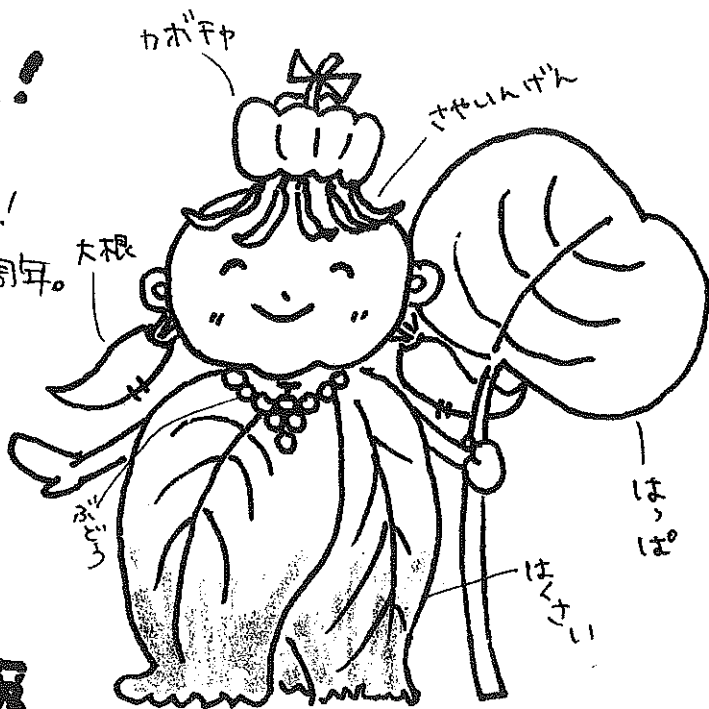


みな様 こんにちは!

毎度、ありがとうございます!
サン・スマイルです!

お陰様で、苗間にオープンして9周年。
心より御礼申し上げます。

今回のオープン記念日と一緒に
サン・スマイルオリジナルおやさい
キャラクターが言誕生しました♪
お名前募集中です!



サン・スマイルのイベント情報

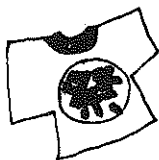
子育ておしゃべり会



6月15日(水)
10:00~12:00
500円

なまだけナマウイニ。
食も、体のケアもしてあげて、免疫アップの子育てとは? 楽しくおしゃべり!

大井祭り出店



7月23日(土)
12:00~売切
19:00
休横加ヨ広場

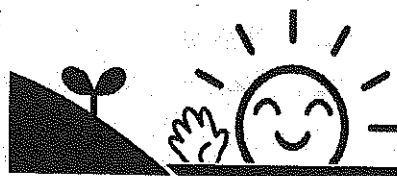
今年もお店(ま)大賑
わいの地元「大井祭り」!
勿論サン・スマイルの食材
を使います!お楽しみに!

アサクラお料理教室



7月未頃
予定

人気のお料理教室復活!
内容、詳細は只今調
整中です!決定次
店頭にてご案内致します!



サン・スマイル

no. 79

通信

SUN SMILE

NATURAL FOOD

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!

【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】 049-264-1914

〒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

海にも農薬!?

おむすびなどに使う「のり」。栽培(養殖)する際 農薬を海へ流している事、ご存知でしょうか? 病気にならない様に「酸処理」をします。

境目の無い海が使われるその農薬を辞めようとして立ち上っている生産者グループが熊本県出水市にいらっします。

一口に「農薬を辞めた」と言いますが簡単ですがそれに伴い、大変厳しい作業を要する様になります。真冬ののりの栽培中、潮の満ちひきに合わせ海中に腰まで漬り、のりも空気にさらし、病気にならない様にします。その他 苦勞も沢山ですが、志高いその生産者からサン・スマイルにも貴重なのりが届いています。のりのこたにさの板のりです。

香り豊かで歯切れも良く、とてもおいしいのりです。是非、ご賞味下さい!

夏の虫除けに注意!

そろそろ 蚊除けグッズを準備する季節ですね!

様々な虫除けグッズが市販されていますが、しっかりと選択しないとイケません。

臭いがしないタイプでも、しっかりと農薬と同じ成分が使われていたりします。

室内やお子さまのそばで農薬を焚くと思うと、とても怖いです。気を付けましよう!

サン・スマイルでは、天然成分から作られた虫除けグッズが色々ございます。スプレータイプ、アロマオイルタイプ、蚊取り線香、UV Cut クリームに虫除けがプラスされたもの等々。も ございます!(お取寄せ致します!)

また、虫に刺されてしまった時に使う、木酢液やピュアシスト、樟脳油もおすすめです! 自然の恵を活用した先人の知恵を私達もどんどん取入れて安心虫除けスタイルしてみませんか!

余計ですが...

よく「蚊取り線香」と言われますが

蚊を殺してしお程の殺虫成分とは恐いなと思います...


サン・スマイルの取扱グッズは全て「蚊除け」なので「蚊除け(蚊遣り)線香」と言うのが正しいですね~♡

蚊取り線香?

蚊除け線香?



サンスマイルの子育て日記

店長 ホドウ (7才女児・1才男児母) 

サンスマイルが、この苗間へopenしました当初
まだ未婚でした私。今年4月には長女が
小学へ入学しました。「えー早いわねー」と
お客様のお声! 奮っている私も超特急に
感じます。本当に日々子育ては大変ですが
とんどん、とんどんあて言う間に過ぎて
いってしまうのだですね。来々反抗期に備え
今の親になつてくれている子ども達の姿
を、しっかり覚えておかねばと再確認し
ました(笑)

とろろ! 妊娠・子育て中の親には大きな
心配事が出て来たりした3月...
子育ておしゃべり会でも「放射線」の話
は出てきています。

福島原発事故直後、1年生の娘と私は
外出時、マスクと帽子を必ず身に付けるだけ
外遊びを辞めていましたが、1才の息子は
そうもいきませんでした。マスクも帽子も1つ
はくれません。

現在はいくつか気を付けている事があり
ます。

- 昆布ダシをこれまでに以上に活用
- みそ汁を毎食
- 海藻を食卓に盛り込む
- やさいは、普段より洗う
- 石けんならぶきとまりでなるべく盥洗させない
- 掃除機をこまめにする
- 2日に1回の洗髪を毎日
- 酢の物を食卓に ↑2倍

皆さんはいかがでしょう? ...

ちよと面怪りな事も増えましたが、体によい
ことが増え、快適にもなりました。
お外遊びに少し制限はありましたが、いつも
と違った遊びが生まれたりの発見もあるな
と前向きに考えています。

「やさいをよく洗う」と書きましたが、産地ご
放射線物質の問題をクリアしていても、その
運搬経路ご付着も充分考えられますし、
洗って軽減されるなら、付着してはようがし
こまいが、洗って損はしませんので、そうす
る様になりました。以前は「洗濯機で洗わず使
いた我家なので、一般的に洗うようにならな
いというレベルではあります...。この問題
が落ち着くまで、どの産地でも洗って使
うようにしたいと思っています。

この事故があって、つくづく日本食の完成度
の高さを感じました。世界で原発事故が起
ると、日本食を求めました。体にとって
日本食が有効だからです。

事故は起ってしまいましたが、私達の身近
な台所に、みそがあり、海藻があり、海苔、
漬物、発酵食品が普通にあります。
これは、とても幸せな事だと思いました。
しかも、外国人の方が又か漬やうめぼし、
みそ汁や昆布の佃煮を食べた時より
日本人が食べた時の方が明らかに
「おいし〜♡」と感じるはずですよ。

子が親になる頃には、おいしい和食ほど
を沢山伝授してあげられる事が、次の
世代の健康を守る事につながるのだ
今のこの生活に感謝して、今日も昆布
だしもとっています! ♪

●放射性物質対策！その後の暮らし方についての提案●

サン・スマイル代表松浦智紀

放射性物質の新たな飛散はそれほどには心配いらぬというのが大方の見方で、私もそう思っています。

整理しますと

- ★今までに放出された放射性物質：60 京 Bq (京は兆の上)
- ★今後から新たに出される放射性物質はあまり考えなくてもよい (現状)
(→すでにほとんどの放射性物質は放出されたと考えられる)
- ★すでに放出された放射性物質は各地に溜まっている場所がある。
- ★特異的に放射性物質がたまる「ホットスポット」が存在する

埼玉や関東圏で生活する人の対策：

- ★庭では吹き溜まりや、落ち葉が集まっている所などを除去する。
(庭の吹き溜まり場所は早いうちに表層 5cm 位を除去する)
- ★家の中でもホコリがたまっている場所などを特に大掃除する。
窓や、床も含めて水拭きする。
→大掃除をすると 1/2~1/5 程度劇的に下がります (マスクしましょう)。
(セシウムは約 30 年間減りませんのでふき取りましょう！)
- ★泥んこになった子供は、帰宅後すぐにシャワーを浴びさせる
→習慣づけましょう！
- ★子供たち帰宅後に地表面近くでの遊びはなるべくさせない。
- ★生命力の高い食で強い体を作る (和食含め)

前회のご案内にも書かせていただきましたが、放射性物質、放射線対策には「吸い込まない」、「近づかない」「長時間触れない」ことです。

そして生命力の高い食をいただくことで放射線による遺伝子損傷に対応し、排毒し強い体を作ることです。(生命力とは「抗酸化力」「免疫力」「排毒力」)

サン・スマイルでは、創業から生命力の高い食品を扱うことに注力してきました。そして現在、自信を持ってお届けいたしております！

過剰になりすぎず、無関心でもなく、しっかりとした情報を元に行動実践していく事で今まで以上に健康を増進していきましょう！