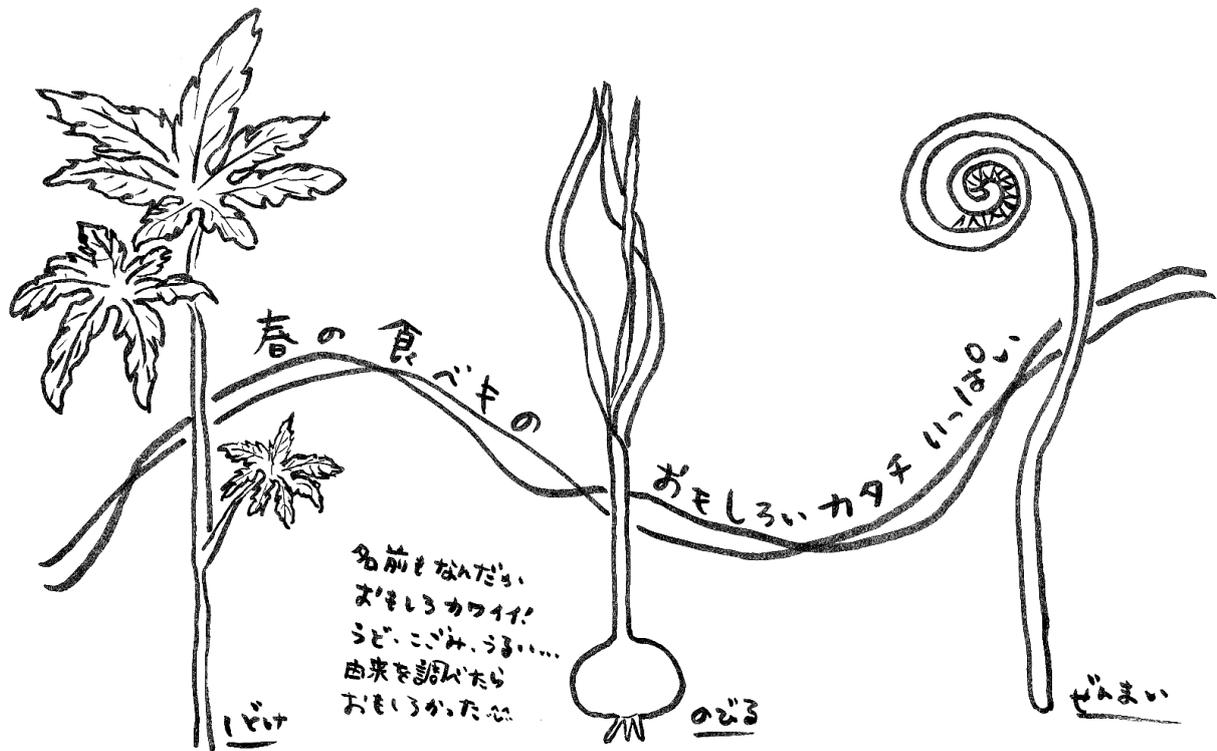


おいしいはしあわせ



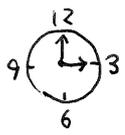
サン・スマイル通信

No.91 2017.3

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



てんちやうの「今日は何を話そうかな」コーナー



「おやつ時間よ〜!」「わ〜い♡」
おやつ = お菓子 time という感

覚めはすよね。甘いお菓子を許された時
間のような勝手な思い込みが無きにし
も非らず 😊

歴史をさかのぼると江戸時代におやつと
いう習慣が根付いたそうです。語源は
「八つ」。時間を表し、14~15時を指
します。江戸時代は1日2食で肉体労
働が多く、八つの時間に軽食を摂
っていたというところからおやつは続い
てるんですね。私の子達が通った保育園
ではおやつではなく二回食(2回目の食)
と言ってジャコを炒ったものや小さいおむ
すび、おやき等を出してくれました。おもし
ろいのは「みそスープ」。なぜみそ汁と
メニューに載せずみそスープなのかと言うと
薄〜いみそ味のダシスープだったのです。
子ども達みんな美味しそうにペロリ。
そう、お腹が少し空いたならお菓子で
はなく軽食でしょう! そもそも現代
は江戸時代の様に肉体労働は
かりではありませんし、洗たくも機械
があるし、お風呂も勝手に沸き、火

をおこす苦勞もない生活な上に一日
3食が主流。食べ過ぎではな
かろうか? 食べ過ぎは老化を早める。
て知ってましたか? 食べ物が体に入
ると消化が始まります。消化するには酵
素が必要。酵素には色々な種類と
役割があります。消化分解、呼吸、運
動、自然治癒力、そして思考にも。

もし酵素が体内に無ければ話せない。
動けない。息もできない = 生き
ていけないという事です。食べ過ぎれ
ば大量の酵素が消耗されてしま
うので大きな負担となります。やはり
腹八分ですね! では、酵素はど
うやって摂り入れるか? これは和食
の得意分野! 発酵食がおすすめ
です。みそ、納豆、しょう油、漬物
酒粕 etc. 麹もそうですね。ところで
私は一日二食です。おなかが空く
と12時前に早弁をいただきます(笑)

おなかが空くという体の信号に
沿って食のタイミングを考えるのも
いいですよ。



花粉対策 Sun Smileのオスス× コート

ア
ト
ロ
ピ
カ
リ
ア
、
オ
ブ
ス



250ml ¥3000-
100ml ¥1500-
(税抜)

→ かゆみの救世主!!
目がむずむず!! かゆい — 10
そんな時に目にシュシュ!!
そして、ティッシュやタオルで
拭きとって下さい。
私は目に
入れちゃいます。
スツキリ!!

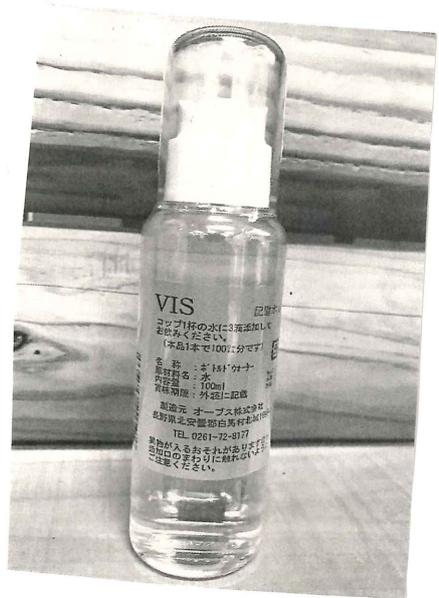
おた
めし
下
さい。
せ
ひ
!!

コップ1杯(200cc)のお水に
3滴入れるだけ!!

不思議なお水の
オブスの

記憶水 VIS

体内に吸収率のよいきれいなお水を送ることで、細胞の働きが活発になり血液のめぐりを良くします。色々な種類の記憶水があります。こちらの「VIS」が花粉症の方にはオスス×!! 自己治癒力を発揮することで体調を整えてくれます。



100L分の
お水が作れ
ます。

1日1L~2L
の食欠用が
おすすめ。

100ml ¥5000-
(税抜)

まだまだアロヨ!
日向さん
お原真いませー!
二枚のページ。

実は

マスク もあるんです!!

(パンデミックガード99) 高性能マスク
☆ 0.1ミクロンの微粒子を99%以上カット!

PM2.5
対応!!

☆ 抗菌剤不使用
立体構造で見がしめやすい!!
サラッとしています✓
肌荒れにくい
不織布を使っています。



60枚 6,300yen (税抜)
1枚 200yen

マスクスプレー



25ml
¥1350-
(税抜)

マスクにスプレーするだけで
レモン、ユーカリ、ティーツリーなどの
香りであきり!! 鼻に抜けるような
さあやかさです。

ぜひ!!
おためし下さい!!

鼻の下をデコルテに!
スースーするよ!



30g ¥2400-
(税抜)

パーフェクト
ポーション

花粉症の方はもちろん、風邪
などで呼吸が通りにくい時に
アロジントやユーカリ、ティーツリーなどの
香りでお肌感をやわらげ
てくれます。

プロポリス特集！！

花粉症の方必見！！スタッフ日向おすすめ！！

皆さん！花粉症の方って結構増えていて、現代病なんて言われています。
街中でマスクしてる方が多く見られますよね？
そんな花粉症に悩んでいる方には是非試して頂きたい商品をご紹介します。



プロポリスとは？

プロポリスの特徴として、即効性が高く、これといった副作用といった害がなく、歴史もあり国際的に認知度も高く、使用したら実感しやすいという特徴があります。

豊富な栄養成分が含まれていて、抗酸化作用があり、老化防止や病気になりにくくなる体づくりをサポートしてくれると言われていています。健康維持に大いに役立ってくれるでしょう！

プロポリスの歴史は古く、紀元前 3000 年頃の古代エジプトの時から親しまれていました。当時では、ミイラの腐敗防止にプロポリスが使われておりました。また、かのクレオパトラも老化防止にプロポリスを愛用していたという話もあります。

美容にも効果がありそうですね！！

そんな気になるプロポリス！！オススメ 3 商品をご紹介します！！

プロポリスのど飴（ノーマル・しょうが味）600 円（税抜）

ブラジル南部産ユーカリのプロポリスを使用しており、農薬・化学肥料をいっさい必要としない広大なユーカリ林に置かれたミツバチの巣箱から採れたプロポリスです。

安心・安全であると同時に、ユーカリ自体の効能が加わった高品質の栄養補助食品です。

プロポリスエキスは 100m g 入り！しょうが味に関しては 120m g 入り！

しょうが味はシュガーレスで砂糖を気にする方にはしょうが味がオススメ！

私もしょうが味が好きです！！



プロポリス原液タイプ（十年熟成・三年熟成）

十年熟成 13,000 円（税抜） 三年熟成 6,000 円（税抜）

飴と同様ブラジル産ユーカリのプロポリスを使用しており、木の樽で熟成させています。

プロポリス液の熟成にも木の樽は大きな力を発揮します。木質に含まれる成分による触媒効果で熟成が進み、濃度が増し、味・香りにまろやかさが加わり、かつプロポリス液の粒子が細くなり体内での吸収が向上します。

そんじゃそらのプロポリスとはわけが違います！！



使い方の例としてはハチミツに混ぜて使います。分量はハチミツ小さじ1杯分に対して、プロポリス原液を1～2滴垂らし混ぜます。水やお好みのジュースなどに混ぜて飲みます。

私の場合は、十年熟成を原液のまま試しに2～3滴口に垂らしそのまま飲んでみました。そうしたら驚きの結果が出ました。

すぐ体がポカポカに暖かくなり、いつも片方の鼻が詰まっていたのが、10秒も経たないうちに鼻の通りが良くなり、両鼻開通しました！！そのことをスタッフ全員にすぐ話してしまうぐらいの喜びでした！！（個人の感想です。）

効果自体は毎日朝昼晩と3回継続的にやって改善されつつあります。個人差はあると思いますが、たった2～3滴だけでしたので、本当に驚きました。是非皆さんもお試しいただきどれぐらい効果が出たか試してください！！

プロポリススプレー 2,500 円（税抜）

本格的なプロポリスを手軽にスプレーで口の中に2～4回プッシュするだけでプロポリスを摂取できます。

こちらでも安心・安全のブラジル産プロポリスを使用しております。甘草の甘みと和種ハッカのさわやかさで爽快感を感じてください！！

スプレーなので、携帯でき、持ち運びに便利です。

旅行の時や日頃の通勤の時にのどがなんかおかしいなと思った時に使ってみてください。



♪ B型主婦 ♪
高橋のおススメ!

花粉ってすごい!!

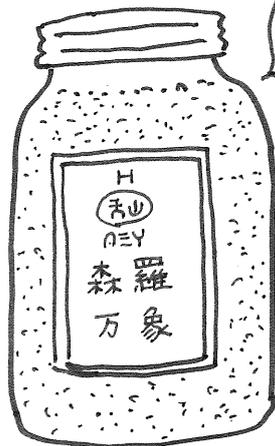


今、花粉(ビーポーレン)が、パーフェクトフードとして注目を集めています。働き者のミツバチは、花のミツを吸いながら、両足をさかんに動かして、花粉を自ら出す酵素で丸めてだんごにし、両足につけて、巣に運びます。女王バチは、花粉が不足すると、産卵がストップしてしまうそうです。ビタミン、ミネラル、タンパク質、酵素、必須アミノ酸等が豊富に含まれ、これらの有効成分が、活性酸素を除去したり、免疫力を高めるという働きにより、ガンや脳卒中、糖尿病などの生活習慣病を予防すると言われています。

ほんのり甘みがあり、私は小さじ1杯程を毎朝、食させて頂いております。森羅万象を販売されている河野さんは、疲れた時等にハチミツと一緒に食しているそうです。

天山蜂蜜と一緒に
の採蜜地です。

ミツバチさんが
一生懸命に
集めてくれた
1粒1粒の
結晶と思うと
いとおしくなり
食しています!



230g 10,000円
(税抜)

粒々の
顆粒に
なっています。



40g 3,000円
(税抜)

花粉症やアレルギー
の予防や改善にも
良いと言われています。

加熱に弱いので
生のままで食べてネ!



ぜひ!
食べてネ!

蜂蜜などでアレルギーが出る方はお控え下さい。他のアレルギー症状をお持ちの方は、まず少量からお始め下さい。一部アナフィラキシーショックを起したという報告もあります。医師にご相談してからをおすすめ致します。



お客様と工場見学

H29.2.2(木)

なかなか授業では体験できないと
学校をお休みして小学生も参加！



1週間前から納豆と柑橘を食べ控えて麴室への入室ができました！寒空の日でしたが部屋は麴の熱で暖かい！

狭山にある味の醸造さんへ見学へ行って参りました！
入間川周辺はいい水が上がり、酒屋が多いそうです。味の醸造さんも都内から入間川の水にほれ込み移転されて来たとか60年ほどの歴史を持つこだわりの会社です。



異物ろ過装置
これ以前にも濾過しているのですが念には念を入れさらに3回の細かい濾過をしていました。



是非「みりん」として使ってみて

味の醸造代表鈴木さん談の「へえ〜」な話

本みりんの「本」って、本物とか本格とかの「本」じゃないんですよ。酒税法が変わった時に「本」とつけると消費者へのウケがいいから「本みりん」とつけたんです。「味の母」はその分類でいえば本みりんではなく発酵調味料です。塩を使うので少しだけショッパイ。酒類と認められるには『酔っぱらえるもの』という前提があって、味の母は酔うほど飲めないから酒類にはなっていないんですよ。おもしろいでしょ。 レポート 本道



お手軽
インスタント

や 野 茶 い 焙 煎 せん

お子様にも安心

コーヒーの様な味

妊婦さんにも
やさしい

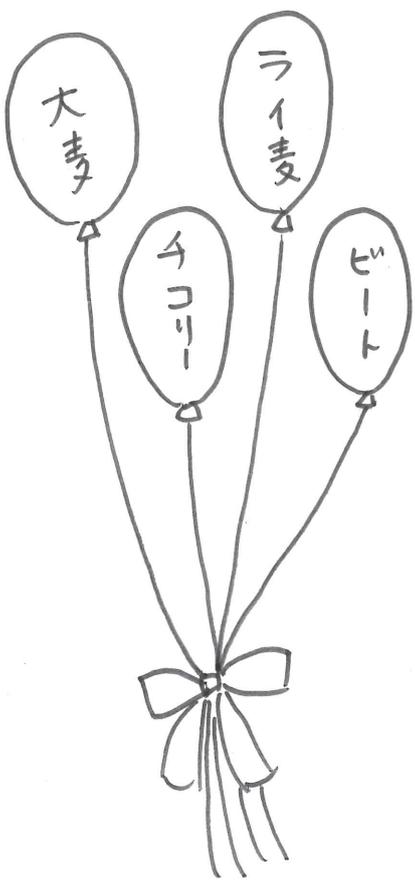
ノンカフェイン
ベジタブルコーヒー

スッキリとして
飲みやすい

コーヒーが
胃にもたれる方

夜寝る前でも
O.K

お湯、注ぐだけ!



穀物コーヒーは
おいしくないと思
っていたので
娘の家で飲んでみて
飲みやすいのにビックリ!
オイシィ♡

今では、主人と一緒に
毎日飲んでます。
主人はガマツ飲んでます。
注) ガマツ飲むという事は
おいしいという事なのです。



¥1,886 (税抜き) ¥1,200 (税抜き)

東欧の大自然の中
心を込めて作られた
穀物と野菜で作られました。

チョコリーは、若い葉や芽をサラダとして
根をコーヒーの代用として長く親まれてきた野菜です。



2才年下の主人は
妙に若作りして
います。

飲んでみてね

みんなも一緒にビックリ! オイシィ♡しませんか?

サン・スマイルのはっさく

はっさく！といえば、食べる時に手が汚れる割にあまりおいしくない、イメージあると思います。サン・スマイルの八朔、農薬肥料を使わずにとってもあっさりした甘みにさわやかな酸味！飽きが来ない八朔です！



以前、一般栽培‘かんきつ’農家の会合に出席したことがあります。その際、なぜ‘かんきつ類’が売れなくなったのか？という議論が中心でした。そこで出た結論は「昔よりまずくなった」という衝撃的なものでした。

昔食べた‘かんきつ’はどれもおいしかった！手が汚れるとかそんなことは考えないで、そのおいしいみかんを食べていたという結論です！生産者一同誰も反論がなく、沈黙のまま会議は終了しました・・・

農薬、肥料に頼り、糖度一辺倒で見てくれに注力した‘かんきつ’は、本来の味を出せなくなっているということです。

無肥料自然栽培の場合は濃厚で、甘味だけでなく風味豊かで後味もすっきり歯切れがよく、別物です！ぜひお試しください！

生産者1：加藤誠さん（熊本）

サン・スマイルとは約20年のお付き合い！サン・スマイルが引き売りしていた20年前初めて販売したのが加藤さんのみかんでもありました！

かんきつの生態を研究し尽くし、その濃厚さと美味は右に出るものがありません！70歳を超えた加藤さん愛情たっぷりです！

生産者2：Tony Farm 谷内俊文（トニー）（広島）
フリーカメラマンのトニーさん。

まったく農業と関係ありませんが、そんなトニーさんを変えたのが3.11でした。

真実を多くの人に伝えようと2012年3月11日に原発20kmの立ち入り禁止区内に入り、写真を撮ります。そして愕然とします。命のない世界とは・・・何ということだ、、、と！そして、立ち入り禁止区内に入ったとして警察に逮捕起訴されました。（20km圏内の写真はFBで見ることができます「谷内俊文を支援する会」）



恥ずかしがり屋で写真に写りたがらない加藤さん！



トニーさん

命とはなにか？その根本の農とは何かと自問する中、柑橘で有名な広島県生口島（いくち）に偶然に縁が出来、0.7h程の八朔畑を受け継ぐことになりました。現在面積は広がっていますがコツコツと愛情をもって畑を世話しています。

美味しく安全で、綺麗な八朔を育てるにはどうしたらいいか。剪定のやり方、雑草を刈るタイミング、土の乾燥状態、摘花や摘果などいつも悩みながら日々勉強を欠かさないトニーさん。そして愛情たっぷりのとても美味しい八朔が出来ました！

ぜひ皆様ご賞味いただけましたら幸いです！

記：松浦智紀

タイロウの本枯節

かつおぶしの粉

こはやしの
今月のおすすめは
コレ

かつおぶしは かつおぶしでも

高級料亭で使われていると言う本枯節の土質なかつおぶしの粉。

我家のだしは、粉末だし、液体だし、いりこ、昆布など
その日の気分へ各種使っております。かつおぶし粉も
出汁をとったり、おみそ汁にパウパウふり入れるだけで
風味豊かになります。 お豆腐やおひたし、お女子み焼にも

『かつおぶし粉を使って
カンタンしっとりふりがけ』

しょう油、かりん、酢少々を
お湯燗に入れ、サッと煮たてます。

その中へ

かつおぶし粉、じゃこ、いりこを
入れて混ぜ、いりつけます。

簡単でごはんが

すすみます。ぜひおためし

ください!!



45g 550 円
(税抜)

きざみ芽からぶ

スープや、おうどん、おそばなどの
麺類に、印焼きに、漬物に
トロリとすぐやわらかくなります。

海藻は食物繊維の宝庫!
たっぷり食べましょう!

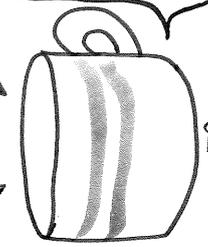


20g 308 円
(税抜)

カンタンなのに
本格的な
味わいです

きざみ芽からぶ
ひとつまみ

いそがしい
時の
おたすけ
スープ



かつおぶし粉
ひとつまみ

お好みで
塩、しょう油、みそなど

熱湯をそそぐと

スープの出来上がり!!



臨時休業のご案内

3月25日(土)

誠に勝手ながら上記日程お休みさせていただきます。大変ご迷惑をお掛け致しますが何卒よろしくお申し上げます。なお26日(日)は定休日です。

忙しい毎日にお役立ち！宅配野菜

無肥料自然栽培や固定種を優先に農薬を使用していないお野菜等、その時々で一番おすすめのお野菜をセットにした宅配セットを全国配送しています！店内の食材・加工品等も一緒にご配送可。お試しもできます！Sサイズ 2,150円(送料込・税別)～ ぜひどうぞ！

3月30・31日は

ポイント3倍デー！

ポイントは100円毎に1円分の現金ポイントが加算されています！30・31日が営業日の場合ポイント3倍です！（クレジット払いまたセール中はポイント対象外です。）ポイントはレシートの下に表示され、1ポイント=1円からご利用可能！ポイントカードご登録は店頭にて初回のみ300円です！



メール会員登録

サン・スマイルのメール会員登録

mail@sunsmile.org

本文にお名前と「メール会員希望」とご明記の上送信下さい。店頭でもお受けいたしております。年末年始や臨時休業のご案内。臨時特売品やイベントのご案内など配信しております。しつこいメールの配信は致しません。ご登録の際は次のドメインを解除してください。@sunsmile.org おまちしてます♪

次回の「ともの会」「子育ておしゃべり会」



ともの会 3月16日(木)

子育ておしゃべり会 3月6日(月)

10:00～12:00 参加費500円(税込)

店内奥リビングにて



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』を考えてみるのがとっても大切。本やネットで情報収集も大切ですが、みんなでおしゃべりしながらだとまたいろんな情報が集まります～！楽しいですよ！お申込は店頭へ049-264-1903

駐車場のお願い

お車をお隣の不動産MAST様の前に路駐しない様よろしくお願い致します。反対のお隣も住宅ですのでご配慮をお願い致します。

専用駐車場

お店の斜め向かいに12台分の専用駐車場がございます！

ありがと
うござい
ます。

