


サン・スマイル 通信

SUN SMILE

NATURAL FOOD

サン・スマイル

【営業時間】AM10:00~PM7:00

【定休日】日曜日 ※祝祭日営業

【電話】049-264-1903

【FAX】020-4664-1917

〒356-0052 埼玉県ふじみ野市苗間1-15-27

【H.P】<http://www.sunsmile.org>

【e-mail】info@sunsmile.org

自然食の店

お米・やさい・お豆・調味料・お弁当・パン・おかし
 ・本・せっけん・化粧品など約2000アイテム!

NO.
67

越前有機蔵 マルカワみそ

サンスマイルの 想いこた

ココロで食べる (心)

おいしいはシアワセ

『これ、体に良いかしら?』
『これ食べると体に悪そう...』
『これ、栄養満点だから好きじゃないけれど、食べなくちゃ...』

『お田さん 毎日毎日雑穀入りごはんはおきるゾ。』
『いえ... 何を言ってる...』

とにかく 楽しく、ムリせず おいしく食べましょ! 心も満腹にしようね♡

一体、私は何を食べたらいいのオ〜.....

上位50社の累計を出してみました。日本の味噌の生産量は前頁の合計にでているように、約50万トンです。

No	社名	県名	05年	累計(t)
1	マルコメ	長野	93,000	93,000
2	ハナマルキ	長野	45,000	138,000
3	マルサンアイ	愛知	27,780	165,780
4	ひかり味噌	長野	24,500	190,280
5	かねさ	青森	21,670	211,950
6	宮坂醸造	東京	18,070	230,020
7	山印醸造	長野	12,500	242,520
8	フドーキン	大分	12,660	255,180
9	イチビキ	愛知	12,800	267,980
10	岩田醸造	北海道	11,500	279,480
11	竹屋	長野	9,500	288,980
12	長野味噌	長野	9,600	298,580
13	福山醸造	北海道	8,480	307,060
14	山高味噌	長野	8,080	315,140
15	サンジルス醸造	三重	8,000	323,140
16	ますやみそ	広島	7,100	330,240
17	富士甚醤油	大分	6,930	337,170
18	日本海味噌	富山	6,600	343,770
19	かねこみそ	徳島	5,500	349,270
20	マルマン	長野	5,740	355,010
21	仙台味噌醤油	宮城	5,280	360,290
22	益子味噌	栃木	4,100	364,390
23	新庄みそ	広島	4,070	368,460
24	日本清酒	北海道	3,230	371,690
25	武田味噌醸造	長野	3,500	375,190
26	会津天寶醸造	福島	3,800	378,990
27	ニピン醤油	福岡	3,530	382,520
28	子守食品	長崎	3,800	386,320
29	三池食品工業	福岡	2,900	389,220
30	佐渡の味噌蔵	新潟	3,000	392,220
31	松亀味噌	長野	2,800	395,020
32	マルモ青木	長野	3,190	398,210
33	信州味噌	長野	2,980	401,190
34	ワダカン	青森	4,250	405,440
35	八丁味噌	愛知	3,090	408,530
36	ヤマエ食品	宮崎	2,750	411,280
37	ミツウロコ味噌	茨城	2,000	413,280
38	長工協組	長崎	2,310	415,590
39	ヤマク食品	徳島	2,620	418,210
40	加賀味噌食品	石川	2,440	420,650
41	本田味噌本店	京都	2,650	423,300
42	窪田味噌醤油	千葉	2,800	426,100
43	ギノーみそ	愛媛	2,000	428,100
44	ナカモ	愛知	2,300	430,400
45	野田味噌	愛知	2,300	432,700
46	富山協組	富山	1,800	434,500
47	シロコメ味噌	茨城	1,600	436,100
48	日本味噌	東京	1,950	438,050
49	上高地みそ	長野	1,900	439,950
50	横山味噌醤油	鹿児島	1,800	441,750

上位8社で25万トンとなり、日本の生産量の半分を生産しております。

上位33社で約八割の40万トンを作っています。

上位50社となりますと日本の味噌の90%を生産しております。

日本の味噌メーカー数が、約1050社ぐらいですから、残りの千社で5万7千トン一社当たり単純計算で、57トンの生産量となります。

日本の味噌工場の5%の工場で、90%の味噌を生産している、ガリバー型構造を示しています。

前項の合計欄をご覧頂きますと、全国の生産量は年々減少していますが、大手10社の7社は、現状維持またはトン数を伸ばしております。逆にその他の欄を見ますと、生産量は減少し続け、中小零細味噌蔵の苦戦が現れていることが分かります。

上位50社のうちの30社が、昨年よりも生産量が減少しております。

日本のお味噌メーカーさん1050社のうち40社で国内製造の80%を占めているなんて!

なんといっても長野県が日本の味噌処です。上位50社の県別割合

県名	生産量 t	上位50社での割合
長野	222,290	50.3%
愛知	48,270	10.9%
青森	25,920	5.9%
北海道	23,210	5.3%
東京	20,020	4.5%
大分	19,590	4.4%
広島	11,170	2.5%
富山	8,400	1.9%
徳島	8,120	1.8%
三重	8,000	1.8%
福岡	6,430	1.5%

また
⊕の四方山閑話 [連載] 第六

今、前回食を変へたことで劇的なデトックス（毒素排出）がされたと書きましたが、変へたと言ってもそれはやれ、ビタミン、カルシウム、ベータカロチンがどうのこうのだから、この食物は「陽」、これは「陰」などとかそんなしちめんどくさいものではなく、無農薬のお米、お野菜、添加物の入ってない物を食べるだけでした。



お米だって玄米でなく白米です。要するに無農薬、無添加の生命力あふれる物を食べ続けた結果、あの様なデトックス（毒素排出）がなされたと思います。今、食生活を変へて4年目になりますが、人間細胞が変わるまで5年かかると言われています。

今、確実に私の体は変わって正常な働きをしているのを感じます。その一番の証拠に風邪をよくひく様になりました。昔などは風邪なんかほとんどひいたことがなく、当時はそれがさも自慢かの様に「俺は健康で、風邪をひくのは体が弱いからだ」とさえ思っていました。

ところは実は健康どころか、体が正常に働いていなかったから風邪をひく力がなかったのだとわかりました。体が正常に働いていれば、毒素がたまればデトックスがスムーズに行われ、これが風邪となって鼻水、たん、汗という形で毒素を出してくれているのです。

私も一度風邪をひくと一週間位は青鼻や濃いたんがでます。そうやって毒素を出していただいて実にありがたいことです。人間永代（三代）の毒素を持っているといわれ、皮一枚の下は膿（毒素）だらけと言われています。

常に正しい想いや無農薬無添加の生命力ある食べ物を食べて、体が正しく働きスムーズなデトックスが行われ、少しでも毒素をなくしてきれいな真の健康体でありたいですし、皆様にもそうなっていただきたいと切に願ってます。

ところが無農薬無添加の生命力あふれる物を食べることは簡単にできますが、常に正しい想いを持つ、これはなかなか難しいことです。それがためせつかく良い物を食べながらも健康がすぐれない人をよく見受けしますが、その話は次回にて。



⊕の四方山閑話
**次回も
 お楽しみに!!**
 自分の体を通して
 知った事。あなたも
 同じ経験ありま
 せんか?

カンスマイルが一筋におすすぬする自慢の米

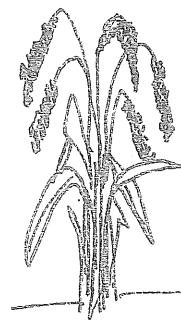
- 農薬不使用 3年間の実績!
- 宮城県古川・佐々木昭吉
- ひとめぼし(ササニシキ)
- 化学肥料一切なし!!

新米入荷

9月下旬
 入荷予定!

5kg 市販と6,000円が
5,100 ~ 4,200円!!

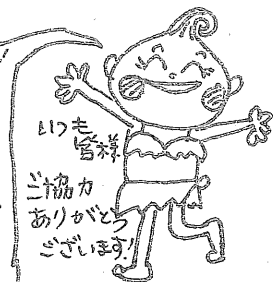
※ 年間ご契約一括払い、分割
 払い等で割引率が異なります。
 年間ご契約は新米日毎月に
 限らず随時お受け致しあり
 ます! 詳しくはお気軽にメール、FAX



冷めると **うまい!**
締りたぷり!
農薬なし!



お得な **年間一括払い**
 年間ご契約頂き、一括のお支払いだと大変
 助かります....。農家さんへ、お米の代金を一括支払
 いし、一年間の大切な資金として安心して作業して
 頂ける様、毎年皆様にお願ひしております!



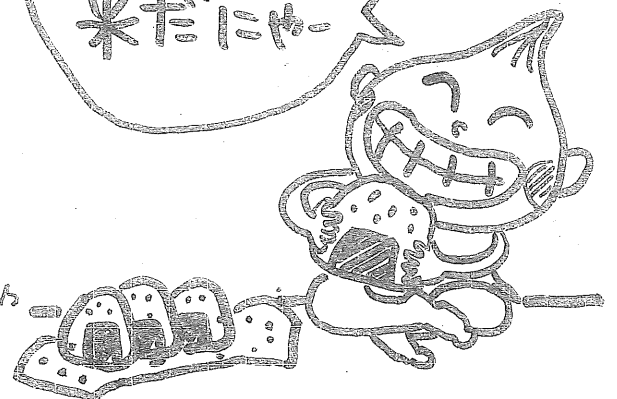
割引率UP!
 年間ご契約の
 一括払いが
 お得!!

⑤ 佐々木さんのお米は高い?!の? ④

確かに、高いですよ。でも....。日本人成人の平均消費量から計算すると、1日、1人当たり、たったの **105円** (30kgお米) なんですよ!! 缶ジュース1本より安いではないですか? (激安のお米だと、1人何円だろ...) 大切な主食が105円で安心とおいしさ付きで食べられる!! 市販と比べると高いけれど、1日105円って高いですか?!! ぜひ安心のお米を日常にどうぞ!! おいし〜る〜!!

いつも **うめえ**
米だにやー

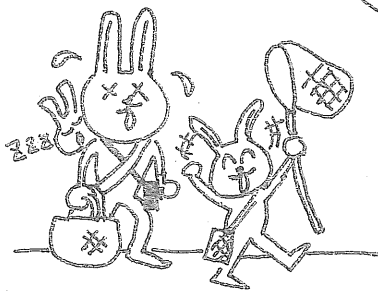
全国
 お米の品評会
2位
 の実績!!



かいたのかい ユーナー

おすすめ商品の紹介です

みな様～**夏** おつかえ Summer でした!



サンファン
三皇不思議シート

足裏シートで
疲れを取ろう!

あらフシギ!
樹液のカゴ
体スッキリ

☺ サン・スマイルのお客様の声

「10-0で立仕事。サンファンも貼って寝てます。貼り忘れた朝は、足が腫るのよ。」

☼ サン・スマイルの足裏シートは、数ある類似品の
中でも**元祖**の商品です!

旅行にも
持て行こう!!

三皇不思議シート



24枚入
(48コマ)
国産シート
24枚

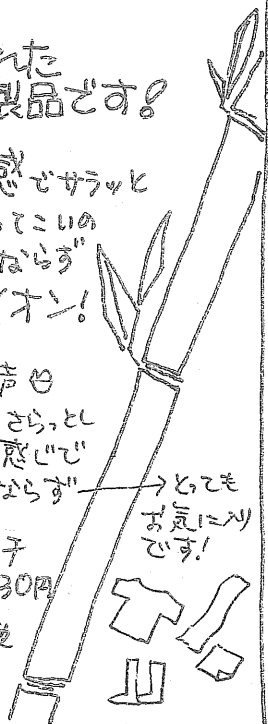
4830円

竹 から生れた
布製品です!

竹布は天然の**清涼感**とサラッとした
さあやが。インナーにも、もてこいの
性質! 汗の臭いが気にならず!
遠赤外線効果・マイナスイオン!

☺ サン・スマイルのお客様の声
長年のアトピーですが竹布はさらさらと
て肌にくっつかず呼吸している感じ!
他の素材と全然違う気持ちにならず!

Tシャツ 3990円
11-12号 530円
くつ T-shirt 260円
他
ボディタオル 1050円



→ どれも
お気に入り
です!

お掃除・消臭に66
2-カリアガス・スプレー
自然天然成分100%の製品

臭い・シミ抜き・ダニ
ハウスダスト・ガラス
キッチン・食器・枕
布団・消臭etc

2度拭きいらず

カーテンや
ワシントンにもシュッ!
色は便え家中気持ち
ちよく2335



300ml **980円**

諸君は
250ml
780円

超**おとう**
山形・蔵本町の
農薬・肥料不使用
(安藤アトム・ピチネ・高尾 etc)
入荷中! 早く売れて
店長もビックリ!
美味い証書!

ハーブ
in ティー
緑茶 & シモンガサ
ムネバロ-ミント
新登場 →

有機

女性に大人気!
スッキリさあやがな
おいしいお茶

280ml **136円**

化学調味料不使用
チキンコンソメ

地中海
天日塩使用

1粒 4.5g
×
10粒入

252円

PIEニウム 不使用の
ベーキングパウダー

☺ 2.5cc おかし・パン 作り!

114g **262円**

北海道・秋場町の
農薬・肥料不使用 豆使用!!

黒豆の水煮

黒煎でちみつ、砂糖や五豆
甘煮、etc 各種お料理に
もちんちんのままもおいしい!!

100g **262円**

生よりも、歯ごたえあって
香りもよい! 日持ちもよい!

山形産66

まいたけ

煮物にも、お弁当にも... いろいろ
使えます。ぜひお試しください!!

30g **525円**

安い
やすい!!

ダイスホルトマト缶

さい目の目にちかいためから
使い易い! 海外有機
認証済み!

410g **367円**

新食感!!
寒天トマト

恐る恐る一口
わ?! ニロ目
おいしい! ミロ目!!

スウィートな!
さとう不使用
ほんのり甘い!

110g
252円

香り華やか
純米酢 (有機)

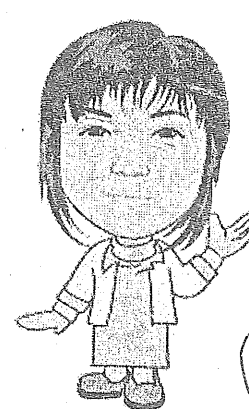
ツンときすぎない。まろやかさ!

500ml **441円**

発送 も致します!

お電話1本で発送受付
致しております! その日に
入った野菜等もご案内
致します! お気軽にごどうぞ!!

本州送料 600円
(5000円以上お買物 → 300円)
1回 " → 無料



野菜の無農薬・特別栽培・無肥料・有機栽培・農薬不使用・

農薬9割減などややこしい表示をまとめよう！

(当店では化学肥料を使った農産物は扱っていません！)

～無農薬・無化学肥料～

2年前からラベルなどへの表示は法律的に禁止になりました。減農薬とか、省農薬、減化学肥料なども禁止です。「現場レベルでその表示」や「消費者に残留農薬が0(ゼロ)という誤認を与える事」、「誇大表示に当たる」事などで禁止になったようです。実際とてもうその多い世界ですから。

～特別栽培農産物～

各都道府県で自治体が決めた農薬化学肥料使用量で半分以下の農薬・化学肥料を使った野菜です。この中には栽培期間中に農薬・化学肥料を一切使わないものもあり、使った回数を表示するようになっています。(認定が必要です)

例えば埼玉県の夏野菜！慣行的な農薬使用回数(農薬を普通に使う栽培:埼玉県農林部農産物安全課制定)なんとナスは約50回、トマトは約30回、キュウリは約40回です。これが一般的な農薬散布回数ですよ！(一覧は各県のHPから見る事ができます。)

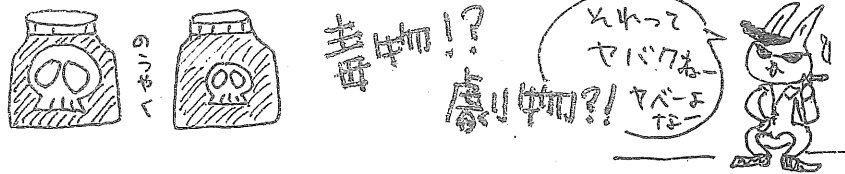
また、農薬の濃度や、散布時期、そして農薬の毒性は表記されません。現場レベルでの話が大きくなるので、なんともいえません・・・

ちなみに、農薬の種類は
土壌消毒・除草剤・殺虫剤・殺ダニ剤・殺虫殺菌剤・植物成長調整剤・殺菌剤・展着剤
などがあります。

そして、農薬の毒性(魚毒)については大きく3つに分かれています。

① 毒物 ② 劇物 ③ 普通物 です。されにそれぞれA,B,Cと分かれていて、「毒物C」の毒性が一番強く、「普通物A」が一番弱いものです。(特定毒物というものもありますが)

毒物Cを一回つかっても、普通物Aを一回使っても使用回数は一回としか表記されません。これは問題があると考えています。サン・スマイルの野菜で農薬を使っているものは極力普通物AもしくはBに限っています。



～有機農産物～

有機JAS法という法律で定められています。「有機=無農薬」と思われていらっしゃる方が多いようですが、使用が認められている農薬、化学肥料があります！またそれらは表記しなくていいことになっています。もちろん農薬を使わないで、一生懸命な方も沢山いらっしゃいます。

一口に有機農産物といってもその質にかなりの大きな差があります。

当店でも、有機農産物を一部扱っていますが、その中で使用された農薬があれば、その旨表記をしています。また当店では有機農産物を積極的に扱うという事はしておりません。あくまで生産者・流通業者との親密な信頼関係の中で本物をお届けいたします！

～減農薬栽培～

表示禁止の語句です。当店では例えば「農薬8割減」とか「農薬9割減」というふうに表示します。いまの法律に適合した表記方法です。当店で販売する野菜については、農薬毒性なども重きを置いております。また当店では化学肥料を使った農産物は扱っていません。

～農薬不使用～

当店で、農薬を使っていない農産物にはこの表記をしています。有機栽培認証や特別栽培農産物に関わる認証はとても膨大です。サン・スマイルではその手間は無駄な作業と経費と考えています。生産者の方とは信頼関係で成り立っている店ですので、ご安心してお求めいただけたらと思っております！

～無肥料栽培～

農薬・化学肥料はもちろんのこと、有機質肥料や石灰なども含め一切の肥料を与えない農産物です。肥料をやらないと野菜が育たないというのは、迷信だったという時代がくるかもしれません。当店ではこの無肥料栽培は、究極の栽培と考えています。肥料を減らす栽培をするだけで、虫や病気にかかりにくくなるということが、経験的にもわかり先進的な生産者や家庭菜園をしている人たち全般にひろがりつつあります。

～自然農法～

非常にあいまいです。団体によってその定義はまちまちです。農薬の使用は認めないまでも

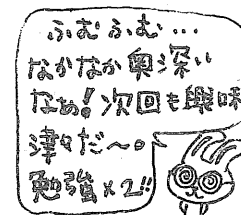
- 1) 植物性の肥料(油粕や米ぬか)のみ認めている
- 2) 植物性・動物性の肥料(牛フンなど)の使用を認めている
- 3) 植物性・動物性含め一切の肥料を認めない(無肥料栽培)
- 4) その他(法律の規制が無いので中には農薬を使ったものも・・・またまったく違った基準を持つところもあります。)

当店の自然農法の基準は

化学肥料、農薬を使わない、動物性肥料を使わないという前提はありますが、あとは、この方の栽培された農産物を私自身食べたい！そして、このお野菜を皆様にもお伝えたい！と思う物で、一番大切にしているのは栽培に携わっている「人」です。

これは文章であらわすのはとても難しいですが、栽培に携わる生産者さんの「心」がもっとも大切だと思っております。ですので栽培方法で納得しても、気持ちよくお野菜を作っていただける方の農産物しか扱いません。食事は気持ちよく楽しく食べたいですね。それが根源ですよ。

例えばいい食材であっても、作り方はいつもと同じなのに気分が落ち込んでいる時や喧嘩している時に作ったお弁当がおいしくない.....という経験がありませんか？これは科学では表せません。が事実として結果としてでてくる一つの例です。他にも沢山例はあります！サン・スマイルでは納得できる野菜しか販売いたしません！どうぞ楽しんでお召し上がりくださいませ。



(次回は自家採種や在来種、固定種の御話です)

さんさん お客様コーナー

皆様からのお便り
随時お待ちしております!!

3 通目のお便り

ありがとう
ございます



NATURAL FOOD
SUNSMILE

こんにちは、決して私の連載コーナーではないのですが... 田村です

又、また 良い物に出会ってしまったのでやってまいりました。

◆ 竹布のふきん & ボディータオル ◆

ふきんは、我家では子供が小さいので食事の際のお手ふき&口のまわりふきに使っています。朝から使い始め、夕方まで匂う事もなく、目が粗くさらっとしていて汚れ落ちも早いのでとても便利です。しかも、口の周りを拭くのを嫌がっていた子供が竹布のふきんに変えてから素直に拭かせてくれるようになりました... (今まで臭くて嫌がっていたのか??)

ボディータオルは日焼け予防に首に巻いています。なかなか首まではきちんとUVクリームを塗れないので今まではバンタナなどを巻いていたのですが竹布はしゃり感があり(光沢感も有)肌にはりつかないので快適です。秋になったら本来の目的に使ってみたいと思います。

田村さん
竹布仲間ですネ!
お便りありがとうございます。



店長

竹布 なんと!

竹から出来た布!
吸湿性・放湿性に優れ
肌ざわりは気持ち良い。
臭いもあまり出ない! 私にとって
もお気に入りの逸品! この
感動を是非一緒に味わい
ませんか~!!!

《竹布情報》

9/30(土)

竹布のメーカーさん
来店します。

竹布にかける熱い
想い!! 皆さんも
一緒に竹布に触
れ感動しませんか?

皆様こんにちは。あつという夏に秋が
ですね... 今年の夏は、いかがお過ごしでしたでしょうか?
夏好きの私にとっては本当に短く、貴重な1日1日でした...
私事... 今年の夏は母が寝込み、体のリハビリ中でした...
唯一口にできたのが、この農薬を使っていない野菜。
日照不足に関わらず、元気に育ってくれた野菜達。農家さんに
本当に感謝です。元々、体は丈夫ではない母。病院にも
行かずに、何れも薬に頼りませんでした。野菜達の命が薬です。
「いただきます」=命を頂きます... しめじみ感じましたー。
ありがとう!!



さんさん 店長さん

店長 松浦 智紀
うさぎ 女子き

最近季節の変わり目で体調を崩される方、精神的に落ち込んで
いらっしゃる方が多いようです。私の場合そう体調を崩すこと
なく、過させていただいています。なにか落ち込む時や、元
気の無い時もありますが、おいしいものを食べるととっても
元気になれます。果物では今でしたら富樫さんのブドウ。ち
よっと感動のおいしさですよ。そして、今年も始まりま
した無肥料のリンゴ。なんて素直なおいしさなんだろう~っと
毎回感激してしまいます。

いまサン・スマイルでレトルトの黒豆煮豆を商品化する計画がありまして先日煮豆のメーカーさん
からサンプルをいただきました。

ワクワクしながらそのまま食べてみてびっくり! とってもおいしい! そして、京都で豆料理を広
めていらっしゃる豆料理クラブ楽天堂さんに料理方法を教えていただいて、ジャコや青菜と炒煮して
食べてみました。そしたらこれまたおいしい! びっくりしました。

食べて「うあ~おいしい~」って感じる瞬間は、私、とっても幸せです。そのとき自然ってすごい
な~って、栽培する人も、料理する人もみんなすごいな~って素直に感謝できます。

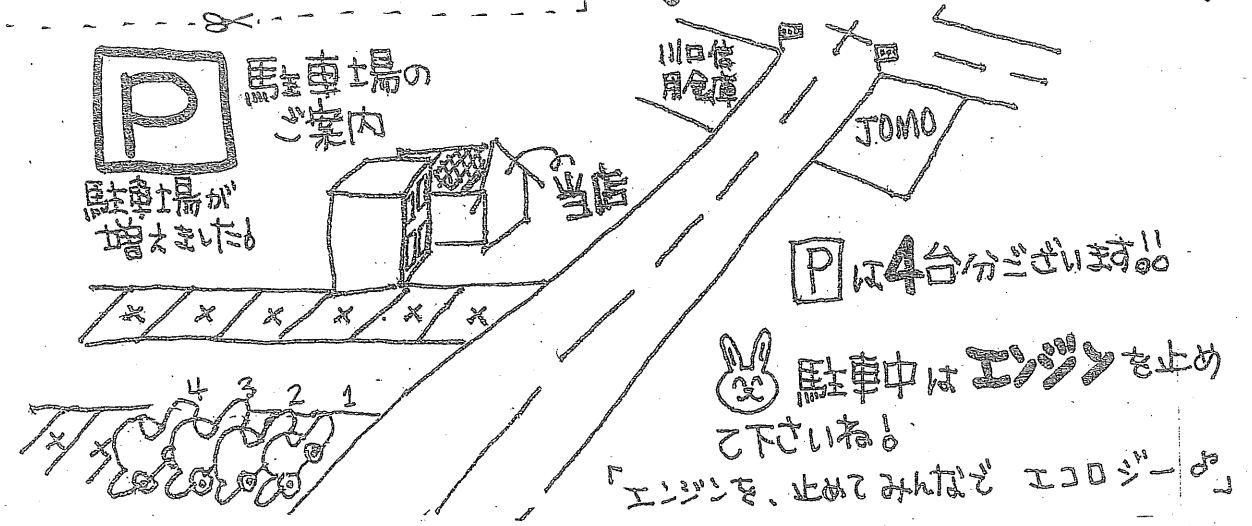
そろそろビールの季節も終わりです。ちょっと寂しいですけど、収穫の秋! おいしい食材をぜひみなさん
お試しくださいね!

== 入荷早見表 ==

くろくまぎ	10月・木
玄米おにぎり	火・木・土
やさし	毎日
五徳門豆腐	火・金
三え助豆腐	月
無肥料糸豆腐	隔週水曜
たまご	不定期です

みな様の声、お待ちしております！
 サインスマイルの商品で感謝がetc etc いろいろ！
 キリッ 茶屋で切りこ。スタッフまでお届け下さい！！

ありがとうございました！



サインスマイルのスタッフです！

