

おいしいはしあわせ®



サン・スマイル通信

今 回 の 内 容

- ・コラム「米と日本人 シリーズ10」 米と信仰2
- ・コラム「四方山閑話」天人合一
- ・NEW「1時間目からHR」どうなる遺伝子組み換え表示
- ・NEW 連載コラム「かゆかゆさんがやってきた」
- ・おすすめ商品 天然わかめ・チェチシリーズ
- ・レシピ「春のキラキラパンケーキ」
- ・おすすめ商品 田中製粉の小麦粉
- ・創健社さんにご紹介いただきました！
- ・入荷カレンダー

No.162 2023.4

営業時間 10:00~19:00 定休日 日曜日 (祝祭日営業)

電 話 049-264-1903 fax 049-264-1914

住 所 〒356-0052 ふじみ野市苗間1-15-27

HP www.sunsmile.org mail mail@sunsmile.org

「おいしいはしあわせ」はサン・スマイルの商標です。



Home Page



Facebook



Instagram



LINE



4 米と日本人 「米と信仰」

世界中で「祈り」という行為が行われてきました。日本では神武天皇以前から「祈り」が行われてきたといわれています。

どうして、全く異なる場所、世界中で手を合わせて「祈る」という行為が行われるようになったのか！？

人類が今の種(ネアンデルタール・旧人)になったのは 10 万年前。文字ができたのは数千年前で、文字として日本のことが残っている最古は魏志倭人伝の西暦 300 年頃から(日本最古の文書は、古事記や日本書紀は西暦 700 年頃)。ですのでそれ以前の事はわからないのですが、遺跡に書かれている絵などから推定されています。

日本は太陽信仰、八百万信仰とも言われます。作物の出来は、飢え「命」に直結しますので、その恵みを与える太陽は現代でも「お天道様」と言うほどに神格化したもので、自然と手を合わせる文化が生まれたと思われ(手を合わせる行為は、人にとって気をより巡らせるために自然と形になったものと松浦は推察します！)。

現代の日本各地の「お祭り」のほとんどは農耕儀礼が元になっています。豊作を祈る儀礼、収穫に感謝する儀礼、雨ごいなど天候の安定を願う儀礼です。人間が生きていける食を天や大自然に与えていただくためのとても重要な儀礼がお祭りでした。現代はそういうことを知らない方も多くなってきてしまって、お祭りの意味を再認識することも、とても大切なことに思えてなりません。

お祭りはもちろん、ハレの日として人間もご馳走をいただきます。日本でわずかに残っている御神楽(おかげら)にも通じますが、日本では民族全体が壊滅する天災はない→自然物一つ一つに神が宿るから→神人合一という考え方もあります。ハレの日にご馳走をいただくのも、御神楽も、お祭りも神様と同じものを頂くという、神人合一のたいせつな儀式、儀礼です。

なぜ米が主食になったのかでも書きましたが、日本には、採取狩猟、焼き畑、平地の民族がいました。「採取狩猟の山の神様」「焼き畑農耕民の山の神様」「平地農耕民の山の神様そして田の神様」これらも、現代では文化保存的に残している地域もありますが、日本は本当に多様な儀礼があったのです。

稲穂は天照大神が瓊瓊杵尊(にぎにぎのみこと)に与えたことになっています。それが語源で、

「にぎにぎしく」という言葉が生まれたと。「にぎにぎしく実る」「にぎにぎしくイベントが開催された」とかたまに使いますよね。

毎年の新嘗祭(11月23日)は秋の穰りを神様に捧げ、感謝する日でした。敗戦後はGHQに勤労感謝の日と改めさせられ、今は神様ではなくて人に感謝するという、真逆の日になってしまいました・・・。

毎年、天皇が稲を刈る儀式が報道されますが、じつは天皇の儀式で最も重要なのがこの新嘗祭の儀式なのです。ですので、あ～今年も天皇が稲刈りしてるなあ とニュースを見ますが、なぜ毎年報道されるかとかといえば、天皇の最重要儀式だからです。(マスコミではその意味を言っているのを聞いたことがありませんけれど)

ちなみに三種の神器というのがありますが、三種の神器+稲穂 が本当です。

他にも、稲荷神、稲霊(いなだま)というものもありますし、お相撲の「四股を踏む」は、邪気を払い大地を清め稲の豊作を祈願する儀式でもあります(諸説あり)。余談ですが、稲作は一人、一家族で栽培するのはとても大変です。どうしてもみんなの協力が必要な作業があります。ですので集団生活が不可欠になりました。様々な事情がある生活の中で「村八分」という事がありましたが、日本の場合「十分」ではなく、「八分」なのです。完全に無視をするということはない最終的には、我よしではなくて、おもんばかりの社会でした。

宗教と信仰と現代は同一のように思われている方が多いですけれども、宗教も信仰のある生活も元来は人の生活を豊かにしてくれるものでした。現代の信仰というと物質信仰、エビデンス信仰、拝金信仰ともいえるでしょう。古代の方が現代を見たら文化、科学は進んでいるけど、すさんだ社会だなあと思うかもしれません！宗教、信仰に関わらず人の心に寄り添った生き方へと発展回帰できれば素敵だと思います。

稲作から離れているように聞こえるかもしれませんが、日本は稲作文化。そこから派生した文化を再認識することも、豊かさにつながるでしょう！

次回は米食、玄米と精米など予定です！あと2回くらいで終了！

記:松浦智紀

天人合一



合気道の開祖として有名な植芝守平先生という方がいらっしゃいます。その強さはある意味で神格化されている部分もありますが、その中でピストルを持った人間を倒したという逸話があります。昔、軍の砲兵官が植芝道場に合気道の見学に来たそうです。植芝先生が「わしゃ鉄砲は当たらんじゃ」と言ったら、いたく砲兵官のプライドを傷つけたらしく、「本当ですか」と詰め寄ってきて「それでは鉄砲で当たって死んでも何とかかんとか…」と一筆を書かされて、射撃場に連れていかれたそうです。砲兵官 5 人が 25 メートル離れた植芝先生に向かって一斉射撃をしたところ、一人がぶん投げられて植芝先生はもうすでに後ろ

に立っていらっしゃった。「こんなバカなことがあるか、もう一回やらせてくれ」と言ったけれども、同じようにやられてしまいました。植芝先生曰く「光の玉のようなものが飛んできて、それを避ければその後から弾がくるから当たらんや」とおっしゃったそうです。唯物的に考えれば、そんなことは出来るはずがない全く信用できないでまかせであると思うでしょう。しかし、唯心的に考えれば可能なことです。人間は何か行動を起す時まずさうしようという意が働きます。例えば手足を動かす場合、たとえ無意識に動かしているように思えても、動かさうという意識が働いてから手足が動くものです。植芝先生が弾を避けられたのも、砲兵官が撃ってやるという意識がそれが植芝先生には光の玉として見えてか感じられてか分かりませんが、それを避けると後から弾が飛んできたということなのでしょう。いくら弾の速度が速かろうが、そんなものは意識のスピードに比べたらまるでスローモーションのようなものです。光より速いものがあるとすれば、それは意念であり、パット想えばそれはもう地球の裏側まで届いています。植芝先生が弾を実際避けられたのを、先生の弟子である塩田剛三先生が実際見られています。この塩田先生という方は武術としての合気道を具現化出来た方であり、彼のロバートケネティアメリカ大

統領が来日された時、塩田先生の道場に見学に来られましたが、その 190cm ぐらいある屈強なボディガードを、160cm にも満たない塩田先生が蜘蛛みたいに這いつくばらせた程の達人と言われるのだから間違いのない話だと思います。この話しには後日談があり、植芝先生はこんどはある猟師の鉄砲撃ちの名人と相對することになりました。その名人は、沢から時速 200km で降りて来る山鳥の頭を百発百中射貫く程のまさに神業の持ち主でした。いざ対峙しました。あたりはシーンと緊張のなか皆固唾を飲んで見守っています。鉄砲の名人がまさに指先が引き金を引こうとした瞬間「待てお前の弾は当たる、わしの負けじゃ、あんたはワシを撃ってやろうという気が微塵もない、そんな人の弾は避けられない。大したものだ」と言って頭を下げられたそうです。まさに名人、名人を知るですね。鉄砲撃ちの名人が少しでも撃ってやろうという意識があつたら、植芝先生も先の砲兵官の時のように造作もなく避ける事ができたことでしょう。勿論このような事は誰しものが出来ることではありません。それこそ天賦の才能と尋常でない修練の賜物であると思いますが、この話には大きな深い意味があると思います。ただ単にピストルの弾を避けたそれはまさに神技だという単純なことではなく、人の想念というのは実体であることを示唆しています。

植芝先生は合気道の「合」は「愛」と言われています。なんで戦う武術が「愛」なんだと思いますよね。植芝先生にとっては先の砲兵官は敵ではなく、大きな意味での「愛」で相手を包み込み自分自身と一体化し、そうすれば敵はもう敵でなく自分自身であるから、考えていることが手に取るようにわかる。そうなる今この人は何をすれば喜ぶのか、何をしたらいやなのかがわかれば、人と争いようがなくなると思いませんか。だから植芝守平先生は「合気道」の「合」は「愛」と言われたのでしょう。私がやっている中国武術の目指すところも究極は「天人合一」であり、天即ちこの宇宙、大自然と一体化することであり、それには勿論人をも包含されています。それは植芝生の言われる「愛」に通ずるものであると信じてやみません。ただ強さを求めるだけでの武術では何の魅力もありませんが、強さを乗り越えてこそその先に「天人合一」があるわけで、武術としての強さがないと「天人合一」もあり得ません。心を進む道のどの目標に向けるかによって、武術の深みも武術的な進歩も全く違ったものになると実感しています。

サン・スマイル出荷センター所長 松浦学
(医療従事者指圧師、あさひ武術倶楽部主宰)

1時間目から HR



こんにちは! 新しいコーナー「1時間目からHR」
へようこそ! これまでずっと「何を話そうかな」と
いうコーナーで私の気になることを中心にガッツリ
とぶちやいてました。今回は趣向を変えて学
校の授業で教えにくくたらしいのにナ〜と
思う内容をヒョウリアップしてHRタイムを
作ってみました。どは早速今日のお題は

『どうなるの? 遺伝子組換え表示』

2023年4月、正に今月から施行となった
遺伝子組換え(GMO)表示の改定ですが
みなさん、表示が変わるって知ってましたか?
学校からのプリントや自治会の回覧板で
告知してくれたらいいのに(笑) これから
は食品の原材料表示がこんな
風になります。



○ GMOが5%以下の混入の場合

今まで	→	遺伝子組換えでない など
これから	→	分別生産流通管理体制

これからは「遺伝子組換えでない」と表示でき
るのは100%絶対混ざっていない時だけ。

○

おー!! より厳密になって選び易くなるじゃん!
と思いますが、反面ちと困ったことも起ころ
います。100% non-GMOと証明するため
には数々の管理と証明が必須となるか
らです。

- ① 産地で専用コンテナにつめ、製造者が初めて密封。
- ② 国産の GMO 農産物を商業目的で栽培
していない国のもの。その他の国の作物と
混ざらないことが確認できるもの。
- ③ 生産・流通にて GMO でない証明取引
きを行うこと。

現実的に考えれば 遺伝子組換えでないに表示する
ために事業者は沢山の証明書等が必要と
なり、コストがグッと増え、その分商品値上げ
せざるを得なくなり、流通、仕入れなど
数々の場面で少しの混入に気が付かず検査
にひっかかれば「文書上の危機」にもなるので
遺伝子組換えでないという表示は稀めるもの
がぐんと増えるでしょう。実際いくつかのメー
カーもそうでした。

ということで、これからは「遺伝子組換えでない」
の表示はなかなか目にするのが「無くなる予
想です。その代り「分別生産流通管理体制」
の表示、又は何も書かないとなります。
そこで気になるのが「国産」の表示です。
日本はまだ 遺伝子組換え農産物を原材料
として生産するのはNGなので「国産」と書
かれていれば100%大丈夫?と思うのですが
これでもやっぱり「分別生産流通管理体制」
(5%以下の混入までOK) 又は何も記さない
状態となるものが多くなります。まっとう。



もう一つの盲点。これまでもそうでしたが、原材料
の量、上位3つが対象なので、その他の原材
量でGMOがあっても分らないのです。
あまり改善になっていないような今回の改定
大切なのは生産・流通・製造者間とお客
様・消費者をつなぐ信頼をどう築き上
げるか。どこをとっても信頼できる間柄が
証明書より100倍大切ですよ!!

かゆかゆさんがやってきた!!



たたくまゆみです

息子のアトピーに関する本馬談をシリーズでお伝えさせていただきます!
かゆかゆさんはお友だちの前向きにアトピーとおつきあいする方法をご紹介します。

シリーズ その① ～腸腸が超たれいじ!!～

次男は、生まれた時から耳切れがありました。肌は真白すぎて、血管が透けて見えるのが赤黒いという感じもありました。生後3週間ほどで月エリ月が切れ、小児科を受診すると「まだ新生児だから薬はなあ」と、先生はどっこが淡りながら、ロイド軟膏を処方してくださいました。これが初めて出会った「ステロイド膏」。ステロイド剤が何たる物かも知らず、調べることもなく使いました。だんだんに口の周りがカサカサするようになり、皮膚科を受診。長男が赤い方のは、そのようなトラブルがなかったので、「子ども一人ひとり違うからね」というくらいの気持ちで処方された薬を塗っていました。

当時、私はパートで働いており、育児が適応されなかったため、産休明けの8週で次男を家庭保育室に預け仕事復帰をします。(長男の保育園には入れず)長男出産後に完全母乳で私はほとんど休ませて体力がよくなり元気に楽しく子育てができたので、次男は生後8週から完全ミルクで育てました。

しかし、次男はよく吐乳していました。生後5ヶ月で下痢が治らず、乳糖不耐症と診断され約2ヶ月続きました。七夕で「早く下痢が治りますように」とお願いを書いたら、翌日からピタッと止まりました(笑) 下痢と同時に肌もカサカサになっていき、耳や首をよく痒がっていました。こんなに沢山の不調のサインが出ているのに、一本全一本ではなく1つ1つの症状だけを見て整腸剤や保湿剤等を使って対処していたのです。

当時のお医者帳を読み返してみると、「下痢、鼻水、かゆみ、朝方にお腹がはいておたよら...」というワードが毎日のように登場していました。体の中の悪いものを出そうと頑張っていたのに、薬で抑えようとしていたのですね...。何も知らずは母でした...

全ては、腸内環境だったのです。腸内フローラの乱れで起こっていた下痢や皮膚の症状だったんです!! ...ということを知ったのは、次男が5歳になってからでした。中耳炎に患った時、耳鼻科医に「抗生剤で腸内細菌のバランスが崩れると、皮膚上の細菌バランスも崩れて痒くなるから抗生剤は出しません」と言われて、初めて知ったのです! もっと早く知りたかった! 腸と皮膚の関係!

でも、仕方がない...。それまで知る機会がなかったのだから...。この子のお陰で家族みんなが元気に生きていくために大切なことを沢山学ぶことができていたのだ! 現在10歳になった次男には、そのことを言葉にして感謝の気持ちを伝えたい♡

つつく.....

今日の
スポットライト

サン・スマイルスタッフおすすめ
スタッフ
日向

スタッフ
日向



低カロリーで栄養豊富！！
天然 天日干し わかめ！！



愛知県産
天然天日干しわかめ

(100g)

1,026円



たっぷり入った
お得サイズ！！

天然天日干し乾燥わかめ100g（愛知県渥美半島産）でたっぷり入ってます！冷凍して長期保存もできます！！

太平洋の大きな海で素潜りして採った天然わかめを、天日干しにしました。

太陽をたくさん浴びて、栄養のたっぷりつまった天然わかめです。

わかめは、ミネラルやビタミンが豊富に含まれています。

主成分である食物繊維はアルギン酸が多く、腸の働きを活発にして便秘を防ぐだけでなく、余分なコレステロールや体内のナトリウムを吸着し体外に排出して血圧を抑える働きがあると言われており、カラダの健康に必要なものがたくさん詰まっています。ぜひ、わかめを食べて、免疫力アップ！カラダをキレイにしましょう！！



天日干しされているわかめ



大根・わかめ煮物で食べました！



乾燥わかめで使いやすい！
スープやサラダに！！！！
わかめを食べよう！！

イタリア クリスチャン農園より チェチ(ひよこ豆)入荷！！

イタリアのクリスチャン農園より無肥料自然栽培チェチ(ひよこ豆)届きました！オリーブオイルのアサクラさんが惚れ込みサン・スマイルが全量買取応援させていただいております！イタリアで古くから栽培されている在来種スルターノ種。昨年は収量少なく欠品しそうでしたが、今季はほんとうにおかげさまで豊作！感謝です！塩ゆでただけでもビールのおつまみに抜群！サラダ・カレー・豆ごはん、何にでも合います！煮込んだ煮汁にはう

チェチ (ひよこ豆)

200 g 643 円

1000 g 2,592 円



チェチの水煮 230g 394 円

ま味がたっぷり含まれているので、捨てないで！コンソメのブイヨンのような味わいがあり、感動のシチューやスープになります。クリスチャンさんの愛情たっぷりに育てられたチェチは生命力が溢れて香り豊か、食べるととても幸せな気持ちにしてくれます。時間が無い時にはレトルト「チェチの水煮」も最高！お手軽に直ぐに食べられます！そして珍しいチェチのお味噌は無肥料自然栽培のササシグレで糀を付けてじっくり仕込み、とてもまろやかで私は大好きです！

スタッフ 井浦徹也



チェチのみそ 450g 1,190 円



クリスチャンの畑など様子は
こちら！YouTube ぜひ観てね！

(アサクラ YouTube)



スタッフ ウタガワ

注目!! メンタルオイル(CBDオイル)

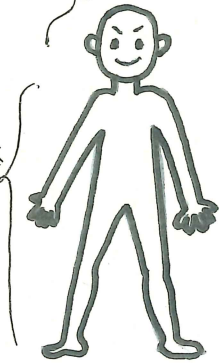
人は、花や緑を見ると、イライラが緩和され血圧が下がり落ち着いたり癒されます。緑を見ることの癒しの効果は、NK細胞(自然免疫)の活性化など数値をもって証明されているそうです。人類の歴史上700万年は森の中で暮らしてきた、いまだにそのDNAを持ち続けており、人のDNAの進化には、3万年かかるのだとか。人類が都市生活をできるようになってから、ほんの300年程度しか経過していません。森の中で生きるDNAをもったまま、都市生活を送っているというわけです。

これだけでも、十分なストレスを覚えているのに、現代では、農薬、薬、電磁波、放射能、挙げたらキリがないくらい、ストレスでいっぱいです。これらすべてが、私たちの身体の「カンナビノイド」を欠かせ、本来もっている身体の機能の働かさが低下することで、さまざまな病気になることがわかってきたそうです。

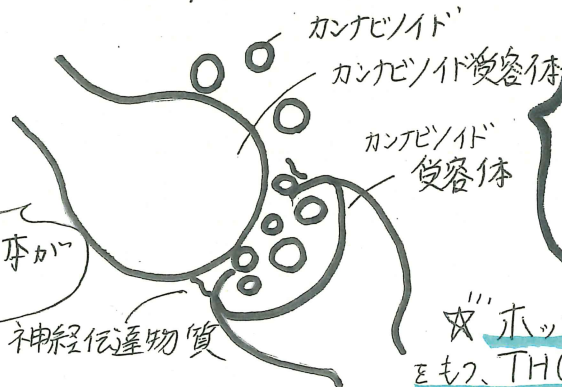
CB₁ 受容体

カンナビノイド受容体は、脳・肺・血管、腸など全身の様々な場所に分布し、主にCB₁受容体、CB₂受容体に別れます。カンナビノイド受容体とは、CBDや体内で分泌されるカンナビノイドが持っている作用を細胞に伝える「仲介役」の事です。

CB₂ 受容体



全身に受容体が分布!



元々、私達が持っているカンナビノイドを補完してくれる、メンタルオイルって最高ですね!!

☆ ホップ由来のCBDには、向精神作用をもつ、THCは、まったく含まれません!



「奇跡のホップ」のすべての著書の中に、とてもわかりやすい説明があります。ボニ・ジョセフ博士によると、「私たちは毎日、がん細胞をつくっていますが、自分の免疫で攻撃するので、がん細胞は自滅します。しかし、何かの加減で「がん」が成長します。成長した状態でも、免疫がきちんと元に戻ったときに、いろんな形で治っている人がいっぱいいます。CBDをとることで、自分の免疫が正常化し、治したんだ」と言われています。

先日、お客様の中に、メンタルオイルを飲んでから、お酒が飲めるようになったとお声がありました。おそらく、肝臓の解毒機能がきちんと働くようになり、デトックス効果を高めたのではないかと思います。すごいぞ! メンタルオイル

今月の

サン・スマイル 熱烈大ファンおすすめ キラキラ☆レシピコーナー



みんな大好き! 心とスイーツ♪
混ぜて焼くだけで簡単!

ときめき♡ キラキラ☆ホットケーキ

4月は、入学式など新生活がスタートする月ですね。緊張とワクワクで...そこでホッと息全部、サン・スマイルの食材で体に優しいホットケーキを作って楽しんでみませんか?

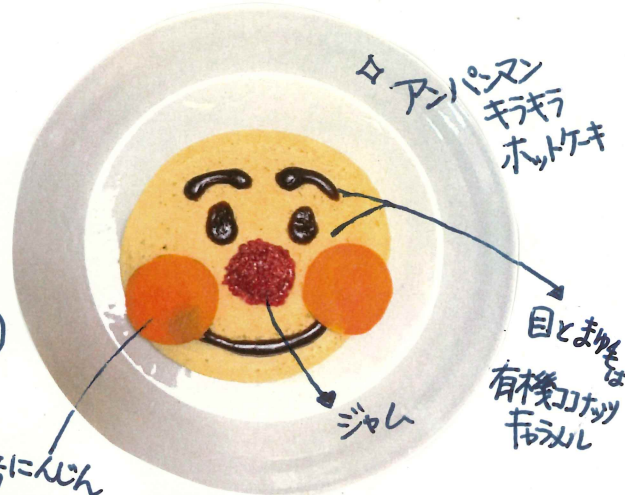
まずは 材料をそろえます!

- ☆ 砂糖不使用パンケーキミックス 1袋
- ☆ 卵 1個 ☆ 豆乳 260ml
- ☆ フライパン、フライ返し

- ① ボールに卵と豆乳を入れてよく混ぜます 泡立て器でシカシカ!
- ② ①に砂糖不使用パンケーキミックスを入れて混ぜ合わせます。生地がポテリしているくらいがベスト!
- ③ フライパンを熱して (フライパンによっては薄く油をひいてね) 少し冷ましたら生地を丸く流し入れ弱火で約3分焼きます
- ④ プツプツと小さな泡が出始めたら一気に裏返して約2分焼き、中まで火が通ればできあがり!

砂糖不使用 **グルテンフリー**
パンケーキミックス

小麦不使用、グルテンフリーのパンケーキミックス粉です。
国産のお米と大豆を使用。
ベーキングパウダーはアルミニウムフリー。
砂糖不使用なので甘くないです。



ふんわりもっちり!

自然栽培にんじん

サン・スマイルの食材で作ったホットケーキは安心してホッとほす(笑) ぜひ、おためください。

九州 田中製粉の 有機小麦粉 新発売！



小麦の粒を粉碎して細かくしていきながら何度も何度もふるいにかけて小麦粉は出来上がります。

田中製粉は 250 年も小麦粉を作り続けている、もはや伝統工芸的製粉会社さんです。

現代では巨大製粉工場がほとんどですが、田中製粉はとても小さな製粉工場です。道具も昭和 20 年代のものも大切に使っています。

昔の機械は時間も手間もかかるけれど、

最高の小麦粉に仕上がるとのこと。



そう！サン・スマイルオリジナルのうどん、おそうめんを製造してくれている益田製麺所さんからも同じことを聞きました。最新の機械を入れようとしたら、機械メーカーからこの昭和の機械は手間がかかるけれども、最新の効率化を中心に考えた機械では出せない味があるから、その機械を使い続けた方がいい！と機械会社からアドバイスをいただいたと！

田中製粉さんではさらに丁

寧に丁寧に 10~12 回以上 石臼も使い ふるいをしています。

とってもきめが細かくて、高級天ぷら料理店からも高い評価をもらっている田中製粉の小麦粉がサン・スマイル初登場です！おいしいはしあわせ！

ぜひぜひ！お試しください!(^^)!



創健社さんにご紹介いただきました！(以下 HP から)

【お店にエール！】自然食の店 サン・スマイル様【パートナーを応援します】 2023.02.13



気と食で元気になった身内からの体験で、みなさまへ健康で幸せになっていただきたい！と創業しました。

パートナー

創健社商品をはじめ、品揃えにこだわりをもつ LOVE > FOOD > PEACE なパートナーをご紹介します、エールを送る企画。今回ご紹介するのは創業1997年で、2022年が25周年だったという、「自然食の店 サン・スマイル」様。

ウッディな外観の写真とともに、質問にお答えいただきました。

——御社のこだわりを教えてください。

「おいしいはしあわせ 本当のおいしいをご提供できるようこだわってます。」

——おいしいはしあわせ、その通りですね。創業したきっかけを教えてください。

「気と食で元気になった身内からの体験で、みなさまへ健康で幸せになっていただきたい！と創業しました。」

——健康で幸せになってほしいという志に共感いたします。創業後のご苦労などあればお聞かせください。

「いろいろございますね(笑)それも大変貴重な体験です！」

——ご苦労を貴重な体験とされる姿勢に感服します。お客様からとても喜ばれたエピソードがあれば教えてください。

「こちらもいろいろございます！『営業してくれることだけでありがたい』とのお声を頂くことが多く、私共も感無量です。」

——本当に勇気づけられますね、御社が創健社商品を選んでくださった基準やきっかけを教えてください。

「日本の自然食業界ではあまり見受けない明るい一般にも受け入れやすいパッケージや展開そしてもちろん内容もしっかり吟味されているところなど。センスいいです！」

——過分なおほめのことば感激です。ご担当者様お気に入りの創健社商品があれば教えてください。

「オニオンスープ ミネストローネは、忙しい朝、ごはんトリゾットにして便利に使ってます。最近新発売の鶏ごぼうめし風混ぜご飯の素も MY お気に入り登録です！」

——MY お気に入りに登録していただき喜んでおります。ご回答ありがとうございます！

[弊社担当営業より]

自然食の店 サン・スマイルさんは、店内はとても明るく、初めての方でも入りやすいお店です。スタッフの皆さんも明るく元気に迎えてくれます。とてもアットホームです！

[参考]

■ホームページ : <https://www.sunsmile.org/>

■住所 : 埼玉県ふじみ野市苗間 1-15-27

■最寄駅 : 東武東上線 ふじみ野駅

■電話番号 : 049-264-1903

.....

自然食関係の流通会社さんは日本では多くありません。古くからされているのは創健社さん、ムソーさん、オーサワジャパンさん等数えるほどです。

創健社さんはベニバナ油を日本に普及した会社です。いまでは多くのメーカーが作っていますがその先駆けだったのです！

一般的に販売されている油は本当に恐ろしいと感じます。日本で油の世界から食を正すきっかけをくれた会社です！

現在は1000種類を超える様々な食品を流通し、自然食業界としてはなくてはならない存在です！

サン・スマイルではジロロモーニシリーズ、スープ関係が大人気！

私たちの食を担ってくれる創健社さんの HP もぜひご覧くださいませ！

「創健社」で検索！

2023年4月

営業日・入荷日カレンダー

自然食の店 サン・スマイル



April
令和5年

佐藤たまご・・・月/水/金
アグリコラたまご・・・火
くろうさぎパン・・・月/木
3552食堂パン・・・水
みや豆腐・・・月/木
島田豆腐・・・水
コロッケ・・・土

月	水	木	金	土	日	
27		30	31	1 コロッケ	2 定休日	
3 パン(くろうさぎ) 佐藤たまご みや豆腐夕方	4 亜麻仁卵・オガコックマゴ アグリコラたまご	5 佐藤たまご パン(3552食堂) 島田有機豆腐	6 ともの会 パン(くろうさぎ) みや豆腐夕方	7 佐藤たまご	8 コロッケ	9 定休日
10 パン(くろうさぎ) 佐藤たまご みや豆腐夕方	11 亜麻仁卵・オガコックマゴ アグリコラたまご	12 佐藤たまご パン(3552食堂) 島田有機豆腐	13 パン(くろうさぎ) みや豆腐夕方	14 佐藤たまご	15 コロッケ	16 定休日
17 パン(くろうさぎ) 佐藤たまご みや豆腐夕方	18 亜麻仁卵・オガコックマゴ アグリコラたまご	19 ひなたぼっこ会 佐藤たまご パン(3552食堂) 島田有機豆腐	20 おしゃべり会 パン(くろうさぎ) みや豆腐夕方	21 佐藤たまご	22 コロッケ	23 定休日
24 パン(くろうさぎ) 佐藤たまご みや豆腐夕方	25 亜麻仁卵・オガコックマゴ アグリコラたまご	26 佐藤たまご パン(3552食堂) 島田有機豆腐	27 パン(くろうさぎ) みや豆腐夕方	28 佐藤たまご	29 コロッケ	30 定休日
3	<p>4月はともの会4/6(木)おしゃべり会4/20(木) ひなたぼっこ会4/19(水)ご予約受付中！！</p>			8	9 定休日	

おうちの冷蔵庫に貼ってね！

* 予定が急遽変更になる場合もございます。ご了承ください。

日直てんちょ～の 1時間目からHR (リアル版)

「くらしの中のどこにある? 電磁波初級編」セミナー

目に見えない電磁波だけれども無視できない。

なんだかおもしろい日本語ですが (笑)

電磁波の種類、家の中の電磁波、体への影響などを知って
うまく付き合っていく方法を身に着けちゃいましょう!



2級電磁波測定士
ほんどう

参加費 500円

定員 5-6名

場所 店内奥和室

担当 店長本道

5/5 (金・祝)

5/11 (木)

10:00-12:00

お申込み

お待ちしております♪

次回の「ともの会」「子育ておしゃべり会」「ひなたぼっこ会」



★ともの会 R5.4/6(木) 5/3(水・祝) 代表マツウラトモノリの会

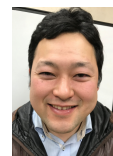
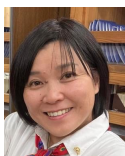
両日とも「病気にならない生活の仕方」

★子育ておしゃべり会 R5.4/20(木) 5/2(火) 店長ホンドウユキコの会

みんなでワイワイいろんな話題

★ひなたぼっこ会 R5.4/19(水) 5/4(木) ヒナタミチオの会

経皮毒の話「経皮毒について」初めての方大歓迎!



それぞれ 参加費 500円 10時~12時店内奥和室にて、少人数でアットホームな会。

各定員大人5名様程度1名様より催行。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、ひなたぼっこ会は営業主任 日向道男との会です! 食や健康、環境など毎日の生活に密着して話題を掘り下げていきます。楽しく笑顔で、明るく健康的でありますように。

ご参加お待ちしております! ※キャンセル料はかかりませんが必ずご連絡ください。



サン・スマイル限定クーポン

【あなたのお宝さがしキャンペーン】

4/29(土)~5/24(水)

5%ポイント還元!

最大付与上限 1000pt 1回の決済上限 1000pt

期間内または予算達し次第終了

気になるあれこれを

お得に 食べて!使って!みよう!

あなたにぴったりのおいしいお宝がきっと

まだまだザックザク(*´艸`)



みんな
だいすき

翻訳機械ポケトーク導入!

74言語対応!

We have installed a
translation

machine "Pocketalk".

Available in 74 languages♥



サン・スマイル通信は医療従事者 松浦智紀が監修しています