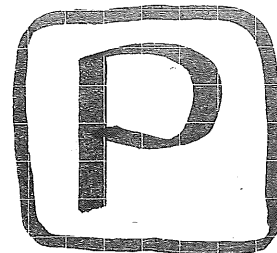


サン・スマイル



のご案内です

毎度ありがとうございます。
お車とお越しのお客様へご案内です！
駐車場は店頭(2台分) & となりの畑を兼ねたすべてのPに2台分ございます。どうぞご利用下さい！！
(Pへ入って左側の列の2台目と3台目です！)

〒□□□-□□□□

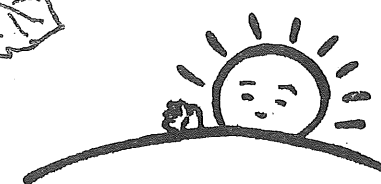
サン・スマイル通信

NATURAL FOOD SUN SMILE

自然食の店 自然の王国
〒356-0052
埼玉県入間郡大井町苗間1-15-27
【営業時間】AM10:00~PM8:00
【H.P】 <http://www.sunsmile.org>
【e-mail】 info@sunsmile.org
☎ 049-264-1903
FAX 049-264-1914

Vol. 53

日本自然食ネットワーク
J-naos 会員

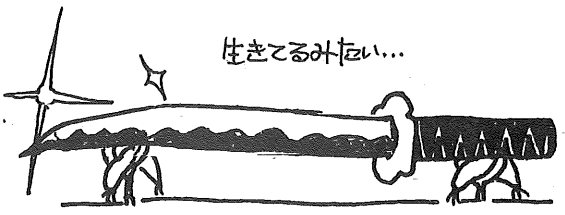


サンスマイルの想い... SUN·SMILE

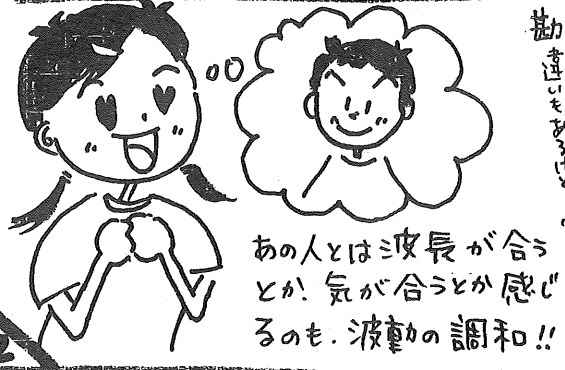
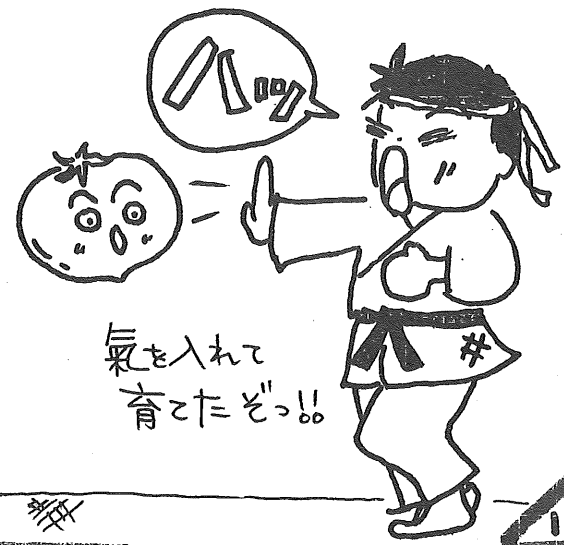
サンスマイルが何故自然食にこだわるのか。私達の理念をお伝えします

「気」のある食物!

気とか波動
大切にしています!



芸術作品でも、
精根、気を込めた作品
は、長い年月を経ても
輝きを失う事なく生き
続けます。



プロの料理家もこう言います



サンスマイルは、お米、お野菜
は、農薬・使用の有無という以前に
生産者の方の信念や思いに感動
しています。感動したお米・野菜
を仕入れ気の込めた精気
あふれる安全なものばかり! 生き
生きと愛情たっぷりで育てた(作ら
れた)ものをぞす! 私達の体にも
いい働きをします! 全然違いますよ!

平成十五年五月八日
よみうり新聞より

北海道北見市
無農薬・無投入(肥料)
秋場農園・秋場和弥さん

着の袷ついでに、一着に
新緑の新生を迎える北限地帯
の自然昇は、私たちの住む地
球と空間がいかにかつてナシッ
クに生成活動しているかとい
うことを、如実に知っています
と云ふ。

今年の北海道有機農法協同
組合の総会が、オホーツク地
域振興機構の自然農法に関す
る確かな実績を背景に、
たことば、昔様の循環型農業
への思い入れと、物質収支に
対する強い意識を確証したこ
とだ。

減肥減農薬が第一歩進ん
で、無農薬・無化学肥料への
門戸が開かれています。この門が
称賛(価値)のこぼれ口とい
います。一昨年のRASE(牛
海綿状脳症)狂牛病(騒動、
など)は公共機関でも指摘す

一次産業

NPO「環境保全型
農業を推進する会」代表

秋場 和弥 さん

無農薬・無化学肥料

る路農・化学農地帯(主に
タウネキ生産地帯)での地下
水汚染問題など、環境保全型
農業の実践者として、根本的
な発想の転換を求められてい
るような気がする。

私は二十七年間、農園の全
面を無農薬・無化学肥料で
つづけてきた。一
時期、農地改善した畑地に初
期生育促進程度の有機質を投
入したこともあったが、原則は
無投入。自分の畑から生み
出される緑肥の堆肥資材と作
物残渣のすき込みと可能な範
围での自家採取で、今後とも
環境保全型農業の試験的指標
訴えたいかな。

良好な土壌作りが基本

化学・有機・自然、どんな
形態の農業にも共通して言え
ることは、作物を育てる基本
的な方法は、しっかりと根張
りながら土壌環境にしてい
ることに尽きる。特に、自
然農法では元肥・追肥に頼る
ことが一切ない以上、適切な
温度・湿度・土壌環境
こそ唯一の方となる。耕起・
播種前後の天気予報、予測の
も、毎日毎日の土壌水分の
稼働を停めず、自然農法で
はならない。

自然界の循環に感謝し、そ
の偉大な力に作物の成長を
たのむが、放りっぱなし
にするのではなく、異常気象
下の今日でも、いかに
あっても、最高の根張りを醸
し出せるよう機械に配慮する
姿勢が大事なのだ。

今冬のインフルエンザの増
殖の猛威を恐るに及ばず、
自然界では人間にとって悪い
方も、これだけのすばらしい
ものだから、純粋に適切に
植物の成長の根幹である良好
な根張りができる環境を作
ってあげると、良い方の土壌
菌の無から育ちを生み出せる可
能性も無限大だ。

おきば、かすや 一九五二
年、北見市生まれ。中央大を
卒業後、故郷に戻って農業を
始める。合理化農業に疑問を
持つ。自然栽培に取り組み、傍
り、百人近い青年実習生を育
ってきた。

かいたのかい!!

自然食
元気!

夏は汗ばしうわな!
今から体力
つけて!!



お中元

※詰合せGIFT賜ります
店員にご相談下さい!
地方発送も致しております。

麦茶
(ティ-バック)

オーガニック

51パック 530円

麦茶
(煮出し)

有機栽培
国内産
やはり煮出し!

300g 380円

兴ズン茶

さわやか
リフレッシュ!
リーフタイプ

200g 700円

炭B・B
(黒炒り玄米と大豆の粉)

冷たい食べ物
ばかりではお
なかがかわいど
う... ホットとどぞ

30袋 2500円

夏冷麦 220g 160円

冷麦 250g 160円

めんつゆ各種

きざめの 380円

あせび 400円

白刺し 150円

阿波半田
阿波細せん

冷ども
おいしい
こしが
最高!!

320g 400円

夏のお弁当に
入れておこう!!

小梅干
紀州南部産

40粒
前後
入ってます!

120g 720円

生おろし

110g 350円

焼肉スパゲッ
ラーメントース
ドレッシングetc
(マヨネーズタイプ)
スタミナ補給

シークワサー

沖縄産 100%
ビタミンCたっぷり
紫外線と疲労は
お肌の為にも!!

500ml 1800円

トコゼリー

ぷりんぷりんにおいし〜!!

ゆづ. キウイ
10イン. みかん. マスカット

カップ入 各 150円

天然もずく

乾燥99%

新発想
食卓の時に
パッと活躍!

400円

元気な夏野菜
モリモリです!

7/2 超お
すすめスイカ
お中元是非! 入荷定!

蚊退治!

白菊の
線香

蚊の嫌いな香りぞ
寄せ付けない! 100%殺滅か

30巻 750円

アリ退治!

くすの木ほうのう
天然防虫油。
よく効く!! 蚊に
刺れや水虫に
もいい!!

180ml 1050円

北海道 菅野さんのはちみつ

菅野養蜂所

入荷!!

大変お待ちしております! 新物のはちみつ入荷です!!

レング	600g	2750円	300g	1470円
リンゴ	"	1600円	"	940円
ト干	"	1600円	"	940円

これから他種も
続々入荷します!

かんすい通信
郵送してます

講読料 1通 125円
(年々費 1500円)

*ご来店のお客様には
差しあげております。
お店から離れずにお友達
などに、ぜひご紹介
下さいませ!!

セール

7/12(土)

7/13(日)

みなさま、お待ちしております!

発送賜わります

5000円以上で 半額 送料
1000円 " 無料 } と送料
※主都圏通常550円です #必ず有

地方の方、送料お任せ
下さい!!

お店 兵庫の方
まとまった商品、商運
して下さるよ〜!!

おせねにいい 飲む健康

ヨーロッパでは
「処方箋のいらない医薬品」
として愛飲されています。

白樺

～お肌と身体のリフレッシュに～



ヨーロッパで古くから親しまれてきた白樺。その若葉は、老廃物を分解して体外に排出する働きがあるミネラルを豊富に含んでいるため、心身のリフレッシュや肌質の改善に効果があるといわれます。

200ml ¥2,300

お肌の健康維持や身体の代謝促進に。ハーブ系の香りで甘酸っぱい風味のエリキシル。
◆原材料: 蔗糖、シラカバ葉エキス、レモン果汁、ハチミツ



ヒッポファン

～季節の変わり目や免疫力の低下を感じた時～



グミ科の小低木。明るいオレンジレッドの果実には、身体の免疫力を強化して抵抗力を強め、風邪の予防や回復を助けるビタミンCがたっぷり。精神のエネルギーを高める働きがあるともいわれています。

200ml ¥2,300

太陽の光をたっぷり浴びて育ったヒッポファンのパワーが一杯。爽やかな酸味でさっぱりしたエリキシル。
◆原材料: 蔗糖、シーバックソーン果汁、ハチミツ



各2,300円!

体に合せて4タイプ!!

濃縮ですのど 木苺で割ってどうぞ!!

スローベリー

～心身の疲れを感じた時に～



ヨーロッパでは古くから知られている、バラ科の植物。サクランボに似た果実には、フルーツ酸やタンニン成分が豊富。新陳代謝を高めて疲労を回復し、精神をリフレッシュさせる作用があるといわれています。

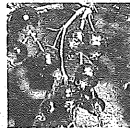
200ml ¥2,300

疲れを感じた時に、心と身体をリラックス。お子様や年配の方にもおすすめの甘くやさしい口当たり。
◆原材料: 蔗糖、スローベリー果汁、レモン果汁



カシス

～食べすぎや胃のもたれが気になる時に～



初夏に収穫されるカシスの果実は、香り豊か。蛋白質、代謝を促し、食物の消化吸収を助け、腸の調子を整える働きがあるフルーツ酸やタンニン、ビタミンCが豊富です。

200ml ¥2,300

胃腸の調子や便通が気になる方に。ベリー特有の甘い香りで、フルーティーな風味。
◆原材料: 蔗糖、クロフサスグリ果汁、ツルコケモモ果汁、セイヨウナナカマド果汁、スローベリー果汁

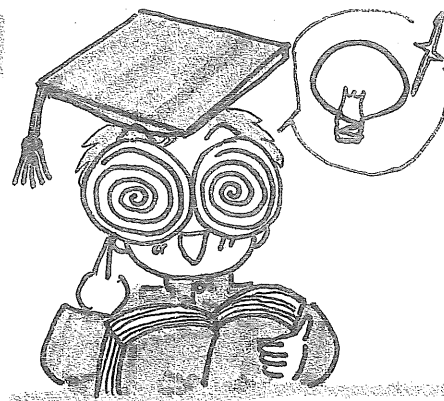


店頭にて
試飲できます!!

お声掛け下さい!!



★紫外線をあびた
ダメージお肌には
白樺 & ヒッポファン
がおすすめ!!



自然食語?! セミナー!

よく耳にするけれど、いまいちハッキリ意味が分らない
そんな自然食語の徹底解剖!!!

「オーガニック」

認許を受けたものだけに
ITに表記される語!

一般的に、輸入の農産物において有機栽培であり、更に無化学肥料のものを言います。「OG」と略して表記されているものもあります。

「シリアル」

神様の名前??

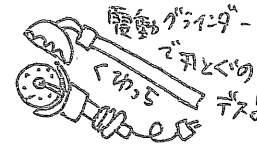
ローマの古い豊穡神ケレスに由来する米や麦を総称する英語。どうもろし、小麦、大麦など圧縮したり、火炙りしたりetc。古くは西洋では穀物は地霊・地母神の恵みとされていた。



哲哉の 単身赴任農業伝

880畝の北海道
北見市

やっとの思いで謎の白いシート(パオパオ)を人参のウネに全部かけ終わったら、最初にかけた所はもう既に、草が生えていたのだ!! シート(350m)を一枚一枚又剥がして、まだ手で取るほど大きくなって、長、取っ手の着いた鍬みたいなので、地道に草を採っていくのですと草の種が潜んでいる所を鍬でサク・サクひっくり返して行くのです。隠れていた草の種は、太陽光線ですぐ死んじゃう!! こうして何日も何日もサクサクしては、シートをかけて(風



とつた瞬間の強い時は風が舞い上がるように100mぐらいめくれちゃうとやり直し!!)こうして人参の



草取りは順調に進んでいくのでした、この頃は毎日天気で気が付くと遠くへの山々ぼーと見ていたり、心に余裕が出て来たりして。秋場さんは、相変わらず朝から晩までトラクターに乗って、遠く



くの畑に行ったきりで、ほとんど堀田さん2人きりです。朝畑に行く途中で、三時のおやつを買い込んで、休憩の時にコーヒーを飲むのが、唯一の楽しみ!!そこで何とサクサク草取りしている間に何者かによって全部おやつが食べられちゃってる!!『堀田さんひど過ぎる!!』なんてことを一瞬でも考えたことを、今でも深く反省しております、犯人は…なんとカラスでした、キツネ、とんびより強くとて賢いのでした。



地元 秩父のパン屋さん
 毎週 日曜日 入荷しています!!
 自家天然酵母使用

見るだけじゃ
 おいしい!!

① 胡桃満月 グランプリ受賞

キャラメルヌガーでくるんだ
 香ばしいくるみを
 パイ風の皮で包みました
240円

② シリアルクッキー

バター・卵 不使用
 オートミール・白ゴマ・ひまわりの
 種・くるみのぎっしり入った
 香ばしいクッキーです
350円

③ ナッツフルーツ

カレンツやいよかんピールと
 くるみが入って
 やめられないおいしいさ
450円

④ クリームチーズいちじく

いちじくパンの生地
 サワークリームをブレンドした
 クリームチーズを包みました
 人気のパン
240円

⑤ シナモンロール

シナモンのうずまきの中に
 ローストくるみが
 コロコロ入っています
150円

⑥ ノヴァのオーガニックくるみ

お客様の為の小袋入り
 80g入

⑦ くるみロール

くるみパンのロール版
 かわいいおいしいたのしい♪

⑧ ユスティアツタノア

切り分けたパン生地
 そのままの形に焼き上げました

⑨ くるみレーズン(ノア・レーズン)

どっしりして味わい深い
 黄金のコンビ

⑩ くるみクッキー

くるみサクサクバタークッキー
 大人気のクッキーです

⑪ いちじくパン(パン・オ・フィグ)

くるみといちじくの
 すてきなカップル
 とてもお似合い
420円

⑫ くるみパン(パン・オ・ノア)

くるみって本当においしい!
 と思うパン
420円

⑬ いちじくタルト

くるみといちじくたっぷり
 マカロン風生地が
 サクサクのタルトにぴったり
180円

⑭ マカロンウォールナッツクッキー
 第8回ウォールナッツコンテスト
 菓子パン部門賞受賞
 アーモンドクリームをまきこんだ
 スイート生地を
 デニッシュでつつみました
180円



さんさん 店長さん

先月本当にお蔭様でサン・スマイル現地にオープンして一年経ちました。感謝セールでは、延べ800名近いお客様のご来店を頂きました。昨年店のオープン当初、お店が三ヶ月もつか・・・明日もお客様が来て下さるのか。。。と不安で一杯でした。一年経たせていただいて、皆さまに支えていただいて本当に感謝で一杯でございます。ありがとうございます!

サン・スマイルはお米・野菜を皆さまに食べていただきたくて、お伝えしたくて「自然食」のお店を始めました。

「自然食品」の店ではなく「自然食」の店サン・スマイルとしましたのは、「品」という言葉に少し抵抗があり、自然から人が良くなる(食の字を分解すると「人が良くなる」とかきます)お店でありたい!と言う想いもこめました。自分が人間的に未熟なのに店から人が良くなるというのも、おこがましいにも程ありますが・・・そういう店をこれからも目指してまいります!

2年目の目標は!品数を充実させ、一つ一つの感動をお伝えすること、インターネットでの販売を始めます!!!

これからもどうぞ皆さまでサン・スマイル作り上げていただきたい!どうぞ皆さまに忌憚りの無いご意見とご支援をいただけますことをどうぞお願い申し上げます!2年目ががんばります!ありがとうございます!

しみじみ
 おいしいのよ?
 レシピ・ナ



～医食同源～

今日の幸せメニューは
 以下の通りぞゴザイマス♡

< 豆乳で作るクリームシチュー >

ハッピーでGOOD!!
 サン・スマイルの
 「高質豆乳粉」が
 おすすぬめ!

材料

- とりもも肉
- 玉ねぎ
- 人参
- じゃがいも
- しいたけ等
- 豆乳し..... 5カップ
- 酒の水..... 1/2カップ
- みそ 大さじ3 } A
- みりん 大さじ3 }
- 塩・こしょう

- ① とりもも肉は1口大に切る。
野菜はとり肉に合わせて切る。
- ② なべにサラダ油を熱してとり肉をこけ目がつくまで炒める。野菜を合わせ炒めたら酒(または水)を入れフタをして蒸し煮する。
- ③ 野菜がやわらかくなったら豆乳を入れ煮立ったらAを入れ10分位煮る
- ④ 塩・こしょうで味を整える。

ゆでた青い野菜を入れるは見た目も栄養もGOODです。

SUN SMILE 入荷表 陽

	月	火	水	木	金	土
自然農法30年 しよきふあ野菜						
平飼有精卵						
豆腐・パン						
安心野菜						
低温殺菌 ハチネ牛乳						

黒うさぎのパン → 日曜入荷 ☆ 都合により変更がある場合もございますご了承ください。

取扱開始!!

WEILEDA (ヴェルダ) 基礎化粧品

ワイルドローズ・アイリスシリーズの他に、アトピー性皮膚炎の方にもやさしい、アモンドシリーズも入荷しました!!

お休みのご案内

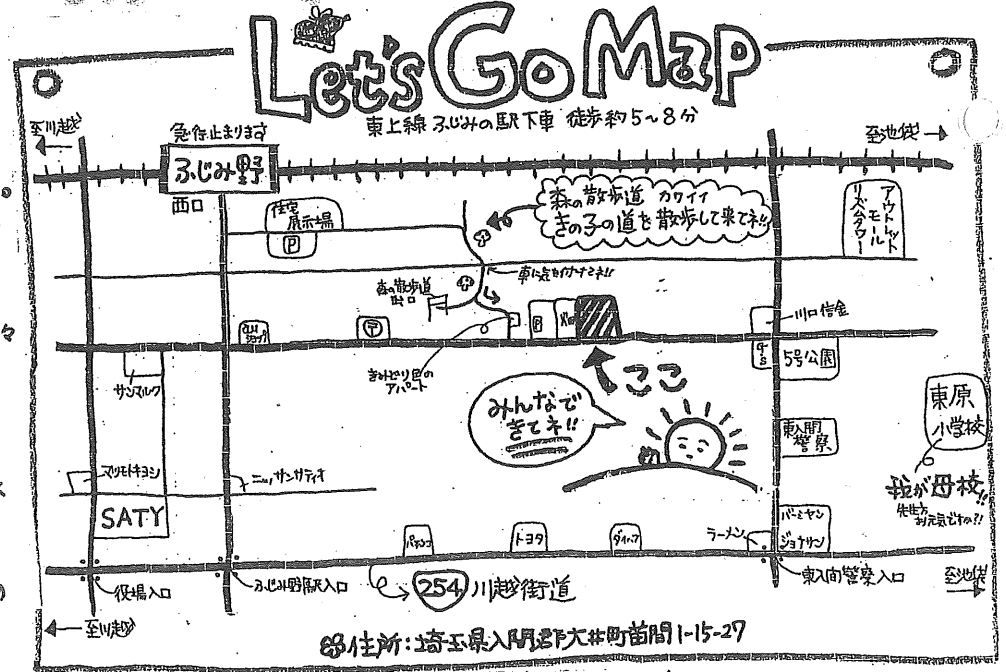
1/21(土) 1/22(祝)

誠に勝手ながらお休みさせて頂きます。おわび申し上げます...

編集後記

「感動しました!!」

私は、感動してしまいました。
一周年を迎えたサンスマイルの感謝セールで、毎日一週間、沢山の方々にご来店頂いた事!!
OPEN当初、閑古鳥の鳴く店に悩んだらとうとう、不安一杯でした。それが、こんなに沢山の皆様に ご愛顧頂いているなんて!! うるうる ありがとうございます。



〒350-0115 埼玉県入間郡大井町苗間1-15-27