

おいしいはしあわせ®



サン・スマイル通信

No.106 2018.7月

営業時間 … 10:00～19:00
定休日 … 日曜日 (祝祭日営業)
電話 … 049-264-1903
住所 … 〒356-0052 ふじみ野市苗間 1-15-27
ホームページ … www.sunsmile.org
メール … mail@sunsmile.org
フェイスブック いいね！お待ちしております



「おいしいはしあわせ」はサン・スマイルの商標です。

私のおすすめ

ヒーリングセラピー



堀田 (ほった)

医療従事指匠師

サン・スマイル出荷

センター所長

サン・スマイルのホームページにも掲載されているのですが、サン・スマイルの営業項目の中にヒーリングセラピーがあります。ヒーリングセラピーとは何かを話す前に少し簡単なこの世の絶対的な法則についてお話させていただきます。それは陰陽の法則です。

そもそもこの宇宙の普遍的な法則は、いくら科学的でどうだとかそんなものが寸毫も入り込む余地がなく、それを科学的に云々と言うのは何の意味もなさないことであると最初にお断りさせていただきたいと思います。陰陽の法則、つまり対になるものですね。

「男と女」、「昼と夜」、「善と悪」「太陽と月」、「表と裏」、「あの世とこの世」、「原因と結果」等々。これ等は互いに影響しあっています。影響しあってというよりは、一方があるからもう一方が存在する、一方がなければもう一方も存在しない、というのがこの世の実相だと思います。

それではヒーリングセラピーとは何か。例えば、ここに1枚の紙があります。当然「表」と「裏」があります。「裏」に何かしみのようなものをつけると「表」からそれが見えますね。それを消そうとしても「表」からは決して消すことはできません。その裏のしみそのものを直接消すのがヒーリングセラピーと言えます。病気、その他解決できない諸問題等表に現れている結果が、実はその原因が表には見えない裏の部分にあることがままあります。というよりは裏にこそ本当の真実があるかもしれません。

そしてこのヒーリングセラピーには本当に不思議な力があります。つい最近の話ですが、小田さん(47歳男性茨城在住)という方なのですが、以前胃がんで手術をされそれが再発し、今度は胃の全摘出の手術をされることになり、その前にヒーリングセラピーを受けると術後の回復がよいので受けに来られました。この手術は4時間以上かかる大手術だったにもかかわらず、出血しなかったので輸血はしなかったそうです。通常では考えられないことでご本人も奇跡だと

言われていました。そして手術の翌日には、一人で立って歩けたそうです。これには医者もびっくりしたそうで、これまたご本人は奇跡だと仰っておいりました。術後も、月2回ぐらいヒーリングセラピーを受けに来られていますが、今日は体調いかがですかと尋ねると、決まって「絶好調です。食もどんどんいけるし、快便です。」と、それを聞くと私共も大変嬉しくこちらまで元気が湧く想いです。

私は医療従事者の指圧師ですが、この指圧も思いもよらぬ効果があることがあります。その効果のすべてが本来人間が誰しも持っている自然治癒力を高めさせ発揮させたものであると認識しております。ヒーリングセラピーにはその自然治癒力をそれこそ無限大に高めさせる力があり、とてつもない可能性を秘めていると確信しております。

ヒーリングセラピーの施術を担当されている先生は30年以上の実績があり、悩み苦しむ方たちに対し本当に真剣に、真摯に向き合い誠を持って対応されます。納得のいくまで相談者のお話を伺い、相談者が納得の行くまでその原因を解き明かし、ほつれた糸を一つ一つ解きほぐし解決の方向に導いてくれます。病気、その他の悩み苦しみに先が見えなくなっていってしまう方がいらしたならば、是非一度ヒーリングセラピーを受けてみられることをお勧めします。きっとなにかしらの一筋の光明がみえてくることでしょう。



セラピスト悦子先生

※小田さんの実名を出したのは、ご本人ご了解のもとです。

ヒーリングセラピー ・ 指圧ヒーリング お問い合わせ先

直通☎049-269-3336 又は サン・スマイル☎049-264-1903

※ご予約の際は直通電話へお願い致します。

埼玉県ふじみ野市西 1-13-12 (サン・スマイル出荷センター隣)



指圧施術師 堀田 (ホッタ)



東京 白金

八芳園

企画イベント

「オール アスリート デイナー」



自然栽培の仲間たち



サン・スマイルも協力しています！

SDGs 生産者・パラリンピアンやスポーツ選手・医者・調理人が語る自然栽培

ALL ATHLETE DINNER

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

自然栽培の生産者、パラリンピアンはじめ
アスリート、調理人、医者がそれぞれの立場から
自然栽培について語り、その素材を使った料理を
味わいながら、自然栽培を体感します。



2018.7.27 (FRI) 受付 **18:30** デイナー **19:00~21:30**

会場:八芳園1Fジュール 会費:15,000円(税込)

●主催:八芳園／一般社団法人 農福連携自然栽培パーティ全国協議会 ●協力:有限会社 サン・スマイル／自然栽培の仲間たち



国内屈指の結婚式場「八芳園」とサン・スマイル代表松浦が理事を務める「農福連携自然栽培 Party」が主催となって開催

すべてのアスリートが同じ食卓を囲めるお料理を自然栽培で作上げようというイベントです！サン・スマイルは食材提供のお手伝いを致します！みな様がサン・スマイル店頭または宅配お野菜便で召上って下さっているお野菜たちが有名な八芳園のシェフによって調理されます！それを堪能しながら生産者・医者・競技者・調理人がそれぞれの立場から自然栽培を語らうという興味深いイベントです。

自然栽培のお野菜の素晴らしさを以前よりご存じのサン・スマイルのお客様。是非、今最先端の自然栽培の動きを五感で感じてみませんか！世界のアスリートを迎える2年前となった今日、すべてのアスリートが楽しめる自然栽培を使ったディナーを八芳園で先駆けてお召し上がりください！

SDGs 生産者・パラリンピアンやスポーツ選手・医者・調理人が語る自然栽培 ALL ATHLETE DINNER



自然栽培の生産者、パラリンピアンはじめ
アスリート、調理人、医者がそれぞれの立場から
自然栽培について語り、その素材を使った料理を
味わいながら、自然栽培を体感します。



会場 八芳園 1F ジュール
(東京都港区白金台1-1-1)

会費 15,000円
(お料理・お飲物・税込)
※ご予約の上。事前にお振込下さい。

「奇跡のリンゴ」の木村秋則さんを
はじめ自然栽培農家の方々や、
アスリートが多数、参加します！

定員 限定150～250名

主催:八芳園/ 一般社団法人 農福連携自然栽培パーティ全国協議会
協力:有限会社 サン・スマイル / 自然栽培の仲間たち

参加お申込み SDGs ALL ATHLETE DINNER

下記のWEBかFAXにてお申込みの上、参加人数分の会費を下記口座へご入金をお願いいたします。会費のお振込を確認でき次第、
受付完了とさせていただきます。代理の方の参加も可能です。

※ご参加の皆様にご記入頂きました個人情報につきましては、今回のイベント以外には使用致しません。

WEBからのお申込み

インターネットで下記のアドレスにアクセスするかQRコードを読み取り、ネットチケットをご購入ください。

happo-en.com/add/allathletedreamdinner2018.html



FAXからのお申込み

下記へご記入の上、右記のFAX番号へ送信して下さい。

03-3443-3116

フリガナ お名前	お支払名義	参加人数 名
ご住所 〒		
電話番号	FAX番号	Eメール

お振込先

みずほ銀行 目黒支店 当座預金13551 口座名義:株式会社八芳園
※振込手数料はお客様のご負担となります。何卒ご了承ください。

お問合せ

八芳園パンケットセールス
03-3441-7888(10時から19時)

今月のスポーツライト

サン・スマイルスタッフおすすめ



スタッフ
サヨリ

ワクワク!! 夏のDRINK!!

人気
NO.1



本当の生薑が入っている
ので底にたまります。
是非さかさまに冷蔵庫
に入れてます~。

1ケース 30本

3,900 yen

250ml ¥130-
★ガニックジンジャール

ケースで売れて
ます

国産の有機しょうが使用

ちょっと大人の味。ジンジャールファンには
たまらない!! もちろん! 着色料・香料など
無添加!



みかんサイダー
+レモン*



有機
温州
みかん
有機
レモン

250ml ¥130-

No.2

Organic
ぶどうサイダー
+レモン*



250ml ¥140-

さっぱり、ノンシュガー
是非これが好き。

No.3

果汁100%*



合成・添加物フリーで
国産の有機だったり。
貴重なレモンも有機
だったり...これでこの
お値段達!! ぜい!
自然食のドリンクコーナー
活用してネ

190g ¥190-

★有機みかんジュース

果汁100%

なので、このままゼリー
やアイスにすると
すごくおいしい!!

◇ 全て税抜き価格です。

今月のスポーツライナー

サン・スマイルスタッフおすすめ



かえる印の
かとり糸香

小さなお子さま
かわいい
ベットの
安心



天然素材
100%
化学物質
ゼロ!!



カエル

糸香 立て1本付

30巻 ¥933- (送料別)

農薬を使っていない除虫菊使用

おかしに
帰りますよ。

※こちらは無着色のため茶色です。良くみる緑のかとり糸香は着色されています。

一般では化学合成農薬が、健康や環境に与える影響が

指摘されている今、この除虫菊を使った製品がどんどん見直されて
いってほしいです。ここに天然かとり糸香があります!! 経皮毒にも一般
のものはつなかりません。

(経皮毒とは、皮膚から体内に有害化学物質が入ることです)

こちらの糸香は、もちろん化学物質を一切使用してなく、小さなお子さま
のいらっしゃるご家庭をはじめ、すべての方に安心してご使用いただけ
ます。一般のかとり糸香には「ピレスロイド系殺虫成分」が含まれます。金魚、
アースでも、フマキラーでも、昆虫や、金魚、熱帯魚がいるご家庭はお気をつけ下さい。
ちなみに、リーマート系は常に合成薬剤を揮発させている仕組みです。

便利さや快適さを求める消費者の声をもとに「合成」のものが主流に...

「おかしに帰る、自然に還る、暮らしを変える」の思いでかえる印です。

今月の サン・スマイルスタッフおすすめ スポットライトコーナー



オーガニック コーヒー 2弾 コーヒー好きの方へ♡

前回好評をいただきました オーガニックコーヒー
 ご案内しきれなかった商品もありましたので
 今日ご紹介させていただきます。



有機栽培のドリップタイプの珈琲 (豆と粉どちらにもございます)

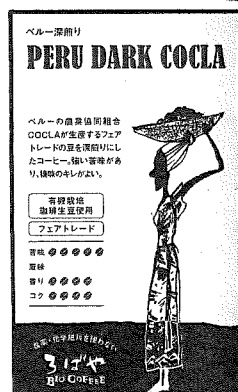
焙煎のやり方で大きく味が変わってしまう珈琲を
 豆に応じた細かい調整でいねいに焙煎している珈琲です。



ミディアムブレンド 200g
 なめらかな苦味と
 やわらかな酸味奥行き
 ある味。

苦味 ☆☆☆☆☆
 酸味 ☆☆☆☆☆
 香り ☆☆☆☆☆
 コク ☆☆☆☆☆

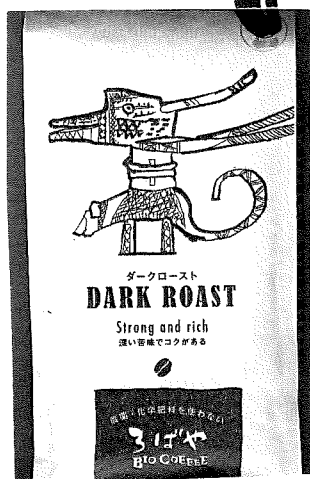
800yen (税抜)



ペルー深煎り 200g
 強い苦味があり後味のキレ
 がよい。

苦味 ☆☆☆☆☆
 酸味 ☆☆☆☆☆
 香り ☆☆☆☆☆
 コク ☆☆☆☆☆

760yen
 豆は720yen (税抜)



ダークロースト 200g
 強い苦味とコクと香り

苦味 ☆☆☆☆☆
 酸味 ☆☆☆☆☆
 香り ☆☆☆☆☆
 コク ☆☆☆☆☆

800yen (税引)



ジャンボ!
 ンには

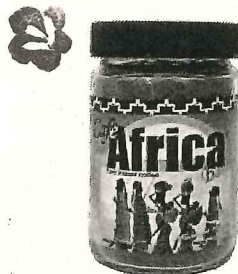
アフリカフェ バラカ

アフリカフェは タンザニア生まれの極上の
 インスタントコーヒーです。

自然農法
 で大切に
 育て上げ一つ
 手摘みされた
 良質の豆から
 作られています。

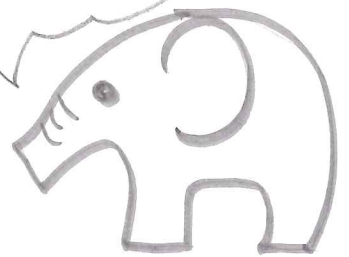


バラカ アフリカフェ
 (詰替用 80g)
 700yen (税抜)



インスタントコーヒー
 バラカ アフリカフェ 80g
 800yen (税抜)

バラカは スワヒリ語で
 「祝福」とか「恵み」
 という意味です。//
 とても縁起物 ♪



ギフト Cafe セット

米粉クッキー
 も入って!!



¥ 2,700 (税抜)

味わいチャート表

苦み	☆☆☆☆
酸味	☆☆☆☆
コク	☆☆☆☆
渋み	☆☆☆☆
香り	☆☆☆☆

苦みと酸味がほどよく
 クセがなくすっきりとした
 味わいです。

アフリカフェ バラカは 粒子の細かいパウダー状なので冷めたい水や豆乳にも
 すぐに溶けます。アイスコーヒーやカフェオレもおすすめてです。 おいしいですよ♡
 これから夏本番、冷たいコーヒーでクールダウンしましょ。

アフリカフェ バラカは ブコバコーヒーを使用
 アフリカがまだ各民族に統治されていた頃、王様たちがこぞで
 「アフリカの黒真珠」といわれる ブコバの地の豆を手に入れようとしていたと
 いわれています。

コーヒーの苦手な方には、カフェインレスのタボポコーヒー・チコリコーヒー・
 穀物コーヒーなどもとりそろえております。

今日の サン・スマイルスタッフおすすめ スポットライト

スタッフ
高橋 ちえみ



新商品!! “玄米このはせんべい” “玄米セウピ”などで人気のアリモトさんから
酒米の王様 山田錦 100%のおせんべいが出ました!!

酒米は、吟醸酒では最低40%、大吟醸酒では50%以上も削られ、その米の表面を磨いた時に出る粉を白ぬかと言います。この白ぬかを50%と、山田錦の丸粒50%(貴重で贅沢!)を使い、このおせんべいが完成しました! 丸粒がお米の味をしっかり伝え、白ぬかがサクとした食感を出しています!

是非、ご賞味下さい!!

各800円(税抜)

アリモト
(兵庫県加西市常吉町)

酒造米の王者、山田錦の
田んぼ(兵庫県加東市)



創業1952年、3代目 有元誠次郎さん
開発! 先日、サン・スマイルにも来て下さりま

山田錦の特徴

一般のお米よりも大粒で、出来上がったお酒の雑味が少ないとされています。



♥ 海老 30枚

海老の香りが
フワ〜ッと
鼻に抜けます!



♥ 塩 30枚

シンプルな
おいしさ!



♥ ミックス 海老15枚
塩 15枚

両方味めてお徳!
一番人気です!

手土産にも
どうぞ!!

焼き上げてから
油を吹きつける製法
でヘルシー!!

米油、
海の精、焼き塩、
昆布、魚肝油、
干し海老(海老)
使用!



サクサク
軽い口当たりで
止まらない
おいしさ!!
スタッフも絶賛!

アリモトさん 人気のおせんべい御紹介

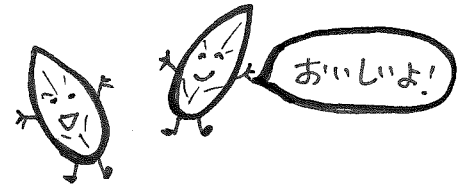
♡ 玄米このは (プレーン・うす塩味・しょうゆ味)

(油不使用)
(ごま不使用)



国産有機玄米100%使用!

プレーンは赤ちゃんなどにも! 焼きたてに米油、ゴマ油を吹きつけて軽い口当たりと黒ごまの味わいおいしい! サン・スマイルで人気のおせんべいです!



80g 260円(税抜)

♡ 有機玄米セラピー

(うす塩味・たまり醤油味・素焼き)

♡ 有機玄米セラピー (黒胡麻・白胡麻)



国産有機玄米の生地!
有機ごまがたっぷり!
有機たまりじょう油使用!
ごま好きな方には
たまりません!

30g 140円(税抜)



1袋が およそ
茶わん半分の
玄米ごはんの量です!
黒ごまも入って
います!

30g 120円(税抜)

♡ 有機玄米使用ボンセン (黒コショウ味・スパイスカレー味・ハーブソルト味)

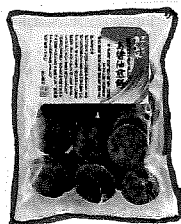


二度焼き製法で香ばしい!
オリーブオイル使用!
ハーブソルト味は、バジル、パセリ、オレガノ、タイム使用!
カレー味は、カレー粉、オニオンパウダー、ガーリックパウダー使用!
カレー味は 今話題のターメリック(ウコン)がとれてうれしい!

60g 280円(税抜)

♡ "召しませ日本"シリーズ (島醤油煎餅・焼き塩煎餅・生姜米煎餅)

玄米塩おかき・玄米醤油おかき など



国内産の原料使用!

見た目味・濃いめ!
食べるとしっかり濃い味が
おいしい!

高橋のお気に入り! 島醤油煎餅です!

80g 265円(税抜)

ターメリック
最新の研究で、
ガンやアルツハイマーの抑制に
効果があるといわれています。

♪ 皆様のお気に入りはこちらでいかが?

是非、いろいろお試し下さい♪

サン・スマイル！定期宅配やさいセット！ 旬の野菜を食べよう！美味しいお野菜届きます



サン・スマイルお野菜セットは無肥料自然栽培・農薬不使用・減農薬を
中心に全国の生産者さんより旬のお野菜の詰め合わせ！

その日届いた新鮮お野菜から厳選したセットです!!

生産地・栽培方法・種の情報など毎回明記した明細付！

(旬のお野菜お届けします！※セット内容はお選び頂けません)



【サン・スマイル 特選お野菜バック お届け内容明細】

しセット 平成30年7月3日(火)

～環境にやさしく豊かな大地を育む栽培。そして安心でおいしいお野菜 おいしいはあわせセットです～

	品名	産地	生産者	栽培方法	種
1	青じそ	埼玉	明石農園	無肥料自然栽培	自家採種
2	きゅうり	埼玉	明石農園	無肥料自然栽培	自家採種
4	ミニトマト	埼玉	明石農園	無肥料自然栽培	自家採種
3	ズッキーニ	群馬	たんぼぼ農園	無肥料自然栽培	自家採種
5	サラダミックス	山梨	小黑農場	無肥料自然栽培	固定種
6	グリーンリーフ	山梨	渡部農園	無肥料自然栽培	固定種
7	じゃがいも	北海道	折笠農場	無肥料自然栽培	自家採種
8	ごぼう	北海道	エナティ	無肥料自然栽培	固定種
9	赤玉ねぎ	福岡	すまいるファーム	無肥料自然栽培	固定種
10	大根	群馬	くらぶち草の会	農薬不使用	交配種
11	人参	熊本	水の子会	農薬不使用	交配種
12					
13					

< 7/3セット内容 >

感動の平飼いたまご付セット



おいしくて安心で最高!!



Lセット 4,165円

Mセット 3,246円

Sセット 2,796円

只今!!好評の平飼いたまご10個付野菜セット

ございます！貴重なたまごです

(産地は北海道・千葉・山梨のいずれかランダムです)

おいしいお野菜を食べてみたい！
という方へお試し野菜セットを
ご用意致しております各種L・M・Sサイズ
よりボリュームをじっくり選べます！後からの

変更もできますのでご安心下さい!!

お中元・ギフトにも最適です

おいしいお野菜が届いたら

感動しちゃいますね

好評受付中!!



毎回どんなお野菜来るのかな～
とっても楽しみですよ



お野菜セットとご一緒に、お店商品を お送りできますよ!!お気軽にご注文下さい

お野菜セット価格

【サン・スマイル 特選お野菜パック お届け内容明細】

～環境にやさしく豊かな大地を育む栽培。そして安心でおいしいお野菜 おいしいはしあわせセットです～

Lセット 約8～12種類の野菜

価格 3,519円 (本州・四国まで送料込・税抜)
3人家族1週間分程度

Mセット 約6～8種類の野菜

価格 2,600円 (本州・四国まで送料込・税抜)
2人1週間分程度

Sセット 約5～6種類の野菜

価格 2,150円 (本州・四国まで送料込・税抜)
1人家族1週間分程度

Sセット

平成30年7月3日(火)

	品名	産地	生産者	栽培方法	種
1	枝豆	埼玉	安藤農園	無肥料自然栽培	自家採種
2	青じそ	埼玉	明石農園	無肥料自然栽培	自家採種
3	ズッキーニ	群馬	たんぼぼ農園	無肥料自然栽培	自家採種
4	サラダミックス	山梨	小黑農場	無肥料自然栽培	固定種
5	じゃがいも	北海道	折笠農場	無肥料自然栽培	自家採種
6	トウモロコシ	千葉	さんぶ野菜ネットワーク	農薬不使用	交配種

＜本州・四国まで送料込・税別＞
クール代別途かかりません!!

＜ 7/3セット内容 ＞



**Sセットは6品は少ないかな～と思いがちですが
根菜・葉物・果菜類が入り意外と安定感あります**

実は…ほとんどのサン・スマイルスタッフはお野菜セットを頼んでおります！なんで!?!と思いますが
店舗勤務でも忙しくて買いそびれたり、新入荷のお野菜をチェックしたり、出荷センター勤務
ですと気が付くと店の閉店時間になっていたり、ご遠方の方だけではなく

お店にお買い物にいらっしゃるお客様でもお野菜セットは便利ですよ！

私は毎週Sセットで不足分お店で購入します！

妻は毎週お野菜セットを楽しみにしております～



【サン・スマイル 特選お野菜パック お届け内容明細】

Mセット

平成30年7月3日(火)

～環境にやさしく豊かな大地を育む栽培。そして安心でおいしいお野菜 おいしいはしあわせセットです～

	品名	産地	生産者	栽培方法	種
1	枝豆	埼玉	安藤農園	無肥料自然栽培	自家採種
2	青じそ	埼玉	明石農園	無肥料自然栽培	自家採種
3	きゅうり	埼玉	明石農園	無肥料自然栽培	固定種
4	ズッキーニ	群馬	たんぼぼ農園	無肥料自然栽培	自家採種
5	サラダミックス	山梨	小黑農場	無肥料自然栽培	固定種
6	じゃがいも	北海道	折笠農場	無肥料自然栽培	自家採種
7	ごぼう	北海道	エナティ	無肥料自然栽培	固定種
8	モロヘイヤ	千葉	さんぶ野菜ネットワーク	農薬不使用	交配種



各種コース： 毎週コース・隔週コース・
月1回コース・お試しセット(スポット単
発注文受け賜ります)

ご配送 火曜日と木曜日、金曜日にサ
ン・スマイルから出荷！

お申込お問い合わせはメール、お電話、
FAXにて！受付中

＜ 7/3セット内容 ＞

Mセットは良くバランスがとれており、お買い得感ありますよ

今日のスポーツライト

サン・スマイルスタッフおすすめ

スタッフ
日向



ワクチン取り調べご協力ありがとうございます！！
ワクチン接種状況の現状調査です。
店頭で調査続行中です！ぜひご参加下さい！
結果は年末にご報告致します！

新・予防接種へ行く前に

ジャパンマシニスト社 1,200円（税別）

日向オススメ書籍！



ワクチン・予防接種はなんで必要ないの？と思っている方もいらっしゃると思いますので、こちらの本を、オススメしたいと思います！！

予防接種にはいろいろな議論がありますが、「あまり深く考えず、おススメされている予防接種を受けてきた」「周りが受けているから受けるものだと思っていた」という方にはぜひ、読んでいただきたいです。病気ごとに予防接種が導入された背景や、副作用の話、受けないとどうなるかなどわかりやすく書いてあります。以前にも書きましたが、現在0歳の赤ちゃんが1歳になるまでに、定期・任意全ての予防接種を受けようとすると約20回もあることをご存知だったでしょうか？この時期の定期・任意のワクチン接種の事が中心に書いてあります。これから生まれてくる赤ちゃんや現在小さなお子様がいる方には特に読んで頂きたい本です。知識として知っておいた上で受ける・受けないを考える事が大事だと思います。

ワクチンとは？

ワクチンには2種類あり「生ワクチン」と「不活性化ワクチン」で、生ワクチンは、生きた細胞やウイルスの毒性を弱めたものです。そのワクチンウイルスが体内で増殖し始めます。例えば、水ぼうそうやおたふくかぜなどが生ワクチンです。不活性化ワクチンは細菌やウイルスを殺し、抵抗力を作るのに必要な成分を取りだし、活動しないようにしたもので、体内では増殖しないので、数回接種する必要があります。代表的なのはインフルエンザや子宮頸がんです。またワクチンは何で作られているかというとニワトリやサル、ウサギなどの細胞をつかい培養して作られています。もちろんたくさん添加物や遺伝子組換えされたものも使われています。

「NO！ワクチン！！」

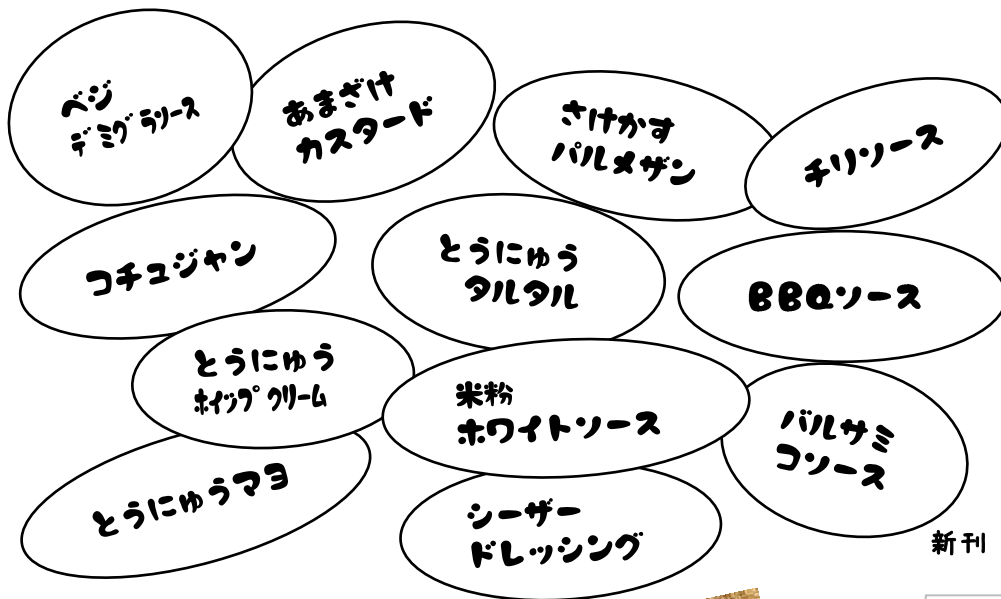
ワクチンについて考えてみて下さい！

例えば、定期接種になっているポリオワクチンは、もう30年以上自然感染しておりません。そのワクチンを打った後の副作用を考えたら、感染するリスクより打つ方がリスクがあるのではないのでしょうか？このように、ワクチンひとつひとつに対して、考えてみて、必要なか不必要なのかを家族で話し合ってみるのはいかがでしょうか？ワクチンに頼る前に、正しい食事をとり、真弓先生がおっしゃっている自然治癒力を高めてみませんか？



新刊！ おすすめレシピ本 「超ベジレシピ」

ベジの人も そうでない人も
みんなで一緒に「おいしいはしあわせ」を感じられ
る食卓を実現する、画期的なレシピ本！
皆が満足し・また食べたいと思うお料理満載！



店長おすすめPOINT！

料理の最終決め手となるソース
各種やベジスウィーツも掲載！
和だけでなく多国籍の料理を楽し
めちゃう！
まあれま〜！
ウハウハですよ！
「超ベジテク」が
満載！レシピの
数も盛りたくさん！



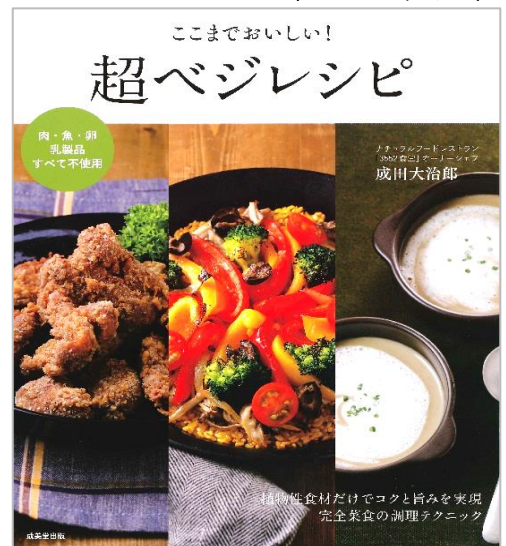
これで1,200円とは驚きです！

新刊 レシピ本 「超ベジレシピ」
1,200円（税別）

きのこで魚介の旨み！？
どうやるの〜！



店頭にて好評販売中！



著者 成田大二郎
埼玉3552 食堂オーナーシェフ
お店では肉・魚料理もおいしい！

てんちゃん「何も話そうかな」コーナー



連載中!「小麦は悪か?」第4話です~♡

いよいよ小麦のお話しも大詰めです!小麦の歴史に起った大きな変化の3つ目をお話します。

- ① 乾燥方法 (第2話)
- ② 薬品 (第3話)
- ③ 品種改良 (今回第4話)

ヒトツグ、フタツグ、サウゴリス、ファッロ、ウキチから、ふくさやか、春エ恋、テラム...小麦の品種名です。現在なんと25000種以上あるそうです。一番はじめに書いたヒトツグ小麦が今の25000種の祖先とされています。その歴史は紀元前にまで遡ります。紀元前と言えばそれはそれは遠い昔ですが25000種も爆発的に小麦の品種が増えたのはたった80年位前からです。(ロックフェー財団とメキシコ政府が協力した国際トウモロコシ・コムギ改良センターが中心) 5000年以上自然と共に歴史を重ねてきた小麦がたった80年で人工交配され不自然に改良されました。背が高く穂が長い古代種は栽培しやすく背が低く、日照りに耐える品種へと遺伝子操作をして変えられました。ここで1つ注意! 遺伝子操作と遺伝子組換えは別ものですヨ!小麦の場合は遺伝子操作。私はかねてから何故世界的に消費量が多い小麦をモンサント社は真先に遺伝子組換えの対象にしながらたのか不思議でした。大豆、トウモロコシと主要穀物は手にかけているのに...。でも小麦を調べると「なるほど」と思えてきた訳です。モンサントが遺伝子組換えするずっと前から小麦は遺伝子操作を尋常でない回数行っていたというのは、その理由の1つかも知れないと。これは私の考察ですが。さて、遺伝子操作はそれほどいけないのかという疑問もあると思います。トマトなども糖度が高く酸味

を減らした品種も人為的に交配と技術で作られていますし、他の作物でも栽培しやすいように改良しているものは多くあります。しかし小麦に関しては他の作物が比にならないペースで遺伝子操作が繰り返されてきた中、古代小麦の成分から大きく変わったのがグルテンです。ある実験では親品種には無いグルテンが子品種には新たに14種も存在したそうです。グルテンのみではなく、酵素やタンパク質も変異した新品种の小麦は食べて安全なのか?の調査はせずおこなっています。例えば、「新薬を作りました!人体、動物実験はしてません!でも大丈夫なはずですよ。みなさんどうぞ」という状態。又、もう1つ、1970年(約50年前)には放射線照射によって小麦の品種を固定させる技法が成功し40年前から流通にのっています。放射線ですのでDNAに直接影響を与える技法ですね。

さて、4回に渡り「小麦は悪か?」を連載しましたがいかがでしたでしょうか?小麦アレルギーが増えセアルク病も増え「小麦、よくないんじゃない?」とささやかれています。私の結論は「今の小麦は小麦じゃない!小麦の形をした人造穀物ではないだろうか!」永年に渡り自然交配のみで受け継がれてきた小麦は人の手によって不自然に変化をし、薬品、乾燥方法も全て人の都合で色されるようになり、今や小麦はヒトツグや古代種からヒトツグと別物のようです...。他の作物にない過酷な境遇を強いられました。私達はこれから小麦とどう付き合うべきか?ぜひみなさんと一緒に考えてゆけたらと思います!疑問、質問はお気軽にお問い合わせ下さい♡体にやさしい小麦のパスタもありますよ~♡

サン・スマイルお料理教室



普段の食卓で役立つ料理ばかり！どう切る？いつ入れる？
そのポイントとコツで仕上がりがガラリと変わる！
オリーブオイルで更にグッといつもの料理がランクUP！

五感を呼び覚ます

本当のオリーブオイルの使い方

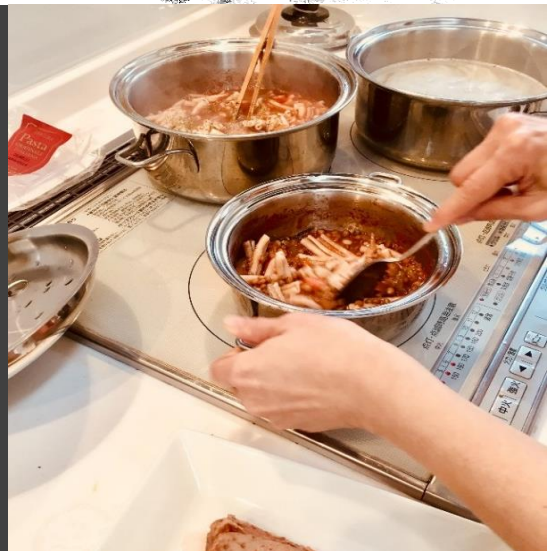
平成30年9月10(月)10:30～13:30

参加費:4,000円(税込) 定員10名程度

場所: Smile World 2Fキッチン

ふじみ野市西1-13-12 ※店舗とは異なります

持ち物:エプロン、手ふきん、筆記用具、残った時のタッパ



お申込: 自然食の店サン・スマイル

049-264-1903 ✉ mail@sunsmile.org

キャンセルは9/8(土)19時までにご連絡ください。それ以降は全額ご負担いただきます。

講師 朝倉玲子

自ら納得のオリーブオイルを探し当て輸入販売をするだけではなく、
現地イタリアにてAsakura自家栽培のオリーブ畑を所有し無肥料自然
栽培をも営み自社ブランドのオリーブオイル製造も手がけるスーパ
ーウーマン。数年前より古代小麦の Pasta や塩・ジャム・トマトの水煮な
ど幅広く取り扱いスタート。世に数多あるオリーブオイル製造の裏事
情どもリアルタイムに発信して全国を回っています。



耳・目・鼻・味覚・触感

自分の五感をフルに使って食材の旨さを感じて
みよう！ようこそ、本当のおいしさへ！

真弓先生ドキュメンタリー上映会のご報告



おかげさまで満員御礼の上映会でした！
たくさんのご来場頂きまして
誠にありがとうございました！！
(去る6月24日)

今年のサン・スマイルのテーマ「NO！！ワクチン！！」今回は小児科医真弓定夫先生のドキュメンタリー上映会を開催させて頂きました。以前弊社主催の講演会に真弓先生にはお越し頂いた事もあるゆかりのある先生です。

クスリを置かない医者が存在すること自体ありえないことです。真弓小児科は小さな診療所ですが、「名医」との評判を聞きつけた人々が全国から訪れました。しかし、院内にはクスリも注射もないんです。代わりに、時間をかけて生活習慣のアドバイスをする。「病気を治しているのは、医者ではない。本人の自然治癒力だ。」と真弓先生はおっしゃっております。

真弓先生に出会って、生き方まで変わってしまったという親子も少なくありません。今は残念ながら小児科医としては引退されてしまいましたが、真弓先生の意志を未来へ繋げていけるようにしたいとサン・スマイルスタッフ一同心から思っており、今回の上映会を開催致しました！

お客様からも今までワクチン打っていたけど考え直しますという方や悩んでいたけどやっぱりやめますという方もいらっしゃいました。そうやって考えて頂ける機会を作れたことが何よりもうれしいことです！

真弓先生監修マンガ大好評でした！！

やはり自然の形で生活することが、人間の自然治癒力を高めるという事が、よくわかりました。冷暖房を日常的に使うことで、人の体温調節機能が損なわれて低体温になってしまっている事。発熱、嘔吐、咳、下痢、湿疹などの症状は問題ないということ。症状というのは本来の元気な状態に戻すために起こるものなので出る分には大丈夫で、37℃あるぐらいの方がちょうど良いという話もありました。低体温は良くないから、食事を変えた方が良いという話もありました。現在の医療費が真弓先生が開業した当時、60年前の180倍にも膨れ上がっているという事には驚きました！！何でもかんでも医者に頼ることなく、自然治癒力を高める日常生活をするように皆さんも心がけてはいかがでしょうか？私も今回の上映会で改めて自然治癒力を上げる食をより徹底したいと思いました！

紗織さん・梅津先生の
プレミアムトークは
いかがでしたでしょうか？
あっというまでしたね！

スタッフ 日向



毎月 30・31 日が営業日の場合ポイント 3 倍！

今回のポイント 3 倍デーは 7/30・31(月・火)

当日税抜 1 万円以上お買い上げのお客様へ、
プレゼントをご用意いたしております～！

ポイントカードは登録時のみ 300 円頂いて
お作りしております。100 円で 1 ポイント 1
円が貯まります！ご登録いただくとお得なセ
ール情報もゲット可能です！年会費などご登
録後は一切費用が掛かりません。

かんたん！メール会員登録！

お店のお得情報、イベント情報はじめ皆様にお
伝えしたいお役立ち情報を配信中！登録・解
除も簡単です！パソコンの方は mail@sunsmile.org
へお名前をご明記の上送信して下さい。
年会費、登録料等はもちろん不要！！



スマホ・携帯から
←らくらく登録！



ご登録の際以下のドメイン解除をお願いします。
@sunsmile.org

毎週土曜日
たまご不使用・遺伝子組み換え不使用
てづくり

コロッケの日



今回の「ともの会」と「子育ておしゃべり会」

ともの会 7/24(火) 8/6(月)

子育ておしゃべり会 7/17(火) 就学前中心・8/3(金) Jr.中心

10:00～12:00 参加費 500 円(税込)

店内奥リビングにて 少人数制のアットホームな会です！お気軽にどうぞ！



ともの会は代表松浦と、子育ておしゃべり会は店長本道とのお話会。
食や健康、環境など毎日の生活を話題にし掘り下げていきます。
毎日の暮らしが楽しく笑顔であります様、子どもたちの将来が明るく
健康的でありますように。それには『今の暮らし』を考えてみるこ
とがとっても大切。本などで勉強するのも勿論大切ですが、生の声を聴
いたり話したりするのも色んな情報をシェアしあえて楽しいですよ！
8 月の子育ておしゃべり会は、小中高生の J r 世代のお子さんをお持ち
の方中心です。(就学時前でも勿論 OK) 小中高生のお子さんはお留守
番しててね！ママたちの作戦会議!! です(笑)



キャベツで熱取り体験をしました。おしゃべり会キッズたちと♥

ウルトラマンみたいだね！

毎月 12 日はトニイの日！



トニイの日って…？

トニイは今サン・スマイルで大注目の
「ヘナ」を販売する乙女なおじさんの名
勝手に語呂合わせで決めた 10(ト)2(ニ)
で 12 日。髪のお悩み相談 DAY です！

実際にヘナをしてみよう！ヘナ会 7/12(木) 詳細はお問い合わせください。

店頭で髪の相談しよう！8/10(金) 11:00～16:00

おねがい

店舗前の道路へ路上駐車は
ご遠慮ください。
店舗近隣建物の前も路上駐
車されません様皆様のご協
力をお願い申し上げます。

みんな
だいすき



サン・スマイル通信は医療従事者 松浦智紀が監修しています

夏季休業・臨時 休業日のお知らせ

弊社では、誠に勝手ながら、本年度の夏季休業と臨時休業を以下の日程で実施させていただきます。大変ご迷惑をお掛けいたしますが、何卒ご了承くださいますよう宜しくお願い申し上げます。

夏季休業 (※ 日曜日は定休日です。)

8月12日(日)～15日(水)

臨時休業

9月15日(土)～17日(月)



※ お問い合わせにつきましては、休業明けに対応させていただきます。



自然食の店 サン・スマイル

〒356-0052 埼玉県ふじみ野市苗間1-15-27

TEL 049-264-1903

FAX 049-264-1914

WEB <http://www.sunsmile.org>

MAIL mail@sunsmile.org