインにはこのブルーライトや紫外線から目を守る働きがあります。ルテインの抗酸化作用には活性酸素を除去するパワーがあり、老眼などの予防に役立ちます。さらに肌の老化防止など、美容にも働きが期待されています。

しかし残念ながらルテインは体内で生成することができないので、体外から摂取しないとどんどん減少してしまいます。病気の予防のためには一日10mg程度摂取したほうがよいとされていますが、もしこれを野菜から摂取しようとした場合、ほうれん草で約半束、ニンジンで21本、ミニトマトで666個分に相当します。ですから、サプリメントから摂取した方が確実と言えるでしょう。



👁️👁️ コエンザイムQ10って?……

加齢で減少する体内酵素を補う

コエンザイムQ10とは、もともと私たちの体内に存在する補酵素で、約60兆個の細胞すべてに存在しています。

コエンザイムQ10には「エネルギーを生み出す力」と「若々しさを保つ力」があります。細胞内で私たちが生命を維持するために必要なエネルギーを作る際、酵素の働きを助ける補酵素の役割をしています。また、加齢と共に活性酸素が原因で体内のあちこちで発生するサビから私たちを守ってくれます。

コエンザイムQ10は体内で生成されますが、20代をピークとして徐々に減少していきます。食品に含まれる量は非常に少ないため、食事だけで十分な量を摂取することはできません。サプリメントで補いましょう!

👁️👁️ バイオペリン……

同時に摂取した栄養素の働きを倍増

黒胡椒抽出物であるバイオペリンの一番の働きは、血管を拡張して血液の流れを促進する作用です。それにより、血行不良や冷えを改善し、更には新陳代謝を向上させます。

それだけでなく、併用して摂取したサプリメントの吸収率を高めることもわかっています。特にビタミンやミネラル、アミノ酸と一緒に摂取すると働きが倍増すると言われています。そのため他のパワース製品との併用による働きは抜群ですので、是非とも組み合わせて摂取されることをおすすめします!

〔MGパワース〕は粒状ですので、ピルケースなどに入れて簡単に持ち運ぶことができます。1日わずか2粒で、あなたの健康をサポートしてくれます。すっきりクリアにリフレッシュ。ハツラツとした毎日のために、是非お試しください。



夏バテした 目、を助ける!

メロングリソジン100mg (2粒中)
パワース

MG パワース 60粒

ビジネス会員価格:5,400円 4,000ポイント
プロトン倶楽部(愛用会員):5,832円 / 希望小売価格:7,020円



one
POINT

誰でも自宅で簡単にできる、眼をリフレッシュさせるツボ押し、をご紹介します。眼の夏バテ対策に、ぜひご活用ください。

さんちく
攢竹

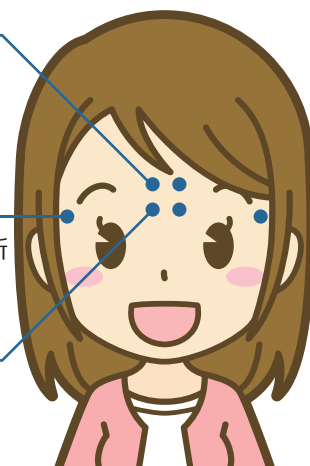
眉間の内側。目の上の骨縁の少しへこんだあたり

たいよう
太陽

こめかみ下の、少し窪んだ箇所

せいめい
晴明

目頭の左右の窪み。
鼻の付け根の横あたり



引き続きキャンペーン

大好きな「アイテム」を大切な「あなた」へ届けたいから!
 ～まだまだキャンペーン祭り!! 開催中～

詳細は
 下記QRコードから
 SRJの
 ホームページにて!



スターライズジャパンに登録されていない方も
 これから登録してみる方も、そして紹介された方も!
 なにせ得する**SRJの出血大サービス!**

お知らせ

◎スパストーン リニューアル記念!

装いも新たになったスパストーン。これを記念して、いまスパストーンを購入された方に、
 マエステーナのシルキー石鹸を無料で1個プレゼント実施中!



浴槽の湯(約200リットル)に、添付のスプーン1杯(約25g)を入れ、よく溶かしてからご入浴下さい。



2023年 10月・11月の予定

10月

	オートシップの内容 変更締切日	オートシップ製品 出荷予定日
代引オートの方	10月分は10月5日Ⓢ	10月13日Ⓢ
カードオートの方	10月分は10月5日Ⓢ	10月13日Ⓢ
引落オートの方	10月分は9月20日Ⓢ	10月16日Ⓢ

9月度注文締切日時	10月2日Ⓢ正午	9月度報酬ウェブ掲載日	10月24日Ⓢ	9月度報酬支払日	10月25日Ⓢ
-----------	----------	-------------	---------	----------	---------

11月

	オートシップの内容 変更締切日	オートシップ製品 出荷予定日
代引オートの方	11月分は11月5日Ⓢ	11月14日Ⓢ
カードオートの方	11月分は11月5日Ⓢ	11月14日Ⓢ
引落オートの方	11月分は10月20日Ⓢ	11月15日Ⓢ

10月度注文締切日時	11月1日Ⓢ正午	10月度報酬ウェブ掲載日	11月24日Ⓢ	10月度報酬支払日	11月27日Ⓢ
------------	----------	--------------	---------	-----------	---------

【カスタマー休業日】毎週土・日/10月9日Ⓢ スポーツの日/11月23日Ⓢ 勤労感謝の日

<http://starrise.co.jp>

✉ info@starrise.co.jp ご意見・ご感想をお寄せください。

制作：株式会社スターライズジャパン ホールディングスリミテッド
 『SRJ 通信』編集部

ご郵送物は
 カスタマー
 サービスへ

カスタマー
 サービス

受付ダイヤル(10:00~17:00)
075-256-3806(カード、代引きのみ)

〒604-8171

京都市中京区虎屋町566-1井門明治安田生命ビル4F