おいしいはしあわせ



サン・スマイル通信

No.93 2017.5

営業時間 … 10:00~19:00

定休日 … 日曜日 (祝祭日営業)

雷 話 … 049-264-1903

住 所 … 〒356-0052 ふじみ野市苗間 1-15-27

ホームへ°ーシ゜・・・・・ www.sunsmile.org
メール・・・・・ mail@sunsmile.org

フェイスブック いいね!お待ちしてます





おかげさまで 75 周年!

ありがとうございます!おかげさまでサン・スマイルはふじみ野にオープンして 15 周年を迎えることができました!至らぬことが多いですが、

食の本質から幸せをお届けさせて頂けるお店を ずっと続けていくことができるようにこれから も、精一杯努力してまいります!

これからもますます皆様と歩めるサン・スマイルを目指します! 心から感謝申し上げます。 誠にありがとうございます!

開店当時の写真をちりばめながら感謝のご挨拶 させて頂きます。

サン・スマイルは創業から今年の 11 月で 20 年 も迎えることになります。

最初の5年間はお店がありませんでしたので、 ひき売り中心で、各地でセミナーを開催し野菜



2002 年 平成 14 年 5 月 24 日開店準備完了! 松浦

宅配セットをお届けさせていただくこと。一軒一軒ピンポン営業してみかんをご購入いただいたり、実家の軒先でテーブルを並べて青空販売したりしていました。まったく先が見えない状態でしたが情熱だけは人一倍でした!

少し思い返してみても、様々なとても多くの方々にお世話になり15年を迎えられたことは、感謝しかありません。これからもお世話になりながらですが皆様に、地域にご恩返しができるように精



平成 14 年 5 月 21 日棚が入った!本道 この後開店まで 3 日間徹夜でした

サン・スマイルは

一杯取り組んでまいります!

「健康と環境を素にもどうそう!」
「人としての豊かさとはなにか?」
「健康でなければなにもできない」
「人は食べ物のお化け」
「おいしいはしあわせ」等の
キーワードをその時々で掲げてきました。

でも一番は、サン・スマイルがあってよかった! あのお野菜おいしかった!進めていただいたグッズがすばらしかった!アトピーがよくなった!健康になった!野菜嫌いの子供が野菜を食べるようになった!などお声をお聞きすると嬉

しくてしょうがありません!この仕事を選んで本当に良かった!と思える瞬間です。

何のためにサン・スマイルはあるのか?サン・スマイルは社会に必要なのか?サン・スマイルを通





H14 年 5 月 26 日 稲川 (左)、小林 (右)



H14年5月24日開店!(外観今と全く違います、、)

じてお客様に喜んでいただけること、 お役に立てる事は何なのか?等創業か らスタッフで話し合ってきました。

無い頭で考えても、いまだ結論は出ておりませんが、お客様がお帰りになられる際にお店にお越しいただ時よりも幸せを感じていただけるようにお客様の御意見をお伺いさせて頂けたらと願っております。これからもサン・スマイルがふじみ野でお役に立てますようにどうぞ皆様の御支援、御指導の程お願い申し上げます。



H14.5.24 開店当時のスタッフ!

15年!正直信じられません。創業から 20年!これも信じられません!本当に皆様に支えられ感謝しかありません。ありがとうございます! これからもどうぞよろしくお願いいたします!

\$H29.4.22(主) 19:00 肉店後棚粉羹カスタート!

砂なの模様精ないど Fresh Open. o

今年20周年を近えるサンスマイル! この期にお店といて皆様へどの様 に感謝をお伝えしたら良いか? 何度もmeetingを重ねました。 そのちの1つが模様替注!

より分り見く、見易く、清潔感は3 レイアウトを考えました8 皆様お 気に召して頂けますように…! ・一いたてせる聞んま財物でか

一夜明けて朝から再スタート!床もワックス小形

何も買い足さず、かて要的しい、風吹いてまれた」



サンスマイルレノちおしの が米とがはいまん 长岁秋秋光光季春 るように考えてみました。

> 20年続けて来られ たのは皆様のお陰は。 大切な皆様のお声を 何な、もと役立、使 いさいない者いをサレ

We are praying for your noppiness The state is the state of the state

H29.6月~ H30.5月。20周年Year スタートします!!

本コーナーにあるんです。 い打せで南は吉の土



わくおく たのしい 一年に!



ニオイ中毒?!

本当に近頃はあらゆる所でニオイが…。 柔軟剤や香水の強い方と電車で近くなると探気も出来ず、なかなか辛いものです。 往下を歩いてすれ違うだけでもすまり香が、 素の青にく鼻にまとわりかきます。 皆さんはそんな経験ありませんか?

タバコはダメ!柔軟剤Ok!?

タパコに関い健康への害は周知され 今では分煙は当り前ですが柔軟剤や 室内・トイレ・車内等の芳香剤は分け 隔でなく蔓延。という事は、多くの方々は タパコは害があると知っていても香料は 害が無いと思っているのごしょう。 これっておかしいな…。と日は同感じてます。

香料は天然と合成があります。 桑軟剤・シャンナー・芳香剤・化粧品・整 髪料・ハギワリーム・決剤 etc. そのほと んど(約95×位)は残念ながら合成か 香料で、約3,000種! 組み合わせで 様々なニオイが出来上ります。3,000種! 1つ1つの合成物質ならばその特徴(ア いだーを起しやすいなど)をつかめますが 複数を持け合わせ出来上、た香料は 正体不明。何を引き起すのか分りません。 又、香料の配合は公表されませんので知る すべき無く…。ま、そういた商品は香り 重視ですので、その商品の核ですから 企業としても公表するなんで、商品を マネして下さいと言ってるのと同じですかい ら、絶対できませんよね。

香料だい体内に入る!?

ロに入れないものなので軽視されがちですが、化粧品やシンプーは皮フを通して、柔軟を引や芳香剤は富や目の粘膜を通に吸いていれ易いと言われています。合成香料の害としては、めまい・眠気・呼吸器刺激・発が少性・皮のたばられています。実際これらの症状が無いという方でも、強いという方でも、強いという方でも、強いるかではかくの美味しい食事が楽しみきれなかた、なんて経験はありませんか?

そもそもあなたはクサイの?

こんなに暮らにこによいを持ち込む程、そもそもあかたはつけんでしょうか?音響を異臭がするのでしょうか?消滅させてしまれなければ取じずかしい臭いがあるのでしょうか? いやいや、そんな事ないはずです。間違ったエチケットでみなされないように願ってまる。ちたよれに私も子どすもしまとんど体は湯洗いのみですが、クサクないでおしまし、臭いたら教えでいる!) (笑)

究極の ホンモノの 馬油! 別名「ガマの油」 サン・スマイルで一番人気のお肌用 オイル!

最近、「馬油おじさん」と言われ、嬉しいような悲しいような・・・途方に暮れているナチュラル馬油製造元(株)日本創健:もとむらです。(^_^) 自分では若いつもりでいますが見た目はそうではないんですよね~それが現実。悔ちい。(*^*)

さて、気をとり直して私の会社と私の自己紹介です。 その前に「サン・スマイル様開店 20 周年おめでとうございます。」

私の会社は長野県「中央アルプス駒ヶ岳」のふもと、駒ケ根市にあります。製造者責任者兼二代目社長の舘内修一以下17名の小さな化粧品、清涼飲料水製造所です。



我がレモンマートルと

主に馬油を中心とした化粧品と健康飲料として肺に良い羅漢果液を製造しています。

現在、化粧品の製造が大半を占めており、それは馬油が、世界で唯一と言われるくらい動物由来の α-リノレン酸 (血行促進、抗炎症、抗アレルギー作用)を含み、その効能が評価されからです。馬油は一般的に白色が主流ですが、弊社の馬油は鮮明な黄色。常温ではトロッとした液状、寒くなったり冷蔵庫の中では、固まります。固まっても皮膚に触れるとトロけていき、スーッと皮膚に馴染んでいきます。(体温以下で製品化していますので、体温が油を吸収していく感覚です。)暖かくなる季節でもサラッとして、ベタベタしないんです。いいでしょう。V(_^)V

人間の体内から出る皮脂に近く、皮脂膜形成に最適なオイル。特に洗顔後のフェイスマッサージ、洗髪前の頭皮マッサージがおススメ。キレイな指先、爪を保てます。また、仕事の前、入浴前に使用できる点も特徴です。なんと、水面や湯船に油は浮かないんです。



軍艦島と SUN SET

馬油と羅漢果液に加え、のどや肺に良く皮膚の健全を保つ目的で オーストラリア産オーガニックハーブティー:レモンマートルを販売 しています。

次に私は、世界遺産に登録された軍艦島が望める長崎県長崎市高浜町の出身です。父親は公務員母親は農業を営む兼業農家の次男として、東京オリンピックの年に生まれました。私の故郷は過疎化が進み、町の人口は最盛期の60%(約6,000人)となり、耕作放棄地が年々増えています。そんな後継ぎのいない実家の土地

に、5年前、駄目もとでレモンマートルを植えました。(標高が高い場所は亜熱帯的な気候で比較的温暖です。)前 出のとおり、レモンマートルは爽やかな香り成分のシトラール含有量が他植物の中で最も多く、その中に含まれる抗 炎症作用成分:ネラール、ゲラニアールの含有量も多いので、風邪の予防等、季節の変わり目にぴったりのハーブ です。そのレモンマートは、私の身長を上回る高さに成長しています。

(株)日本創健:本村

サン・スマイルスタッフ全員 お肌に 愛用!

-家に-つ! 感動の! 日本創健の ナチュラル馬油 大特集!

馬油(バーユ)、日常的に使われている方は良くご存知でしょうが、使ったことない方は 全く知らない油でしょう。

ん?馬の油?馬の油なんてぬらなくても植物性の油の方がいいんじゃない? っと私も最初そう思っていました。

が、

馬油の歴史がすごい!なんと 1500 年の歴史がある油

日本では「がまの油」とも言われていた説があります!

お肌のトラブルや、ちょっとした傷にもよいです。私も去年大けがしたときに馬油を毎日 ぬってきれいになりました!考えたら人間も動物だった!

馬油にもいろいろありますけれども、草中心で育った馬、低温抽出の油はなんとサン・スマイルで販売している馬油だけなのです!

穀物をたくさん食べると全く違う質の馬油になり、高温抽出するとせっかくの油の成分が 壊れてしまうのです。

 α **リノレイン酸、オメガ3がたっぷり**でお肌の奥まで浸透するナチュラル馬油! ぜひお試しください! 一家に一つは常備!

製造メーカーの日本創健はもともとお肉屋さん。

社長の子供がアトピーで、泣きじゃくる姿を見て何とかしてあげたいと馬油を試すと子供 がぐっすりと寝れるように!

そうだ!多くの困っている方へ伝えるために製造しよう!とはじまりました 今では本物の馬油を製造するとこはほとんどなく、日本に本物の馬油を残すという使命も 感じながら製造し提案す!

【ナチュラル馬油の特徴】

- ①肌馴染みがいい。
- ②水仕事の前、入浴前に使用できる。 どうして?↓
- ③自然放牧の馬タテガミ下部脂肪部分のみ使用しているから。→α-リノレン酸豊富。
- ④人間の体温以下(36.5℃)の低温抽出だから。

レギュラー→35℃抽出。極(きわみ)→18℃抽出

【 α (アルファ) −リノレン酸の有効性】

(欧米、日本の研究で言われていること)

- ①なんと!水に溶けやすい! (極性がある)。
 - (二重結合の数が多く、炭素数が少ない脂肪酸は、極性がある。)
- ②血行促進 →血液循環が良くなる。皮膚弾力(柔らかくなる)、冷えの解消。
- ②親水性→皮膚内の水分と結びつき、保湿力を持続する。
- ③抗炎症→炎症を緩和する働きがある。
- ④抗アレルギー→リノール酸過多によるアレルギーを抑える働きがある。

※α-リノレン酸→EPA→DHA に代謝される過程において発生するホルモンがアレルギーを抑える。(活性の弱いロイコトリエン 5、プロスタグランディン 3、トロボキサン A3 等のホルモンが、リノール酸系統のホルモンと拮抗し、アレルギーを抑える)

【入浴の前、水仕事の前】

- ・入浴前の使用:皮膚をバリア、血行促進。 (新陳代謝が活発になり、皮膚基底層に蓄積した老廃物の発汗を促す。)
- ・水仕事の前:皮膚バリア。

(前に使用すると水仕事の後に手のゴワゴワ感がありません。食器、食品についても大丈夫です。)

【 α -リノレン酸の匂いが気になる】

- ①刺激の少ないせっけん等で洗い流す。皮膚に十分浸透していれば (個人差はあるが5~10分程度)効果は、洗い流しても効果は変わりません。※α-リノレン酸の匂いが強いときは、塗布する量が多いときです。
- ②ご自身に合った化粧水等、水溶性のものと混ぜて使用する。

【性 質】

●親水性(水分とよく馴染む)手の平でクリームや乳液を作ってあげる。 馬油が皮膚の奥へ運ぶ役目を行いますので、より良い効果が得られる。 ※混ぜて使用する場合は、必ず、ご自身の肌に合っている商品と行うこと。

【形状、色】

- ●形状:常温では液状、冷蔵庫保管では固体(動物の油は低温で固形となる性質がある)
- ●色:卵の黄身のように鮮明な黄色。
 - ※酸化すると白い乳白色になり、油やけしたツーンとする酸化臭になる。

この状態になるまで、開封後長くて常温約1年、常時冷蔵庫保管約2年以上が目安。 (冷蔵庫の中では固体となりほとんど酸化が進みません。)→保管は冷蔵庫がベスト。

【がまの油は馬の油だった?】

江戸時代5代将軍徳川綱吉が発令した「生類哀れみの令」により、

馬油を(われ馬:我馬)→音読みで「我馬油:がまあぶら」ともじったという説が有力です。

【馬 油の使用法①】

手荒れ

米粒分くらいの一滴をよくすり込むのがコツです。

甲と甲を擦り合わせて、

その後、手の平で軽くマッサージするように擦り込んでください。

この後、洗面器等に貼った水の中に手を入れても油はほとんど浮きません。



【馬 油の使用法②】

指先、手の平、ひじ、ひざ、かかとに。





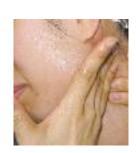




【馬 油の使用法③】

《フェイシャル》肌荒れ、しみ、しわ

- ①メイクを落とし、洗顔します。
- ②馬油を少量とり、ベタベタ感がなくなるまで、マッサージするように擦り込みます。
- ③約20分経過後、蒸しタオルで数分タオルパックします。
- ④氷等をタオルに巻き、数分引き締めます。
- ※①②は、入浴前がベストです。



【馬 油の使用法4】

《髪 に》

- ①入浴前、頭皮や髪に馬油をマッサージするように塗布します。
- ②ヘアキャップをして、入浴を楽しみます。
- ③最後に、安全なシャンプー、石鹸で洗髪します。



【馬 油の使用法⑤】

是非、一度入浴前への使用をトライしてください。 肌がしっとりするのが、確認できます。

- ①乾燥がある部分に十分擦り込み入浴します。
- ②不衛生な部分は、洗い入浴します。
- ③馬油を塗布した部分を軽く手で洗い流すか刺激の少ない 石けんで手で洗います。



【産前での活用】

・妊娠線の予防に

妊娠5ヶ月(お腹が目立ち始めるころ)ころから、入浴前に赤ちゃんへ語りかけるように腹部をマッサージします。

・出産時の会陰裂傷予防に妊娠8ヶ月ころから、産道馬油マッサージを行います。

【産後での活用①】

お母さん・赤ちゃん等

- おむつかぶれに。おむつ交換の時、米粒分くらいを塗布します。スティック 25ml がおススメです。
- ・沐浴時の入浴剤として。ベビーバスに馬油を数的垂らし、湯船に浮いた油で身体全体を洗い流します。

【産後での活用②】

お母さん・赤ちゃん等

- ・乳頭亀裂に。産後の痔の手当に。
- ・おむつかぶれ、あせも、湿疹に。→夏は ナチュラル馬油 25ml の需要大。
- ・たんこぶに。
- ・鼻をかんだ後、鼻の下のカピカピに。
- 花粉の時期、鼻をかんだ後、鼻の中に塗る。

【医療関係者からの馬油効能】

- ・マッサージに。(ベタつかず、血行促進、角質軟化作用があり、身体が温まる。)
- ・肛門に。→血行促進。
- ・主婦湿疹、手荒れ、肌荒れ、ひび割れ、しもやけに。
- ・ひじ、ひざ、かかとのカサつき等固い角質に。
- ・水虫のかき傷に
- ・老人性乾皮症に。
- ・湿布負けに。
- 床ずれ(褥瘡) に。

- ・巻き爪の腫れに。
- ・固い皮膚に。
- ・花粉の時期、目がごろごろする時、目のまわりに。
- ・鼻をかんだ後、鼻の中や鼻下のカピカピに。
- ・扁桃腺、甲状腺の腫れ、→のど仏の部分から顎の下へマッサージする。
- 咳がでるとき、ぜんそくの時、胸(肺の上) をマッサージする。
- ・小さいガングリオン(結節腫) に。・小さいイボに。
- ・スポーツの後、疲労した筋肉部分をマッサージに。
- ・虫さされに。・たんこぶに。
- ・妊娠線予防に。・術後(帝王切開後)のケロイドに。
- ・乳頭が固くなった時、また亀裂に。
- ・おむつかぶれ、あせも、湿疹に。→夏は25mlの需要大。
- ・洗顔後のフェイスマッサージに。
- ・生理痛の時、腹部から子宮の上をマッサージする。
- ・ナプキンズレ等でデリケートゾーンが荒れた時に。 男性も同様股擦れ等に。

【獣医師からの馬油効能】

- ・外耳炎に。 ・皮膚脂漏症に。
- ・再発性表在性膿皮症に。
- ・アレルギー性皮膚炎に。
- ・細菌性皮膚炎に。 ・肛門脳炎に。
- ・猫の口内炎に。・歯周病に。
- 脱毛に。
- ・肉球ケアに。・鼻の乾燥に。〈使用法〉
- ※シャンプー前に馬油を使用。
- ※患部を舐める場合は、散歩の直前に使用。

すごい!馬油!

記:松浦智紀

サンスマイルの UYTTIZ 紫外線吸収各月升 パラベンを 使用にいなり. 厳選いたお品式、〇

112 11 W

Sumprotector Cream

サンプロ 779~71-4

小豆大くらいの大きさで 茂原全体に広かります!

ウォータープルーフタイプで、汗、海、山に残り!

コツ:小豆大くらいをトントントンととキ旨で たたきなから顔に広げてくてきます。 ベタっきにくいですが、少々白くさよりやすいので (ぬる)よりはてこたいて、馴染をせて下さい。

208 42800 (科技)

つうス 虫よけ

458

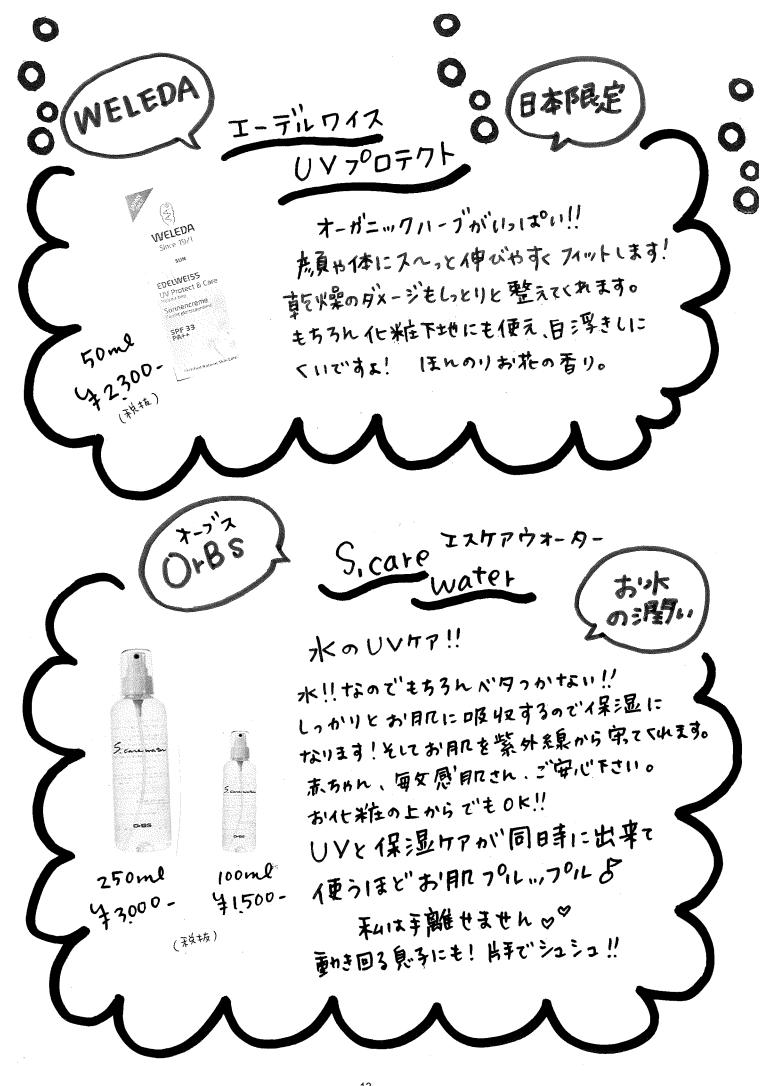
Sum ¥2100. (麻林)

SunMilk

オーガニック残分たっるこり。虫の嫌がるハーブも 配合さいていますか!、もちろれ、おろ様の顔に かっても大丈夫!! 十五ラル馬油も西で合されて いるため、日水支けによるシミや リバカス にも 強い味为。白浮きせず、石けれて" き失えます。

UVと虫よけWの参加果!!

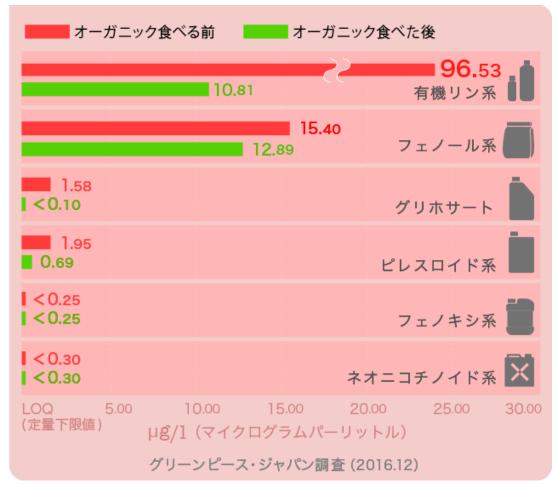
馬油伽



コラム【目で見える!体内の農薬!】

農薬を使っている食べ物、使っていない食べ物、見た目ではわからないですよね。 それを実感できる恐ろしい検査結果のご紹介です!

オーガニック食をする前と、1週間オーガニック食をした後の尿を検査した結果です。



グリンピースジャパン HP より 「子供がオーガニック食を食べる前と一週間食べた後の尿検査で検出される農薬の量」

世界的に見ても農薬を多く使う日本の農業。農家が悪いわけではなく、見かけを大事にする日本人、 旬以外でも様々な野菜を食べたがる日本人の好みに合わせて使用量が増えてきました。

(農薬の一番の被害者は農家です)

日本の農薬(ネオニコチノイド系)の基準は、EU と比べると、キュウリ 100 倍(日本: 2ppm,、EU: 0.02ppm)、お茶は 71 倍(日本: 50ppm,、EU: 0.7ppm)、食品添加物も同様ですが日本の国が認めているから安心ですというのは、疑わしいものです。

農薬は人間の神経系に影響を及ぼすといわれています。図の有機リン系は油に解ける性質を持った 農薬ですので人体にたまりやすい。じわじわと人体に影響を与え、子供大人にかかわらずイライラ したり、切れやすかったり、ADHDの原因とも言われています。

人間の体は、口から入るものからできていますので、極力農薬のない野菜を食べて 健康維持しま しょう!

サン・スマイル農園のご紹介

現在サン・スマイル農園の一部で花を栽培しております。 きれいなお花畑が夏に出来るようにスタッフ全員で取り

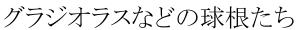
組んでおります!!





今年サン・スマイルは20周年を迎えます。 その節目の年にたくさんのお花が咲いて 美しくお店を色取りたいです。

お花作りは初心者ですので、お花を栽培したことのあるお客様のアドバイスをぜひお聞かせください! 今は何もないですが6月以降たくさんのお花さんたちでいっぱいになる予定! 超楽しみです!! たくさんお花が咲きましたらご来店の際はぜひ見学してください!!







【じゃがいも栽培】

種芋は無肥料自然栽培秋場農園のさやあかね たくさん育ってくれるのが楽しみです!!

じゃがいももお花同様夏ごろに収穫を迎えます。 昨年の台風でじゃがいもが大不作となってしまった中、 そんな貴重なじゃがいもですが、

種芋にし、無肥料無農薬栽培をしております。

無事に収穫できるよう願いたっぷりの愛情かけて育て

-15-

てます。



じゃがいも畑とサン・スマイル マスコットはるやくん



じゃがいもの新芽



このジャガイモではやく コロッケ作って~!



スタッフ 日向(ひなた)

サン・スマイル推薦図書!

皆さんにも是非読んで頂きたい! 推薦図書を紹介させて頂きます。

1.子どもには食べさせたくない遺伝子組み換え食品 芽ばえ社 1,000円(税別)

いまいち遺伝子組み換え食品について理解されてない方にオススメで、とても分かりやすく遺伝子組み換え食品の現状としくみを理解できる本です。

遺伝子組み換え作物の栽培が始まったのは1996年で、約20年たった今、日本ではまだ遺伝子組み換え作物の栽培は始まっていませんが、外国より輸入した食品のなかにたくさんの遺伝子組み換え作物を使用したお菓子や飲み物などが日常の生活の中に入り込んでいます。その理由として日本は輸入食料にたよっている現状があるからです。



また遺伝子組み換え作物は農薬とセットで販売され、栽培しています。技術が進歩し今では作物 自体に除草剤をまいても枯れない性質を埋め込んでいる作物も誕生しています。そんな性質のあ る作物を食べるなんて考えただけでも怖くありませんか?

「私は遺伝子組み換え食品なんか絶対買わないし、食べたくない!!」と思っていても知らぬうちに食べたり、飲んだりしてしまっていることはあると思います。

なぜなら表示の制度も非常にあいまいで、義務付けている食品は限定的で豆腐や納豆、味噌など。 その他の醤油や食用油に関して表示義務はないのです。

(表示義務商品の豆腐や納豆などで遺伝子組み換えでない大豆という表記を一度は見た事ありませんか?)

なので、スーパーで売っている油や醤油には表示義務がないので遺伝子組み換えの大豆が使用されている可能性があると思っていて間違いないと思います。

遺伝子組み換え食品が出回ってしまっている現在で、回避する方法は遺伝子組み換え作物を扱ってない食品店や農家などから購入し、安心な食卓を作るしかないのです。

安心な食材を購入し、安心な食卓を作りませんか?

2.田んぼ、はじめました。 とびやあい 1,080円(税別)



おいしいお米を、自分で作る!

普段はイラストで伝える栄養士の作者が母校の小学校で食育の授業を受け 持っており、お米の大切さを教えてほしいという依頼があったのがキッカ ケで、自分で田んぼをはじめお米を収穫するまでの物語が描かれているコ ミックエッセイです。この本は、本を読むのが苦手な方や子供でも読める 本です。

話の流れは専業農家に転職したわけではなく、作者自身が本業の仕事をやりながら田んぼを借りて、1年間稲作体験をしてみる話です。

話の中で作者が稲作体験するためにわざわざ引っ越して住み込むところは積極的ですごい!!と驚きました。

作者自身はもともと「田んぼをやりたい」という熱い思いがあったわけではないずぶの素人で、だからこそ、稲作を知らない人やまったく農業に興味のない人にも共感できる場面があります。コミックなので、笑える場面も多いですが、米つくりの魅力をビシビシと感じさせてくれる本です。作者は最初なんとなく始めた「田んぼ体験」も、すっかりハマってしまって、本業の漫画家を続けながら貸し田んぼで今もお米を作っています。これを読んだら、皆さんも作者と同じ気持ちになり田んぼを借りてお米を作りたくなっちゃいますよ! 文責:日向皆夫

サン・スマイル 指圧治療院のご案内

指圧ヒーリング

当治療院は全身指圧が基本です。全身指圧の意義は、全身を指圧することで体の機能を整え、本来人間が持っている自然治癒力を高めることでに疾病を改善することです。一例を挙げますと、よくある腰痛や肩凝り等の他に、お子さんが出来なかったのができたとか、逆子が治ったとかそして赤ちゃんのアトピーなどがあります。なぜ改善されたのかを証明するエビダンスはありませんが、おもいもよらぬ効果が認められます。しかし、私の目指すところは普段から全身指圧を受けることで自然治癒力を高め、





それと同時に生命力ある食べ物を食べて免疫力を高め 病気にならないようにする、いわゆる「未病」です。

当治療院はグイグイと力づくで押す痛い指圧でなく、 力を抜いて柔らかいタッチで全身を使って体重移動で 圧っし、深部まで圧が浸透することを旨とする指圧です。 指圧ヒーリングですから当然「気」も入れるイメージで

施術します。また畳の上での施術ですので安心して受けられます。またオーガニックの布団や着替えを用意していますのでアレルギーやアトピーの方でもご安心していただけます。

日本指圧ヒーリング【予約制】

料金 60 分:6500 円 80 分:8500 円

場所: ふじみ野市西 1-13-12

問合わせ: 匝 049-269-3336

mail: seisenkyou @sunsmile.org

駐車場あり

日本指圧ヒーリング院長 堀田卓郎



さずかしい?電磁波の簡単解説質

電磁波とは?

雷磁波二電場 + 磁場



交流と直流とは?

交流 = 周波数のする電気 → 電磁波が出ちゅう。

す流= " ない"→ "

出ない。

交流の代表→コンセントから電気をとるもの。家電など。 直流の代表→電池やバッテリー。

※状況になって 出る場合も かいす。

電場とでは場の特徴と対策

電場→アースをとる。

磁場→30cmへ (m 高触れる。

電磁波は 交流電気を使うと楽 住(まず) 電場で磁場) ご対保力法が違う んごする!!



電場と磁場の体への影響

電場 → 自律神経や皮ン表面 磁場 → 遺伝子損傷、内臓疾患・ 発がンなど

電場は離れていてきない。布かどもつたってきます。体は弱い電気に含む動いているので帯電はそのががとなり自律神経のバランスがくずれると言われています。血液がドルドロ・貧血・冷之・原鉄りと言った身近な症状を上げられます。又、帯電中はチリャホコリ等アレルゲンを体に引き寄せます。アピ性はフ炎の方には特に負荷が多さくなります。女性には美容にも乗影響ですね。



一番簡単なアースをとる方法は 素足で大士也に立つこと。 さも室内では お来ませんのごサンスマイル では 室内でも アーシング (アスをとる)ご きる 優れものを 販売しています!

あなたの大切な人を電磁波から守る



「電磁波※1」は、私たちの健康に様々な影響を及ぼしています。

私たちは、毎日たくさんの家電製品に囲まれて生活をしています。 それら家電製品が高い値の電磁波(電場)を出していることをご存知ですか?



数ある種類の電磁波のうち最も人のからだに影響が大きいとされるのは、 家電製品などから漏れ出ている**「電場」**といわれる電磁波です。

私たちの身体は周りの空気よりも導電性が高く、電場に身体が触れ続けると、 **身体の表面に「誘導電流」**というものが生じます。この誘導電流は、熱を誘因 させる小さな電流で、皮膚表層が常に電気を帯びるだけでなく、熱に弱い目や 睾丸などに影響を与えます。また、この熱により血中の「マスト細胞」が増加 され、**皮膚のかゆみ・痛み、手足のしびれ、頭痛、発疹**などを引き起こすと 考えられています。

さらに、誘導電流の影響により、マスト細胞から「ヒスタミン」が遊離することで神経を刺激し、**喘息、じんましんなど様々なアレルギー疾患**を誘発すると考えられています。

原因となる電場は「アース」設置で90%以上を取り除くことができます。





「電場」を取り除く、最も有効な手段の一つが「**アース」の設置**です。 その効果は、一目瞭然です。左の実験は、パソコンを使っている人の体の表面に 帯電する電磁波(電場)を専用の電磁波測定器で測定した結果です。 海外な電磁波の安全基準*2では、電場は25 V/m (ボルト・パー・メートル) 以下と されています。

アースなしの状態では、この値を大きく上回る187 V/mの電場が検出されています。 一方、アースを設置すると、電場は**約1/20**にまで軽減します。

つまり、アースの設置ができれば、もっとも大きな問題である**「電場」を除去**し、 その**影響を予防する**ことができるのです。

※2:スウェーデンの電磁数/策規制ガイドライン [MPR-II] より



REGINAがお届けする

今日からすぐにアース設置できる!

電磁波対策商品 プラグインアース®シリーズ

※当資料で定義する電磁波は極低周波電磁波 (5Hz~2KHz) の電場 (交番電場) を指しています。

タッチしてピピッとアース!

特許 第4972713号



りす in Earth プラグインアース® ®売価格 18,000円 (899)

(日本電磁波協会認定商品)

通常のコンセントが、パソコンと接続するだけで、 アース付のコンセントに早変わり! これまで、解決できなかった電場を即時解消する、 国内初の特許を取得した画期的な電磁波防止器です。

使い方は とっても カンタン!



本体をご家庭の 込んでください。



本体の金属部分にタッチ。 ランプが点灯で準備OK



利用する雷気製品にUSB のジャックを接続します。



雷場除去用のアース 設置完了。いつも通りに 雷気製品をご使用下さい。

「プラグインアース。」 4つの特徴

①取付簡単

一般の2ロタイプのコンセントに差込み、 本体に触れるだけで取付が可能です。

②工事不要

配線の新設なく、既存の設備だけで アース線が設置できます。

③安全稼働

コールドライン (mg) を自動検知。 安全にアースの設置が可能です。

<u>④即時効果</u>

取り付けた瞬間から、帯電する電磁波 を低減・除去できます。



屋内配線からの電場をカット!「プラグインアース。」とセットで使う、電場除去用ニット

床に、ベッドに、お布団に「敷く」電磁波対策! 「アース・インナーニット」

「アース・インナーニット」は、屋内配線や家電製品の影響による電気 の負荷を軽減する、電場対策に特化した「機能繊維」です。室内配線な どから発生する電場を「プラグインアース。」まで確実に誘導し、電場の 除去につなげるシートです。寝室やリビングなど、長時間お過ごしにな る場所に設置してください。電場を9割以上をカットします。

販売価格

2帖タイプ 12,800円 (税別) 3帖タイプ 15,800円 (税別) シングルサイズ **8,800円** (税別)

ダブルサイズ **9,800円** (税別) 座布団サイズ2,800円(税別)

(日本電磁波協会認定商品)

販売価格 5,000円 (税別)

長時間お過ごし になる場所への 設置が効果的です



ベッドシーツまたは パッドの下に。



「プラグインアース。」とセットで、電場カットの効果をチェック!!

敷き布団の下に。



電気カーペットと カバーの間に*3。

<屋内配線からの電場を取り除く> アース・インナーニット Plūg in Earth

■設置のポイント■

「アース・インナーニット」は、必ず「電磁波の発生源」と「身体」の間に 『挟む』ように設置してください。これにより、「アース・インナーニット」が 発生源から伝播してくる電場を、身体に届く前に「ブラグインアース®」に 誘導し、室外へ除去(アース)します。

※3:「アース・インナーニット」は電場のみ除去可能です。レジナでは、磁場をカットする電気カーベットとのセット利用をお勧めしています。 「磁場カット電気カーベット」の詳細についてはお問合せ下さい。

エルマクリーン検電器

身の回りに流れている電場が、どこにあるかを調べることができる簡易測定器。使い方もとても簡単。 ご家庭で簡単に電場の流れをチェックできます。音とランプで電場の発生をお伝えします。









※4 測定値は表示されません

(別途交通費がかかります)

より「本格的」な電磁波対策に

電磁波測定サ



検査時間は約2時間。皆様の電磁波に対するお悩みを安心にかえます。 <電磁波測定サービスの流れ>



1級電磁波測定士がご自宅まで お伺いし、お客様のお悩み状況 などをヒアリングいたします。



日本電磁波協会認定の一級電磁波測定士が、ご自宅まで訪問し、お住まいの電磁波の 状況をくまなく測定。現況のレポートと共に、有効な解決策をご提案します。

ご家庭内の様々な場所で電磁波 の発生具合を正確に調査・確認 します。



測定サービス料 12,000円**6,7 (税別)

測定結果を後日、報告書でお届けします。

※5 当電磁波測定サービスの対象は低周波電場・磁場のみとなります。※6 別途、出張料が発生する場合がございます。詳細はお問い合わせください。※7 オフィス、大規模スペースの測定に付きましては別途ご相談ください。

に関する お問合せは



〒272-0021 千葉県市川市八幡3-8-19 TEL 047-325-7739 FAX 047-324-1500 http://www.regina-life.com

MAXminia による電磁波低減率

出パソコン・携帯電話にMAX mini α を貼る前後の測定

パソコンと携帯電話使用中における、MAXminiα使用前後に発生している磁場、 電場、マイクロ波を画面側1cm測定し、低減率を算定した。

アルファラボ製トリフィールドメーター 100XE 型使用 試験環境 温度 20℃ 湿度 54%

				出 携帯電話 出		
	使用前	使用後	低減率(%)	使用前	使用後	低減率(%)
磁 場 (mG)	1.5	1.3	13.3	1.4	1.1	21.4
電 場 (V/m)	33	28	15.2	34	31	8.8
マイクロ波(mW/cm²)	0.029	0.027	6.9	0.027	0.025	7.4

磁場及び電場の低減率はほぼ良好で、マイクロ波の低減率は 7.4%と 少し低めであるが、これ以上の低減は音声が聞こえなくなる可能性が ある。電池放電時間伸長試験では、MAXminiaを使用した場合、872秒の 伸長効果が確認された。これは率にして10.2%の伸びであった。

(遠赤外線応用研究会調べ)

出 IH 調理器・電子レンジにMAX mini αを貼る前後の測定

IH調理器と電子レンジ使用中における、MAXminiα使用前後に発生している磁場、電場、 マイクロ波を測定し、低減率を算定した。 アルファラボ製トリフィールドメーター 100XE型使用

試験日時 平成27年1月27日・試験環境 温度20℃ 湿度54%

【IH調理器】 コントロール部に1枚貼付前後のコントロール部からの距離10cmでの 電磁波を測定した。IH調理器の火力は750Wとした。

【電子レンジ】 レンジの中心部に 1 枚貼付前後の、中心部からの距離10cmでの電磁波を 測定した。電子レンジの火力は750Wとした。

	_			_		
	器 ① IH 調理器 器			田 ② 電子レンジ 田		
	貼付なし	貼付後	低減率(%)	貼付なし	貼付後	低減率(%)
磁 場 (mG)	2.5	2.0	20.0	9.9	9.2	7.0
電 場 (V/m)	3.3	3.1	6.0	115	103	10.4
マイクロ波(mW/cm²)	0	Λ	0	0.18	0.15	16.7

(H調理器考察): 生体への電磁波の影響は磁場(mG)の発生量が一番懸念されるので ここでは磁場の発生について考察する。通常使用時の磁場発生は、2.5mGであった。 本製品を貼り付け使用した場合は2.0mGまで低下した。このことからIH調理器に本製 品を貼付使用することは、電磁波低減に一定の効果があると確認された。

(電子レンジ考察):生体への電磁波の影響は磁場(mG)の発生量が一番懸念される ので、ここでは磁場の発生について考察する。電子レンジの通常使用時の磁場発生は 99mGであった。本製品を貼付使用した場合は92mGまで低下した。このことから、 電子レンジに本製品を貼付使用することは、電磁波低減に一定の効果があると確認さ れた。

MAXminiαによる電池放電時間

未使用: 8535 秒 使用時: 9407 秒 10.2%の伸長効果が確認された。(遠赤外線応用研究会調べ)

お使いいただいたお客様の声

(40 代男性) 貼り付けてからはなくなりました。

田長時間パソコンを使用すると疲れることが多かったが、 (30代女性) MAX mini α を貼ってからは疲れなくなりました。

田 枕元に携帯電話を置いて寝ているが、朝スッキリと目覚めることが できるようになった。部屋の空気・空間が違う気がします。 (30代 女性)

田 携帯電話やパソコンを使うと、腕・肩が痛くビリビリしていたが、 MAX $mini \alpha$ を貼り付けてから感じなくなりました。(60 代女性)

帯電話使用時の脳血流の変化

携帯電話を使用すると、脳血流が低下し、前頭前野の働きが悪くなる と言われている。そこで MAXmini を貼った携帯電話と貼らない携帯 電話を使用した場合の脳血流の違いを測定した。

(脳血流測定器スペクトラテック社の OEG-SPO2 使用・前頭葉に 16 極の電極を貼る)

※旧タイプMAXminiの使用前後の脳血流を測定した場合

前頭前野の働き

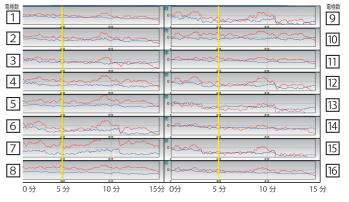
前頭前野は人間だけがとくに発達している部位で 脳全体の働きを監視し、それをコントロールし、思考する。 抑制・コミュニケーション、創造性や記憶との関係、 『脳の中の脳』と呼ばれている。

- ●行動を抑制する
 ●コミュニケーションする
- ●意思決定する ●情動の制御をする ●注意を分散する
- ●記憶のコントロールをする ●意識・注意を集中する

2 4 5 7 8 10 11 13

MAXminiを貼らない携帯電話を使用時

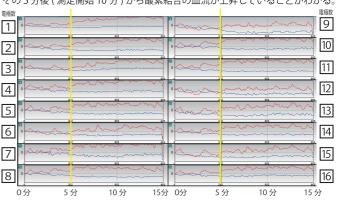
測定開始後5分(黄色のライン)で本製品を貼らない携帯電話を耳にあてる。 その5分後(測定開始10分)から酸素結合の血流が低下していることがわかる。



MAXminiを貼った携帯電話を使用時

※旧タイプMAXminiの使用時の脳血流を測定した場合

測定開始後5分(黄色のライン)で本製品を貼った携帯電話を耳にあてる。 その5分後(測定開始10分)から酸素結合の血流が上昇していることがわかる。



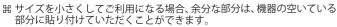
MAXminiを貼らない携帯電話では右脳に酸素を送る血流が低下し、 MAXminiを貼った携帯電話では、 耳にあててすぐから血流が上昇していることがわかる

MAX mini a は 携帯・PC・スマートフォンなどの 電磁波とマイクロ波を 低減します!



MAX mini α の銅線基盤は1本の線でできており、 図形が拡散と集中を同時に繰り返すことによって お互いの磁気を打ち消す働きがあり、 人工電磁波の軽減が期待できます。

- 田 MAX miniαはパソコン、携帯電話、スマートフォン のバッテリー付近に貼り付けてご使用ください。 スマートフォンとカバーの間に挟んでご使用いた だくことも可能です。
- 出付属の透明フィルムは機器や製品表面を保護する ためなので貼らなくても効果には影響ありません。 製品貼付後、角部分でお体を傷つけないよう、保護フィルムを貼ることを推奨します。



※WHO(世界保健機構)の専門機関である国際がん研究機関(IARC)が2011年5月に 携帯電話などから発生する高周波の電磁波について「発がん性がある」と発表しています。

品内容

【本体】MAXmini a × 1 素材:銅、粘着シート 製品サイズ 43×45mm 【付属品】透明保護フィルム×2 素材:PET サイズ 50×50mm 日本製 JAN 4571447631424

- 田 電子レンジや IH 調理器にも使用できます。
- 相乗効果が期待できます。
- 田 本製品は素材に銅を使用しているため、 使用とともに色がかわることがあります。



※透明 / フィルム

機器面

MAX minia 🗸

本体価格 2,700 円(税別)

デスクトップ PC



本体側面・モニター 裏に各1枚



バッテリー付近









エルゾン株式会社

〒158-0097 東京都世田谷区用賀 1-27-20

パソコン・携帯電話用



おススナ金間によるよう

おいい玄米の炊き方

サラダマスター鍋



各種サイス"ごさ"います。 30、20などは鍋のサイス"を表りしていお。

世界で唯一、316Tíステンレススキール使用。

316Tiは. 医療用人工骨や、ハースメーカーに使かれる最高性能の ナタニ合金ステニレス。他のステニレスに比べ、食材との化学反応 がおきにくく、さびにくい、という優れた素材です。、熱伝導を、、保温性が に優れ、省エネルギーを実現、中低温調理で、素材の旨みを生か します。

♪3Q鍋使用 (20×9cm.容量2,8℃) ¥60.750税別

「玄米 3合又は3カップ。 水 浸水なし一玄米の1.8倍(972cc, 1.080cc) "ありー" 1.65倍(891cc, 990cc)

♪ 2Q鍋使用 / 18.5×7cm 容量1.92) ¥57.200 萩別

玄米 2合又は 2カップ。 7K 漫水なし - 玄米の1、8倍(648cc, 720cc) ありー 11 165倍(59400, 66000)

小炊き方

- ① 玄米を水洗いする。 浸水はしなくてもよい。 60分~) 一晩つけると、更にやわらかい。)
- ② 鍋仁玄米、水、塩运入山、 火にかける。(中火) ベイポッパルフ"がカチカチと鳴り、 上がりきっても、更に5~6分. そのままにする.
- ③弱火にし、約40分 (浸水ありの時は約35分) 火欠く。 火运止め、約10~15分 蒸らし、完成、
- 必. 小さいだし昆布 1片を入れると 更に美味しい。

2 玄米飯炊釜



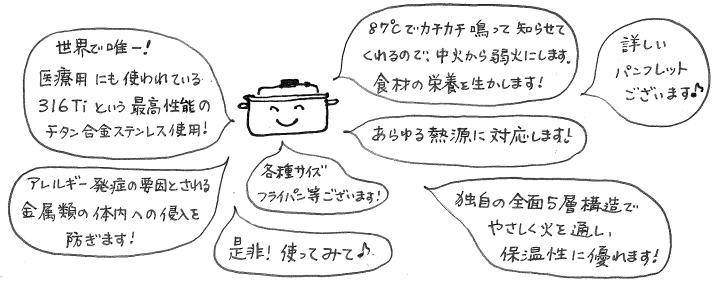
2合炊き ¥19.000.-(税約) **3合炊き** ¥25.000,-(税約)

職人が1つ1つ今作りし、炭火焼き締め焼成法により、 釜の内側が炭状になり、水を浄化し、遠赤外線効果で るいくらおいしいご飯が短時間で炊き上がります。

少炊技

- ① 玄米を水洗いする。(玄米の2倍位の水を入めて、6時間以上浸水する。 浸水なしの時は、1.6~1.8倍の水を入める。)
- ②塩少々を入れ、内プタの穴は取っチ側に合めせ、外プタの穴は、内プタに対に垂直にセットする。
- ③浸水ありの時は、強火にかけ、沸とうして、外ブタの周りに)りが、上がってきたら、)りが下がらない程度に火を弱める・(中弱火~中火)(浸水なしの時は、とろ火で、30分かけ、次に強火にして、外ブタの周りに))リが、上がってきたら、再び、とろ火にする。
- ④ 20~30分に、ほんのりおこげの香りがしてきたら、火を止める。
- ⑤ 20分程蒸らす。(途中でワタを取らない。)
 - ※水の量はお好みで、加減して下さい。 浸水を充分にする事で、消化にも良く、おすすめです。

去年の11月、お店のスタッフで、サラダマスター鍋の実験と試食をさせてもらい、 テフロン、アルミ、ステンレス等、鍋によって味に違いが出てしまう事に、ます"ピックリ させられました。そして自米を炊いて頂き、食べたところ、そのおいしさにく感動 しました!! "ウ~ン! この鍋で玄米を炊いたら、といんなにおいしいだろうか!? ?と 思いましたが、買いたい気持ちと、主人にどう言おうか、、との気持ちで、思い心む日々 ていした。 ます、家の鍋を整理することから女台め、フッ素コーティングのフライハンを始め、 使っていない調理器具等を捨て、鍋を置く場所を確保しました。 そして、年末、清水の舞台から飛び降りる覚悟で、主人に言いました。 「お父さん、金属が溶け出ない鉛のセットに買い換えていい?」「何~!? 金品が そんなにするのか!? わけわからないなし」などと言いつつも、何とか承話してくれ ました。 金島が届き、念願の玄米を炊いたところ、"お米が甘心い! おいしへい!! ~ と感動でした。玄米が苦チな主人も食べてくれるかも!?と期待しましたが、「やっぱ り、五分付きがいい、」と言めれ、ちょっとからクリしましたが、天ぷらをしてみたところ、いつも よりカリッと揚がるのです!少量の水で、ゆで呵でが、出来たり、クッキーも火発けたり、 中弱火で調理するので、光熱費も節約になり、安心であいしい料理を作める 喜びで、皆様にも是非、体感して頂ければ"幸いです!!



Sound Water

おいしへい お水は お料理からでも おいしく なります!!

これからのす節は句心・安全なお水を飲みましう!!



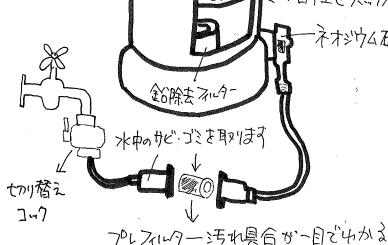
活性炭、天然石・セラミ・クスの すばらい、組合せでいても まうやかな、浄水です

浄水・原水・原水シャワーの 3段なかり移えでとっても 便和1:ご使用フ負けます!!

ないちかれる 温水を使えますので 冬場 ざも

本体価格 | 28.000m

(稅核)





EMセラミックスの水 Ma ater

家庭用品品質表示法に基づいた表示をしています。 (日本工業規格「JIS S3201」)

高級感あふれるステンレスボディ仕様。ステンレス (SUS304)は耐久性・耐火性などに優れたサビにく い素材なので、メンテナンスも簡単です。

温水に対応していますので、50℃までのお湯が使え ます。水の冷たい冬場に便利です。

40.000ℓの残留塩素処理能力で長期間、カート リッジを使用することができます。

設置スペースに合わせて、ビルトイン設置にも対応 ができます。※ビルトインを設置の場合、別途で部品 と工事費がかかります。

■EMセラミックス等で水を磨きます。

浄水と原水(シャワー・ストレート)の3段切替コック を採用しています



Sound Water

初めての値引き販売! 15,000 円 OFF!! (7月31日まで)

さらに!プレフィルターケース、プレフィルター1年分プレゼント!

浄水器「サウンドウォーター」 128,000円→**113,000円!** (税別)

家庭の水道水には有害物質(鉛、塩素、環境ホルモン、トリハロメタン)が含まれています。 サウンドウォーターは、その有害物質を活性炭、EM 黒体セラミックスで除去!また多くのセラミックスと 3,000 ガウスの強力なネオジウム磁石等で整水!!毎日使う水です。安心できる浄水器を通した水を使いたいですよね。

サウンドウォーターは、20 年ほど前に作られた「森のめぐみ」という浄水器がもとになっています。この浄水器の開発者は、ご自身のお子さんが障害を持ってお生まれになり、父としてなんとしても、子供に良い環境を残していきたいという強い願いから、食や環境、水等の問題に取り組んできました。浄水器でも「よい浄水器」とされるものは、30 万円近くするのがざらにあります。

なかなか手が出ません。そこで、浄水で一番大切な水をろ過する材料、組合せを徹底研究し、公の検査機関に測定を依頼したところ、今までにない素晴らしい浄水能力を持った浄水器が完成。しかもなんとかこの価格で販売できることになりました。

1リットルあたりに換算すると、蛇口につけるタイプより安い場合が多々あります。

この浄水器は多くの方に使っていただきたいと願っています。営利目的から生まれたのではなく、わが子にそして、未来の子供たちによりよい環境や健康を伝えていきたいという研究者の切なる願いから生まれた浄水器です!そして浄水能力にもとても優れている!

店頭ではお水の飲み比べもできますのでお気軽にお声かけください!

◎ボディは、ステンレスでメンテナンスが容易であることも大きな特長です。

また、ステンレスは100%リサイクル可能な材料として高く評価されております。

◎温水対応~50 度までの耐熱設計!

ところでコストは・・・(1リットルあたり)

サウンドウォーター	3. 1円	
ペットボトル(安値)	40円	
サウンドウォーター3 年目~	0. 7円	

なんと13倍もお得! 3年目からはなんと65倍もお得です!

断然に『サウンドウォーター』がお得ですね!!

- ●始めの2年間・・・
- 1日に50 リットルの使用量でコストは1日あたり、約153円 (122,040円(税込)÷800日=153円)1リットルあたりは3.1円!
- ●3年後から・・・
- 1日に 50 リットルの使用量でコストは、1日当たり約 37 円 (カートリッジ代 29.160 円÷800 日=37 円) 1 リットル当たり 0.7 円! さらにお得になります。

【浄水器を選ぶときにのポイント!】

〇〇日で交換といううたい文句がよくありますが、よくカタログを見てみると小さく一日の使用量が 10 リットルだったり 20 リットル等の記載があります。現実的にはもっと水を使うことが多いので、、 トータルの浄水能力が大切なところです。 このサウンドウォーターで一日 20 リットルの使用でした らカートリッジ交換は 5 年後です!

<浄水性能>

40,000 リットル通水後、50 項目の水質検査 (総トリハロメタン・鉛を含む)を実施し、 塩素の除去率 80%をクリアーしました! (検 査機関結果による)

<活水性能>

二種類の特殊セラミックスを通過することに より、水が変化し生命体に活力を与える。

- *EM 黒体セラミックス
- ・遠赤外線放射量の多い EM 黒体セラミック スを通ることでマイナスイオンが発生!
- 水の味をマイルドにします。

*活性化セラミックス

- ・水の活性化を促し、弱アルカリ化し、ph 値を高めます。
- ・殺菌、抗菌作用により水を清浄にします。生花等に利用するとイキイキ長持ち!



<u>浄水能力が高く、想いのこもった浄水器!</u> サン・スマイルスタッフは創業時から愛用しています!

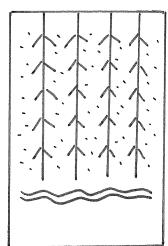
乗國の塩



ミネラルたっぷりで甘味があります。

塩辛くなくて、やさしい味、です。

様かんタワー



粟国の塩 (釜炊き) 500g 1.200円(後板)

葉国a塩(釜炊む)250分 (30円(從板)

乘国a 塩 (天日塩) 250 g 1,000円(桜枝)



乗国の塩はエメラルド色のさんご礁の海からくみ上げて海水を15.000本のケケ枝がつるされた高さ10mの採かんタワーに流します。すごいですね。このやり方は栗国の塩だけです。

約1ヵ月かけて粟国の塩が出来あがります。

しか月あったら何が出来るでしょう(~~)

本来塩がどうあるべきかという観点から20年の研究の末、栗国の塩か、 誕生しました。

※栗国a塩は、栗国島近海a海水100%を原料としています。



ぜひ、使、てみて下さいの

いろいろな自然塩を使ってみたけれど、山下のイチオシは栗国の塩

サン・スマイルオリジナル 無肥料自然栽培野菜を使った ごろごろ具だくさんカレー



モンドセレクション飼賞受賞







内容量:220g 中辛 (1人前、箱入り)

650円(税抜)

「無肥料自然栽培野菜を使ったごろごろ具だくさんカレー」は、化学調味料・酵母エキスを使わず、こだわりの自然栽培 野菜を使用して作ったまろやかなカレーです。

スタッフ日向の3つのオススメポイント

①無肥料自然栽培の野菜しか使用していない!

じゃがいも・玉ねぎ・にんじんはサン・スマイルでおなじみの生産者無肥料自然栽培の重鎮北海道の秋場農園や伊藤農園で栽培した野菜を贅沢に使用しています。

②具が大きい!野菜の旨味抜群!

カレーの名前の通りごろごろと具が大きく食べ応えがあり、野菜の旨味が凝縮されたまろやかな味わいです。程よい辛さがちょうどいい!

③オーソドックスな中辛!

一番食べやすい辛さの中辛!ちょうどよい辛さで野菜の甘みでまろやかさがでるので子供から大人まで食べられる安心カレーです。

これからの暑い季節食べたくなるカレー! ぜひお試しください!

スタッフ 日向(ひなた)

サン・スマイルのファッロは無肥料自然栽培のイタリア産

古代小麦ファッロなかいよか

食感がもちもちフテプテ楽しくかめは、かむほど味がありますより

最近のマイブームは、なんと言っても「ファッロ」 ファッロのハマスタや小麦米かもとってもおいしてすが 今回は、ファッロの小麦米立(三分搗き)ですの スープやサラダに、ファッロバーグ、オムレツにと 作ってみました。お米といっしょに火欠きこんで みたらご飯がもっちりとなってこれまた 最高においしくなります。



200g 594円 (税抜)

ファッロの起源は

10.000年前とも言われており、紀元前から栽培されている最古の穀物だそうです。今あるデュラム小麦のご先祖様と言われております。

人間の手による交配や遺伝子操作を受けていません。品種改良された小麦が出回ってから クタリアでは小麦アレルギーがとても増えているそうです。

その中でもファッロル麦では反応が起こらない可能性が高いと言うこともいわれております。

調べれば調べるほど小麦を食べるならファッロだなと思いしたっと好きになっちゃいましたウファ・・・

ただし小麦アレルギーを持っ方離でもすべてが、食べられる訳ではないことには、ご注意ください。グルテンフリーではありません。

スタッフこばやし

ファッロの栄養は

普通の小麦の栄養は、外皮に多く含まれているため その精製過程で、そき落されてしまいます。しかしファッロ小麦の場合は、栄養が中心部にあって精製しても失われにくいのだってする。の「スコイですね!!」

普通の小麦より栄養価も高く、食物総繊維・タンパク質・ビタミンミネラルも豊富、消化にもすぐれており、近年スーパーフードと注目されています。紀元前のローマ人もびっくりしていることでしょうね。

古代小麦ファッロのオロ風ハンバーグ・レシピ



(材料)約8分

ファッロ小麦粒、・・・クロタ 王 ねぎ(みじんなび))…100g 人参(すりおろし)、・・60g 仕姜(みじんなび))、・・1かり 小麦粉(ファッロの粉であれば、 尚よいです。)・・・糸大3

八粉 … 適量

こしょう・・・少々

油

(作)方]

- 1) 小麦粒は、さっと洗て 2倍位の水に浸水する。
- 2)塩ルタカウえで茹できす。
- 3) 茹でたファッロ粒に油を除くすべての材料を入れ 混ぜ合わせます。小麦粉の量で調節しながら まとまる位の状態にします。水分が足りなそう でしたら水を入れます。
- 4) お好みの大きさに形をととのえて 油をしいて焼きます。

※ 茹でたファッロリ麦粒は、冷凍保存もできます。 きとめて茹でてオムレツに、サラタ:スープしこ ニネリ用頂けます。

ファッロの小麦粒・パスタ・小麦米かといかれも
無肥料自然栽培のなせる技なのか
古代小麦ファッロの生命力の高さからか
食べた後の身体のスッキリ感、パ
せび、1也の小麦と比較して感じて
頂ければと思います。



【コラム】健康の秘訣!菌!

今回は健康の秘訣を人間にとって、欠かせない「菌」を主役にお話しさせて頂きます。

人間にとってそして、生きとし生けるものにとって「菌」が無ければ生きて行けず、「菌」によって病に侵されることもあります。

殺菌、滅菌、消毒等など菌を駆逐すること、その一方で菌だらけの発酵食品は日本食の伝統で積極的に食べましょう!という流れ、はっきり区分けしないと体が弱る一方です。

人間の体は60兆個の細胞からできているといわれています。

人間の腸の中には 100 兆~1000 兆の腸内細菌がいるといわれ、なんと人間の細胞の数より圧倒的に多い「菌」が住んでいます。

腸内だけでなく、皮膚にいる常在菌も1兆いたり人間は「菌」だらけ。

数だけで考えれば菌が存在するために人は利用され存在するといえます。

以前、サン・スマイルで中学生の体験学習の子がきました。その際にサン・スマイル農園に案内し土の中にいる菌の話をしている中で、

私: ±1gの中には1億の菌がいるんだよ 学生: えっ!!キタナイ!

私:この畑の中には(約330坪)、本当に数えきれないくらいの菌がいてその菌のおかげもあって安心な作物が生育して、おいしい野菜ができるのだよ。人間の腸には100兆以上の菌がいるといわれているしね!

学生: えつ・・・・・ まじ・・・・?

まじです!(笑)

日本人口を1億とすると、日本が百万個あるのと一緒! まじで!ですよね!

一人の人間にですからね!

その腸内細菌のご飯はなにか?そう私たちが毎日食べる食事がご飯です。

食べるものによって腸内細菌の種類(叢(そう))も変わります。

(変われないときはおなかを下したりします)

でてくる うんち の半分以上はこの腸内細菌の死骸と役目を終わった腸壁です。

その うんち 快便の時、硬いとき、柔らかいとき、下すとき、臭いとき、匂わないとき、様々ですよね。 腸の中で発酵していけば、発酵食品と一緒で臭くありません

腸の中で腐敗(腐る)すれば、臭くなります。

どちらがいいか?それは臭くなく快便がよいです。体にとっても負担を減らすことにつながります。簡単にいうと臭いのは負担をかけ、あまり匂わないのは体の負担が少ない。

その臭くなる決定的な原因は口から入れた「食べ物・水」です。

人間にとっての栄養でもありますが腸内細菌の栄養になるのが先です。

ですので口から入れる食べ物は「予算」→お尻から出るものは「決算」!

現代社会でも同じですが、予算より決算!結果が大事です!

確認する方法はいたって簡単。おトイレで確認して、昨日の食事との関連を研究してみてください!そうすると、人間の体がいかに正しく働いているかを実感できますの!

(もう一つ、とても大きなファクターに、精神的要因があります)

私はビールが好きなので、これからの季節、真夏でも飲みすぎるとおなかが大変なことになります・・・その時に下腹部を触るととても冷たい。お風呂に入っているときに触っても冷たい。

これからの季節は内側から冷やさなくても、冷房がきつい季節になってきますから冷えには十分に気を付けてください。夏こそ冷え対策をして温めて。それも腸内細菌(腸内フローラ)さんたちがしっかり働けるように!

「千島学説」をご存知でしょうか?

血液は腸でも作られるという説です。 えー!?ですよね。

血液は骨髄で作られるというのが一般的な考え方ですが、実は証明されていません。 ですからその間接的役割を果たす腸内細菌が元気か元気でないかはとても大切なことです。 食べ物や精神状態で腸内細菌の様相が変わり、健康不健康の大きな分かれ道になります。 トイレでいい決算が出ているか?確認する癖をつけていきましょう! 腸内細菌の良しあしが健康にとても大きな影響を与えことは間違えないでしょう!

何を食べたらいいのか?

その見方は様々あります。動物としてのヒトの食性、地域としての食性、腸内細菌から見た食、伝統的な食、栄養学的見地、味蕾(味覚)からの食など。

一番いいのはおいしいしあわせを感じながら食べる食ですよね。

おいしい!と感じるのは人間の本能ですが、現在、一般的においしいといわれる食は味が濃く、柔らかく、 脂身のある食。ハンバーグに代表されるような味です。

そのような食をずっとしてきていれば、それが当たり前においしいと感じますが腸内細菌は喜びません。 人はすごいな、と思う一つに、ベロの味覚を感じる細胞(味蕾)は 10.5 日で新しい細胞に入れ替わります。 現代の味が濃い食から変えていくために、自然な調味料の味がわかるまで長い時間はかからない、私は一生 のうちの 40 日間でいいので、ジャンクフード等をやめ自然な食事に変えてみてはいかがですか?とよく提 案させて頂くのですが、私の経験も含め、40 日で 3~4 回味蕾細胞が変われば味覚も変わっていき、添加物 だらけの食は食べればわかるようになり受け付けなくなってきます。

その経験があるか、ないかでは食に対する豊かさも大きく変わってきます!

そして、そのように味覚の変化が出てきたとき、私は体にとっても必ず健康につながると確信しています!

和食が無形文化遺産に登録されましたが、その背景として「マクガバンレポート」や日本食の素晴らしさがあります。

日常的和食においても、私たちは野菜や海そうを食べ、肉は少なく、乾物穀物を多く食べてきました。共通しているのは「食物繊維の多さ」「葉緑素」です。

この二つは体内の有害物質を排泄するのにとてもよく、また食物繊維は腸内細菌の心地よい住みかとなり、 健全に腸内細菌が生育できます。そうすると便も理想的なものに近づいてきます。

もちろん、農薬などがあればその分、腸内細菌にも影響がありますので農薬がない、生命力のある野菜が必須です。

健康補助食品などで、腸活としてビフィズス菌や酵素など様々なものが出ていますがそのものが体に直接働くわけではなく、腸内細菌が心地よい生活ができることを補助するものであると考えています。100 兆~1000 兆もいる腸内細菌がビフィズス菌などを人間が飲むことで大きな影響を与えるとは考えにくいですし、大きな影響を与えていたら逆に驚きです。(体が弱っているときや、分解できないものがあった時等は別です)

ビフィズス菌自体、そしてビフィズス菌の代謝物が腸内細菌にいい影響を及ぼしているとはかんがえられます。

サン・スマイルで販売している「腸美人」「バイオノーマライザー」も腸内細菌が活発化、安定化するためのものです。

昔は、本物の発酵食品が多くあった日本ですが、今では漬物一つとっても自宅で漬けなくなりましたので菌や酵素は不足しているという意味でサン・スマイルで扱っています。

ぜひ試してみてくださいね!

精神的要因の話は身近で言えば「過敏性大腸症候群」があります。

精神的に負担がかかる時、旅行に行って環境が変わった時、便秘になったり、下してしまったり。 これは症候群ですので病気ではありませんが、精神状態が腸内細菌に与える影響がわかります。 元気に明るくおめでたく!

畑の菌のお話、皮膚の常在菌のお話、家庭内の除菌消臭剤のおそろしさ、菌と料理等まだまだ菌のお話はありますが今回はここまでで。

毎回のトイレ研究ぜひ続けてくださいね!

松浦智紀



大自然が持つ、有機青パパヤの力で 美と健康をかなえるバイオ・ノーマライザー。

バイオ・ノーマライザーは日本の伝統的な自然食の みそや納豆、鰹節などと同じ発酵食品です。 「発酵」は、酵母などの微生物が穀物や野菜に含まれる 糖やタンパク質などの栄養素を分解して、

人間の体に有用な成分を作り上げてくれる働きのことです。 納豆菌による納豆や、乳酸菌から作られるヨーグルトなど、 発酵と健康の関係は長年にわたって知られています。



手つかずの自然を満喫できる、楽園リゾートアイランド、フィリピン。 ターコイズ・ブルーのビーチと並んで、美と健康の街としても知られ、 ヨーロピアンたちの癒しの場所として近年話題になっています。 そんな健康先進国フィリピンでバイオ・ノーマライザーが作られる理由は2つ。 先ず、もぎたての生命力に満ちた青パパイヤを現地で加工できること。 そして南国ならではの常温性によって酵母が活性しやすいこと。 添加物や抽出、精製などの化学工程も一切採用せず、 酵素の力を抑えてしまう加熱処理もおこなっていません。 まさに大自然そのものの体に優しい発酵食品です。

バイオ・ノーマライザーが完成するまで

- ①自社農園で、手間暇かけて育てた有機栽培の青パ パイヤを、社員みずから収穫します。しかも収穫は万物 の生命力が満ちるとされている満月と新月の日に限り を行います。
- ② 収穫した青パパイヤはパパイン酵素の鮮度を最大 限保持できる2時間以内に、工場で加工します。
- ③ 酵母の働きが高まるといわれているクラシック音楽 を子守歌にじつくり13か月発酵させます。
- ④ 発酵具合を確認しながら、常温(45度以下)で、自然乾燥します。温度・湿度管理が 極めて難しく、南国フィリピンでしか成し得ません。







-を生命力に変える青パパイヤを原料に



強い日照に対抗するため、多くの熱帯植物は高い抗酸化活性 を有することが知られています。なかでもパパイヤは生命力 旺盛で成長が早く、ビタミン C やビタミン A 効果のβカロテ ンのような抗酸化物質が豊富。そのパパイヤの木を真っ二つ に割ると、中は竹のような節があります。これは光を求める性 格が他の植物よりも際立って強い植物に見られる特徴です。

パパイヤの豊富な抗酸化物質を丸ごと発酵します



古くは伝統薬として、広く使用されてきたパパイヤ。大航海時 代には船員のビタミン不足を補うための必需品だったそうで す。また傷や火傷でできた傷口にパパイヤの果肉に含まれる パパイン酵素を塗って治すという民間療法が医学界でも見直 されています。そんなパパイヤを皮から種まで丸ごと(一物 全体)使って発酵させたのがバイオ・ノーマライザーです。

本伝統の発酵技術で、世界で初めて発酵に成功



青パパイヤで発酵食品を作ることは不可能。1969 年、バイ オ・ノーマライザーの生みの親である大里章博士が世界で 初めてパパイヤを発酵・熟成させて、その常識を覆しました。 完成してみると、それは世界でも類を見ない活性酸素分解酵 素 SOD(スーパーオキシドディスムターゼ) を豊富に含んだ発酵食品 の誕生となりました。



バイオノーマライザー

サン・スマイルでは過去、一貫して健康補助食品(サプリメント)を販売してきていませんでした。

バイオノーマライザーを販売することに決めたのは、チェルノブイリ原発事故があった際、支援物資として大量のバイオノーマライザーを送り、結果的に良好な臨床学術的なデータがあること。それに際して、ゴルバチョフ元書記長に感謝され夫人から感謝状が手渡しされたこと。

製造においても一切の化学物質を入れることなく、原料は農薬を使用せず、酵素が壊れない低温で製造していることなどがありました。



農薬を使用せず育ったパパイヤ

実際、寝る前に $2\sim4$ 袋舌下で溶かしながら飲んで、1か月続けると体調が良好になったという報告は数多くありますし、私の場合は飲んで翌日から変わりました。

そもそもこのバイオノーマライザーは、パパイヤの酵素のかたまりです。

放射性物質の影響で酵素が壊れてしまうという事は既知の事実としてあり、本来日本人は本当の醤油、みそ、納豆、漬物等々豊富な発酵食品で酵素を補っていました(ヨーグルトとは違います)が、現在の実際の状況では追いつかない場合もあるのではと感じています。

放射性物質(放射性物質に限らず化学物質)に対応する3つの原則は、免疫力、抗酸化力、排出力をアップさせること(それぞれの本来に戻すこと)です。



国際的に最も厳しい衛生基準

腸内に酵素が働く事によって腸内細菌が本来の活動を取戻し 結果として好転していくのではないか?と推測しています。

(人間の便の60%は腸内細菌の死骸といわれています。腸 内細菌はいかに大切かがわかります)

そして、製造しているフィリピンに招待を受け、行ってまいりました。(以前、販売するにあたってどれだけ慎重なのだと 我ながら思います・・・)

加工の現場は・・・

収穫から1日以内のものを原則使用しダイスカット(四角く切る)して発酵を始めます。

加工が始まってから8か月。ロット

ごとに品質試験、抗酸化力等分析確認後、製品となります。

こちらが今サン・スマイルで販売している バイオノーマライザー。 $3g \times 30$ 袋入りで 6,300 円 (税抜) ぜひお試しください!



太極拳生徒募集!

太極拳

太極拳は中国武術の一つであります。 ゆっくりやるのは全身の動きを一致させ、 そして意識で持って気を導き、意念や気 と動作が一致した時に武術としての威 力を生むことができるからです。それは筒 単なことではなく多くの時间と単調なことを記さずに繰り返すことができる配 力が必要です。そして武術としての威力 を求めて鍛錬すればそれが同時に健 康にとっても大変有益です。ゆっくりした 動きで明確な体重移動をすることで、



筋骨共に鍛えられます。骨も丈夫になり、筋肉は特に遅筋が鍛えられ、その結果毛細血管が増えることで血流が良くなります。また意識で持って気を全身に導ければ、気によって血液が導かれますので全身の血流が良くなります。そして精神を鎮めゆったりとした気持ちで流れる様に太極拳を行うことは精神面にとっても大変効果があると思います。



太極拳

毎週火曜 19時-21時 講習料 1回 3000円 場所 ふじみ野市西 1-13-12 問合わせ: Ta 049-269-3336

mail: seisenkyou@sunsmile.org

あさひ武術倶楽部主催 堀田卓郎 プロフィール 早稲田大学中国武術研究会で武術を始め、その後 中国武術の第一人者に師事し以後8回にわたって中国 に武術を学習に行く。現在あさひ武術倶楽部を主催 ~平成24年4月1日厚生労働省通達

「食品中の放射性セシウムスクリーニング法」に適合した精密測定器~

EMF211型 NaI(Tl) シンチレーションスペクトロメータ

放射能測定 承ります

サン・スマイルではすべての生産者、品目について放射能測定をしたのちに野菜を販売しておりますが、より精密な測定を行い、お客様の安全を守るため文部科学省に認められた測定器を設置、一検体 2,778 円 (税別)で測定しております。

お申込用紙に記入いただき、調べる物をお送りいただくだけです。

お庭や畑の土、学校は保育園、幼稚園の土、公園の砂場、畑の堆肥、お野菜、お米、果物、魚等の食材などお気軽にお問い合わせください。

(血液や尿等は測定できません)

検出下限(限界)は、I(ヨウ素)、Cs134,Cs137(セシウム)それぞれ 3Bq/kgです。

お申込からの流れ:

- 1) 電話/メール/店頭でお尋ねください。お申し込み用紙をお渡しいたします。
- 2) お申し込み用紙にご記入いただき、調べるものを 2kg 測定所まで元払いで送付ください。 (測定所また、店頭にお持ちいただいても大丈夫です)

(土・日・祝日以外でしたらいつでも OK です。事前にご連絡ください)

3) 通常2~3日で測定結果を郵送もしくは PDF ファイルでお送りいたします。 お支払方法:後払い(銀行・郵便局)もしくは店頭でのお支払をお選びいただけます。



●測定場所

(有)サン・スマイル 分析室 〒356-0005 埼玉県ふじみ野市西 1-13-12 電話 049-265-3913 FAX049-210-1785

mail: center@sunsmile.org

※店頭でも測定所でも

お気軽にお問い合わせください!

EMF211型 NaI(Tl) シンチレーションスペクトロメータ

自然食の店 サン・スマイル 埼玉県ふじみ野市苗間 1-15-27 (測定所と異なります) 電話 049-264-1903 FAX049-264-1914





第13回 アサクラ お料理教室 7/8(土)

イタリアから納得のオリーブ

オイルを輸入販売してくれている 朝倉玲子さん。自らイタリアでは 無肥料自然栽培のオリーブ畑も営 んでいます。

オリーブオイルの使い方を覚えて 美味しいオイルを堪能!笑いと発 見が絶えない教室です。

参加費 5,000 円前後 (予定)

時間 10:30~13:30 ころ

会場 ふじみ野市西 スマイルワールド2F

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!

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 6月8日(木) 子育ておしゃべり会 6月17日(土)

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『今のくらし』を考えてみることがとっても大切。

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楽しいですよ~! お申込は店頭又はお電話で 049-264-1903

駐車のお願い

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。



