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

「松浦日記」「四方山閑話」「かゆかゆさんがやってきた」

「店長の何を話そうかな」

●おすすめ商品

無肥料自然栽培スイカ・万能洗剤 bird・木酢液

●その他

サン・スマイル情報コーナー　入荷カレンダー

環境動画コンクール　むすび誌のサン・スマイル書籍の記事

No.165　2023.7

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

（7 月 3 日より 10：45 開店になります）

「おいしいはしあわせ」はサン・スマイルの商標です。

この通信はホームページにカラー版をアップしています！

Home Page　　Facebook　　Instagram　　LINE

SUN SMILE

店舗 営業時間 変更 の お知らせ

昨今の資材、運賃、仕入れ金額の高騰、人手不足等の社会状況は、当店も大きな影響を受けています。商品の値上げ等、なるべくお客様にご負担をおかけしない方法がないのか、数か月間スタッフでも話し合いを重ねてまいりました。そしてその一つの方法として、店舗営業時間を現在の10:00 オープンから当面 10:45 オープンに変更させていただくことになりました。
(その時間は、陳列等に時間を使わせていただき、
お客様ご来店時には今まで以上にご満足いただける状態でオープンいたします)
お客様にはご不便をおかけしてしまいますが、何卒ご理解と、ご容赦賜りますことをお願い申し上げます。よりよいサービスができますようにスタッフ一同より、努力してまいります。
また、毎月なかったポイント 3 倍デーを毎月開催することにいたしました
(30 日、31 日がない月の日程はサン・スマイル通信にて事前に告知いたします)

記: 営業時間の変更 現在 10:00～19:00 を

2023 年 7 月 3 日(月)より

店舗営業時間 10:45～19:00

日曜日定休日(祝日は営業)
お電話も上記時間内でのご対応となります。

店舗老朽化による補修工事。ご迷惑をお掛け致しました。

店舗正面の看板 2 つを取り換えました。また壁の塗装を補強のため塗り替えました。
店舗前の道が夜になると真っ暗なので安全も考えて街灯を設置しました。

17 年前に墨を半日ずっとすり続け一発勝負で書いた看板は一枚板。強い西日と風雨で経年劣化で歪んでも、たわんでも補強しつつずっと頑張ってくれました今まで本当にありがとう！
感無量！涙出ちゃう(ToT)/~~~

縞々模様は色をスタッフで決め店長夫婦の共同作業(笑)で完成。これも一旦茶色にリセットして今度はどんな入口にしようか考え中です！

新しいブロックは店長の旦那さん寄付品＆塀も作ってくれました♪さらに！加藤木材さんが 200 年杉寄付下さり！そしてお客様ご紹介のデザイナーさんに頼んで完成！

沢山のご好意と支援をいただいてこんなに美しくなりました！本当にありがとうございます m(_ _)m

てんちょーの「今日は何を話そうかな」コーナー

ほんどう(本道)

こんにちは！ほんどーです。
近頃、電磁波セミナーを復活!! 誰でも分り易く、生活に密着した情報をと思うのですが！何せ目に見えないものを理解することは本当に難儀です。自分自身もしかり。
先日の子育ておしゃべり会ではスマホの5Gを使わないで4Gにしておく設定方法をご参加の方から教えてもらいました！因みに私のアイフォンでは「設定」→「モバイル通信」→「通信のオプション」→「音声通話とデータ」の順で設定できました。このスマホ購入時、店員さんに5Gにしない方法はないですか？と尋ねたら、もうどの機種も5Gですネと言われ諦めてたのですが ショップの店員さんでさえ次々新しく多機能へなってゆくことについてゆくのは大変なんだろうなと。本当、デジタル化の流れについてゆくのが苦痛 もう充分、これでいいよーと思うのでした。
さて、目に見えないものと言われて思いつく一番は空気かな。呼吸の営みも見えない。電磁波も見えない。心や想いも見えない。もっともっと沢山の見えないがある。 見えないものは見なくてよいもの。見えたらエライコッチャなことになる。心や想いが見えたら色々不都合ですし(笑)。でも見えないものが無くなるともっと不都合!! 見えないけど失っては生きてゆけません。電磁波もそうで「悪」としての印象もありますが一方それが無いということは地球いや宇宙すら消滅です。何でも程よく暮らすことが大切で悪影響だから削除という端的なものではなく程であってバランスであると思います。酸素欠乏で補給に人工的に作られた酸素を吸うというのは一時ならいいかも知れませんが、続けていれば活性酸素が体内で悪さをし始めるでしょう。活性酸素は体内で大切な役割をしてますが度を越せば細胞をキズ付け病原を作ります。想いも度を越せば呪いとなって殺せるかも知れない キャーッ！
目に見えないと、どの位が程良いのか分りずらいので、電磁波なんかは特に、どこにあるのかちょっと知っておくだけでも対策がとれ緊張している交感神経から副交感神経へ上手くスイッチが入りやすくなって、ぐっすり眠れるようになったりします。
先日子どもに言われました。「本道家はおかしい！友達に電子レンジも炊飯ジャーもないって言ったらビックリされた」と。でも毎日おいしい食事で元気に暮らしております。これでいいのだ。
見えないものの世界を知ると暮らしが変わったり考え方が変わったりもする。見えるものは見えないものに支えられている。見えるもの、データがあるものだけが全てではない、そう思うと結構とらわれから開放されて寛容になってそういうこともあるかもねー！と世界がパッと広がってゆく気がします。
ともあれ、電磁波は今あふれすぎています。電磁波セミナー頑張りますので見えないものを少し覗いてみたいと思った方、お待ちしてます♪ また9月3日(日)に開催の医食住カーニバル(in ふじみ野市産業文化センター)はとっても楽しみです。それぞれの分野から普段気付いていない体や心へのつながり、目に見えない相互関係がきっとジャンジャン紐付いて、もっともっとしあわせな暮らしへとつながるヒントが見えてくる！一人ではカーニバルはつまらないけどみんなの知識がつながると笑顔あふれる楽しいカーニバルに♪月♪ わっくわく～！

サン・スマイル松浦日記　　最近の出来事をご紹介！

←お肉、缶詰でおなじみ千葉産直サービスの冨田社長のセミナー！海は「魚付き林」 に代表されるように、山や里の環境がよくないと荒れてしまう！今年のサバ缶は製造が0！（例年数万個以上製造している）。あまり報道されないですけれども日本の海はかなりというかもう修復できないと思えるほどに生態系が変ってしまいました。千葉産直サービスの存続とますますの活動をも願って、ぜひ！千葉産直サービスさんの食材たちの応援をお願いします！

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

→佐賀にある自然食店「おひさま」さん。親子でお料理教室の大先生です！とても久しぶりにお会いしました。お料理教室やランチもやっていて、ほんとに手を抜かない、一品一品に魂＆愛情がこもっていて食べると元気がとても UP! サン・スマイルの商品も一部販売してくれています！

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

← サン・スマイルのご近所の石坂産業さんがされている三富今昔村さん。今回は私も役員をしていた日本 SDGs農業協会で訪問しました。今後の展開にも目が離せません！

・・

→2000 年から始まった白いんげん豆「銀手亡」プロジェクト！本当に美味なお豆でしたが、一度途絶えてしまいました。昨年農業試験場から 100 粒の種を分けてもらい、今回約 200 坪ほどに種をまいてくれました。2025 年には食べれるかもしれません！このお豆、ほんとにおいしい！とうなるおいしさ！
あと 2 年くらいぜひ、楽しみにお待ちいただけたら嬉しいです！

・・

←国際未来医療臨床医学会が 2024 年に設立されるに先立って発足記念シンポジウムが開催されました！
その第一番目の記念公演は「CBD」カンナビノイドについてでした！まさしくサン・スマイルで販売している Mental oil のことでもあります！
医師の方等とも新たなご縁をいただき、これからも食、生活を基本としてからの Mental oil の可能性を追求していきます！

・・

サン・スマイル 25 周年出版記念＆ブータンプロジェクト始動祝いをサン・スマイルの内輪でさせていただきました！
サン・スマイルのスタッフ至らぬところも多々ですが、みんないいスタッフです！これからもどうぞよろしくお願いいたします！

・・

玄米正食、マクロビオティックの現代の祖と言われる桜沢如一

さん。その意思を受け継ぎ 65 年にわたり普及活動を継続している「正食協会」さん。その本拠地は大阪にあります。まさに聖地！その正食協会さんは真弓定夫先生の新刊を出版！サン・スマイルの出版と合わせて合同で出版記念イベントを開催することになりました！（下記は内部資料なのですが内緒で掲載(笑)）

サンスマイル様×正食協会 正食協会共催イベント企画書

目的：サンスマイル様創業25年、正食協会設立65年
食べ物が持つ力で幸せと平和の実現を目指し活動する２つの団体
書籍出版を記念して、同じ志を持つ生活者や関係者と集い、交流
自然食・マクロビオティック業界を盛り上げ、プレゼンスを高める

8 月にはご案内できるかと思いますが 11 月 19 日に浜松町で開催します！ぜひ日程空けておいてくださいね！♡

・・

サン・スマイルから徒歩 2 分のサン・スマイル農園！　ムソーの大西さんも耕してくれて！いま相模半白キュウリ、ジャガイモ、インゲン等とれはじめています(^^)/　無肥料自然栽培で 11 年目の夏！肥料も農薬も施していないですが、立派に育っています！じゃがいもは、7 月頃からコロッケになる予定です(^^)/

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

赤子のような心で

ある大学の農学部の教授が、北海道の無肥料自然栽培を 50 年以上続けている農場の土を分析したことがあります。その結果「おかしい、こんな畑で作物ができる訳がない」と、半ば憤慨して帰ったそうです。唯物論に固まった学者だから、土の成分の何々がどのくらいとか、そんな数値だけでしか判断できないのでしょう。その教授に限らず、世の所謂専門家と称される人達は、すべからく科学的なエビダンスをデーター、数字で表し、そしてそれを元に判断をくだします。コロナの件でも、全く誤ったコロナ騒動の発端を作ったとも言うべき、確か 8 割おじさんでしたかね、いまとなっては誤った発信が世の中を恐怖に落とし込めた、最初の強列な印象が今もってなお尾を引いているのではないでしょうか。その一例がマスクを外せない現れでは。その専門屋は無責任な発言をしたにも関わらず、何のお詫びの言葉もなく、のうのうと暮らしているのは本当に噴飯ものです。また、世の中の人は大抵が医者による診断、検査の数値だけでどのような病気か決められ、またそれで自分自身も「ああ、自分はこういう病気なんだと」判断します。自分自身では至って健康で何の自覚症状がないのにも関わらず、医者からこういう病気と言われれば、本当にそのようになるということは否定できません。人間の体はとても神秘的で、敢えて言うなら人間如きが分かる代物ではありません。なぜなら、化学、医学が進歩して人間の人体のことが解明されているならば、この世から病気がなくなりこの世天国になっていなければいけないはずですが、実際のところ、病人は年々増えている現状をみれば一目瞭然です。人間は精神、心と体で成り立っている、これは当然至極のことです。心主体従と言って心が先で体が従うものです。ですから、自分はこういう病気なんだと思えば実際にそうなることはあり得る話です。しかも大抵の人は医者の言うことは正しいと、もう骨の髄まで刷り込まれていますから尚更です。ある医師の方が言われていましたが、医者が病人を作ると。それも肯ける話です。

再三お話させていただいていますが、私がやっている中国武術は心主体従と言って、心と意が合い、意と気が合い、気と力が合って初めて中国武術的な力が生まれます。そしてその力はとても大きいものがあります。私は以前体重 800kg 以上の牛を打った時、その力をまざまざと体験し鳥肌が立ったことがあります。しかし、その力を理解するには私たちがもう骨の髄まで刷り込まれている、力、所謂西洋的な肉体的な力の概念を完

全に取捨てなければ、中国武術の力は永久的に理解できません。気というものは目に見えませんが、確実に存在するものであり、その力はとても大きいものがあります。先の北海道の無肥料自然栽培の土ですが、ちゃんとじゃがいも、人参、かぼちゃ、とうもろこし、黒豆、大豆、大根他、何の過不足もなく摂れています。さる農学部の教授が畑の成分を分析して絶対作物は出来るはずがないと、太鼓判を押されているにもかかわらず。それではなぜ作物が摂れるのでしょうか。それは、人間の体と同様、人間如きが分かる代物ではないのでしょう。しかし、敢えて言うなら、何十年と無肥料自然栽培を続けている土だから農薬、肥料等に汚されていない清浄な土だから本来持っている土のとてつもないエネルギー、気が遺憾なく発揮され、それと空間に充満しているエネルギー、気が相いまって作物が育つのでは。しかし、化学一辺倒で生きて来た者は、そんなものはエビダンスのない非科学的なものと決めつけ、受け入れることができないのでしょう。農業の専門家と言われる人たちだけでなく、家庭菜園の素人のにわか農家でさえも、農薬、肥料なしでできるわけがないと確信をもっています。無肥料自然栽培でできた作物を見せても、いや出来るはずがないと。人間は誰しも、自分の眼で見える範囲、自分の今まで体験してきたこと、学習してきたことの物差しで判断し、それにそぐわないものは拒絶し排除する傾向があります。それだと自分自身であらゆる見解を狭めているようなもので、なんの進歩もありません。私も自戒の念を込めて、いつも真っ新な赤子のような心でいなければと思っています。空気は目にはみえませが、確実にあるもとして存在します。なかったらこの地球上であらゆる生物は生きられません。また、窒素、酸素、二酸化炭素等でできているとその成分は分析されています。しかし、気というものはこの世の根源的なものであり、それによって万物の生成化育が営まれておりますが、それは決して科学的に捉えることはできませんし、分析できるものでもありません。それはまだ化学がその水準に達していないからだと思います。目にみえない、或いは化学的に捉えることができないものほど、とても大きな力をもっていると思います。人類がこの世で分かっていることはほんの数パーセントではないでしょうか。そしてそれはまったく差し障りのないことばかりであり、宇宙の真理、神秘というものは、それこそ人間のちょこざいな知識なんかでは決して推し量ることのできない、とてもとても深淵なものであると思います。

スマイル・ワールドサン・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）

かゆかゆさんがやってきた!!

たさく まゆみ

息子のアトピーに関する体験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♪ 前向きにアトピーとおつきあいする方法をご紹介♡

シリーズ その④ ～病は気から!!～

脱ステ後、お風呂に入る回数が減り、ちょっと掻き傷にしみるのでシャワーも嫌がるようになりました。すっかり水嫌いになってしまい、夏の水遊びも楽しめなかった年中さん時代でしたが、年長さんになり劇的に状況が変化しました。
「みんなと同じように水遊びを楽しんでみたい！」「お泊まり会のとき、痒がらずにみんなと一緒に寝たい！」そんな強い想いが芽生え、みるみるよくなっていったのです！ 祖母が残してくれたかゆかゆタオルの力も重なって。お腹は、幅15センチ程の帯状のひどいただれでしたが、1ケ月でツルッツルッになりました。「本当はしみて痛かったけれど、卒園アルバムにのせるみんなで撮る写真だったから、頑張って笑ってる顔にした」…と教えてくれたプールでの集合写真。この写真を見るたびに思い出します。気持ち一つで、体の健康状態がこんなにも変わるなんて！ 本当に、嬉しさと驚きの1ケ月間でした。

この経験が、その先の様々な場面での自信につながったり、自分をコントロールする力になったりしているように思います。現在10歳(小学5年生)になり、「宿題やりたくないなあ…」とか「もうゲームやめなさい！」と叱られたとき、嫌な気持ちになった時にかゆかゆさんが動き出すことを自分でもよくわかっています。

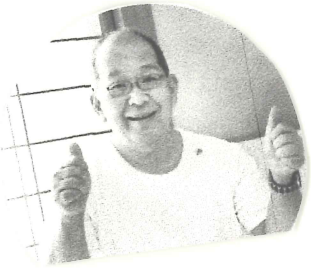
食事を変えたり(消化にもエネルギーを使うので無理に一定量食べさせることはやめ、少食にしました)心が成長したり、少しずつ一歩ずつ良い方向に進んでいく中、ある時、熟睡しているはずの体に触れたら、痒さに耐えながら眠りにつく延長で、全身に力が入っていてカッチコチの緊張状態であることに気がつきました。これではゆっくり眠れていない、リラックスさせてあげたいなあ…と思いました。

そこで思い出したのが、サン・スマイルの**指圧**です!!

1年生の時、初めて指圧を受けに行きました。すぐに気持ち良くなりぐーぐーと眠ってしまいました。施術は30分程で、終わってからも30分は深い呼吸をしながら寝息を立てて眠っていました。　その日の夜に大量の下痢、2回目の指圧を受けたあとは、生まれて初めての大量の鼻血。すごいデトックスで体の力も抜けてだら～っと脱力できるようになりました。それ以来、特に梅雨の時期になると体調がすぐれなくなることが自分でわかってきて、「そろそろ指圧に行きたいなあ…」と言うようになりました。指圧を受けてデトックスしたあとは、「これでスッキリする～」と。これも心のよりどころ。お部屋の空気が澄んでいてフワッと軽く、静かで落ち着いた空間です～

つづく……。

日本指圧ヒーリング



☺ 院長　松浦学（指圧国家資格取得）

🏠 場所　埼玉県ふじみ野市西1-13-12

☎ 電話　049-269-3336
049-265-3913

詳しくは、スタッフにお気軽にお声がけください！

¥ 施術料　80分　8,500円
60分　6,500円

🕒 営業時間　10:00～19:00　※要予約
（日曜休み）

6/26

→

7/7

7/12、13
お泊まり会

→

7/26

薬や保湿剤、一切塗らず自然治癒したおなか☆

お泊まり会では、入眠時15分程痒くなり、先生のお部屋でひとしきり掻いたあと、自ら「もう大丈夫！」とみんなのいるお部屋へ戻って一緒に眠れたそうです。

「思っていたとおりにうまくいった！」と本人は喜んでいました（笑）

今月のスポットライトコーナー

サン・スマイルスタッフおすすめ

スタッフ
日向

SUN SMILE

無肥料自然栽培「すいか」ご予約開始します！！

☆無肥料自然栽培
すいか

1玉約5kg～7kg

1玉6,556円のところ

ご予約受付中！！

5,400円

☆山形県尾花沢産　FARM OCHI

一昨年は不作でお届けできませんでしたが、昨年は順調にお届けでき、今年は昨年を上回る出来です！と落合さんから連絡頂きました！無肥料自然栽培で山形県尾花沢産の落合さんのすいかは今年も順調に生育しております！奥様と一緒に気合一杯です！肥料や農薬はもちろんのこと、自根栽培、しかも一つの株から一つのスイカしか収穫しません。ですので一株のエネルギーがこの一玉に凝縮しています。ギューッと愛がつまった落合さんのスイカです！後味がとてもすっきりしていて、甘いのにベタベタしない。

それが無肥料自然栽培の特徴です！たくさんのエネルギー頂いてください！7月下旬～8月上旬のお渡し予定です！

（完熟なので御早めにお召し上がり下さい）

＊別紙にてご予約注文書を用意しております！！

自根栽培で育てられたスイカは、スイカ本来のジューシーさと甘さが魅力です。スイカは土壌に含まれるミネラルをたっぷりと吸収して、みずみずしさや甘さを引き出します。そのため、1度収穫するとその後7年間は同じ場所に植えられないと言われています。毎年コンスタントに収穫するためには、カボチャやトウガン・かんぴょうなど同じウリ科の植物の根っこに「接ぎ木」をして栽培する方法が一般的になっています。

ですが、接ぎ木栽培で育ったスイカは自根栽培で育ったスイカの味がせず、ミネラルなどの栄養素も少なくなってしまいます。落合さんのスイカは本来の味を楽しんでいただきたい想いから、畑の有効活用や収穫量よりも安全と味にこだわった自根栽培を目指すことにしました。肥料や農薬を使わない無肥料自然栽培により、口に頬張ったときのシャリ感と爽やかな甘さがお楽しみいただけます。

糖度は12～13度ほどを保ちながら、ベタつかないのも無肥料自然栽培のスイカの魅力です。 こだわりの自根栽培で育てたスイカをぜひお試しください！！

**無肥料自然栽培すいか
だから皮までおいしく
食べられます！
食べ終わった皮の緑色の
部分は切り落とし白い皮
の部分を糠床の中へ！
なんとおいしいぬか漬け
の出来上がり！良かった
ら試してみてください！
残すところなく夏を感じ
てください！！**

サン・スマイルも応援しています！
親が手伝ってもOK!
ぜひ応募してみてね！
過去の動画もサイトで見れます(^^)/

G.B.E
Green Blue Education

小中高生対象

第4回
Green Blue Education Forum コンクール2023

テーマ「守り残したい環境、創りたい未来」

家族や友達と過ごした思い出の場所や、暮らしている街の風景は大人になったらどうなっているんだろう。
あなたが考える**「大切にしたいもの」「ワクワクする未来づくり」**を自由に発表してみませんか？

楽しく、かっこよく！！
未来をいい方向へ変えていこう♪

Z世代で活躍中の
ミラさんが 最終審査員 に！

長谷川 ミラ さん
（モデル / ラジオナビゲーター）

個人でも、
団体でも応募OK!

まずは
3分の動画で
応募しよう！

応募期間 2023 年 5.1(月)～8.31(木) 21:00まで

詳しい応募方法は GBEFコンクール で検索！

【主　　催】Green Blue Education Forum実行委員会
【共　　催】環境省
【後　　援】文部科学省、京都府、京都市
【協　　力】一般社団法人企業価値協会、「体験の機会の場」研究機構
【特別協賛】石坂産業株式会社、大和リース株式会社
【協　　賛】株式会社自然共生ホールディングス、医療法人財団綜友会、辻・本郷 税理士法人、前田建設工業株式会社
【サポーター】小田急不動産株式会社、株式会社電弘、医療法人社団ヒロ横浜デンタル

G.B.E
Green Blue Education

第4回

あなたの「創りたい未来」を自由に表現してみませんか？

小中高生対象

プレゼンコンクール

テーマ 「守り残したい環境、創りたい未来」

Green Blue Education Forum コンクール とは、「体験」を通じて五感で学び「守り残したい環境、創りたい未来」について考え、発表するためのプレゼンコンクールです。現代と未来の世代との不公平をなくすために、自発的・主体的に課題を探し、考え、解決のための方策をまとめ、広く伝え、学び考え伝える楽しさを感じる体験ができる機会の場を提供することを目的に2019年より本コンクールがスタートしました。

応募期間 2023 5/1(月) ▶ 8/31(木) 21:00まで

参加費 無料

応募資格 国内在住の 小学生・中学生・高校生(18歳以下)
※個人・団体問わず人数制限なし

応募の流れ

体験する
記憶に残った体験や、継続している活動、学校の授業での調べ学習など、**ヒントになる実体験**を見つけてみよう！

考える
身近な体験活動を通じて感じたことから、**「守り残したい環境、創りたい未来」**について考えよう！

撮影する
3分以内の動画にまとめよう！紙芝居でも、劇でも、スライドでもプレゼンテーション方法は自由！

エントリー
8/31(木) 21:00までに
①エントリーシート
②プレゼン動画
を事務局へ送ろう！

審査概要

■ 審査基準
テーマの斬新性、提案内容の独創性、伝わる表現力、全体の構成力、巻き込む共感性の観点で審査します。

■ 一次審査結果発表
2023 年9月18日（月） 公式サイトにて発表（予定）

■ 賞の構成
環境大臣賞 1チーム
特別協賛企業賞 ※企業数に応じて授与
長谷川ミラ賞 1チーム
特別審査員賞 ※対象チームがいた場合に授与

■ 最終審査員（順不同）
浅利 美鈴 （審査委員長/京都大学大学院 地球環境堂 准教授）
石田 好広 （目白大学人間学部児童教育学科長 教授）
坂野 晶 （一般社団法人ゼロ・ウェイスト・ジャパン 代表理事）
長谷川ミラ（モデル/ラジオナビゲーター）
熊谷 豊 （「体験の機会の場」研究機構 幹事長 / 石坂産業株式会社 執行役員 くぬぎの森環境塾長）
環境省 （調整中）
京都府 （調整中）
特別協賛企業枠審査員 （調整中）

最終審査 & 表彰式典

■ 開催日 2023年11月12日(日) 10:30～15:30
■ 場所 京都府立京都学・歴彩館 1F大ホール（住所：京都市左京区下鴨半木町1-29）
■ 内容 ・一次審査を通過した8チームによる5分のプレゼンテーション大会
・表彰式典での表彰状授与
■ 参加費 無料（どなたでもご観覧いただけます）

※ 一次審査を通過した個人は保護者含め2名、団体は1チームにつき最大3名＋保護者1名の合計4名を会場へご招待!(旅費・宿泊費支給)

Green Blue Education Forum実行委員会

石坂 典子 （委員長 / 「体験の機会の場」研究機構 会長 / 石坂産業株式会社 代表取締役）
武井 則夫 （副委員長 / 一般社団法人企業価値協会 代表理事）
アガタサトコ（一般社団法人AOAart 理事）
片岡 秀太郎（sweet heart project 実行委員）
田島 真一 （「体験の機会の場」研究機構 幹事 / 加山興業株式会社 経営企画室室長）
熊谷 豊 （「体験の機会の場」研究機構 幹事長 / 石坂産業株式会社 執行役員 くぬぎの森環境塾長）

応募方法の詳細は
https://gb-ef.org
GBEFコンクール公式HPをチェック！

お問合せ
Green Blue Education Forum 実行委員会
（石坂産業株式会社社内「体験機会の場」研究機構事務局）
Tel：049-259-5800（受付時間 / 平日8:00-17:00）
Mail：info@esd-place.org

昭和35年1月11日第3種郵便物認可 通巻764号 令和5年5月1日発行（毎月1回1日発行） ISSN 1346-7522

食卓から人と地球の健康生活を応援する
Macrobiotic Magazine

MUSUBi

2023
5
No.764

「むすび」誌に掲載！（とても嬉しい！）
サン・スマイル出版部「確実に病気をしない生活の仕方」「農薬の有用性と有害性」を正食協会さんの「むすび」誌で紹介いただきました！
正食協会さんは昭和 33 年創業。
日本において食を伝える歴史ある普及啓蒙団体です！
「むすび」誌を読んだことがない方は、一度はぜひ読んでみてください！
サン・スマイル　松浦智紀

滋味旬菜「楚代先生、初夏のおもてなし料理」／今月のことば 原 伸介

伊藤氏と片野氏の講演録を書籍化／「暮らしの講座」

ベジなオーガニック給食はいかが

むすび

REPORT

伊藤慶二氏と片野學氏の講演録を書籍化

出版したサン・スマイルの松浦さん

産婦人科医・医学博士として早くから食の大切さに気づき、正食協会の呼びかけでできたマクロビオティック医学研究会の初代会長を務めた伊藤慶二氏（1929～2020）。農学博士という専門家の立場から自然農法や有機農法の研究・普及に尽力した、東海大学名誉教授で元正食協会理事長の片野學氏（1948～2014）。正食協会といずれも縁が深く、故人となった二人の講演録を一冊にまとめた書籍が出版されました。発行したのは、埼玉県ふじみ野市にある自然食品店「サン・スマイル」を運営する有限会社サン・スマイル出版部。代表取締役の松浦智紀さん（48）に聞きました。なお、同書は正食協会でも扱っています。

伊藤氏の「確実に病気をしない生活の仕方」と片野氏の「農薬の有用性と有害性　化学物質に頼らない健やかな食生活、頭がよくなる食生活」の2つの講演録を1冊にまとめて出版した松浦さん。「この本を読んでから、それぞれの食事療法について調べた上で実践すれば、より効果があると思います」（正食協会で）

食の大切さ説いた産婦人科医

伊藤氏は九州大学医学部を卒業後、医療法人至誠会梅田病院院長、勝間クリニック院長を歴任。産婦人科医として、全国に先駆けて1966年から母親教室を開き、食生活の大切さを説いてきました。

そのきっかけとなったのは、口蓋裂（がい）や兎唇（としん）など、本来はつながっていなければいけないところがくっついていない子どもの先天異常に疑問をもったこと。そして母親が共通して砂糖を多く摂っていると気づきました。

マクロビオティック創始者の桜沢如一の著書に「砂糖のような陰性なものを摂っていると、身体の組織が緩む」とあるのを見つけ、流産や早産も砂糖過多によって子宮口が緩むからではと思い至り、マクロビオティックを本格的に学ぼうと、正食協会の正食原理講座に参加しました。

第一線を退いてからは、山梨県の八ヶ岳山麓に居を移して95年に「麓友養生舎」を開設、健康指導や講演活動などに取り組みました。

正食協会主催の講演会の常連講師としても活躍したほか、本誌にもたびたび寄稿。八ヶ岳周辺の大自然や静物などを色彩豊かに描いたパステル画の作品は、3年間にわたり表紙を飾りました。

想いや意識のあり方を重視

伊藤氏は、サン・スマイルが毎年開いていた講演会にも5年ほど続けて講師を務め、そのうち2007年に行った講演が書籍化されました。

「確実に病気をしない生活の仕方」という定番の演題で伊藤氏は、からだに大きな影響を与えるものとして、生命力、想い、意識、食べ物という4つをまず挙げます。

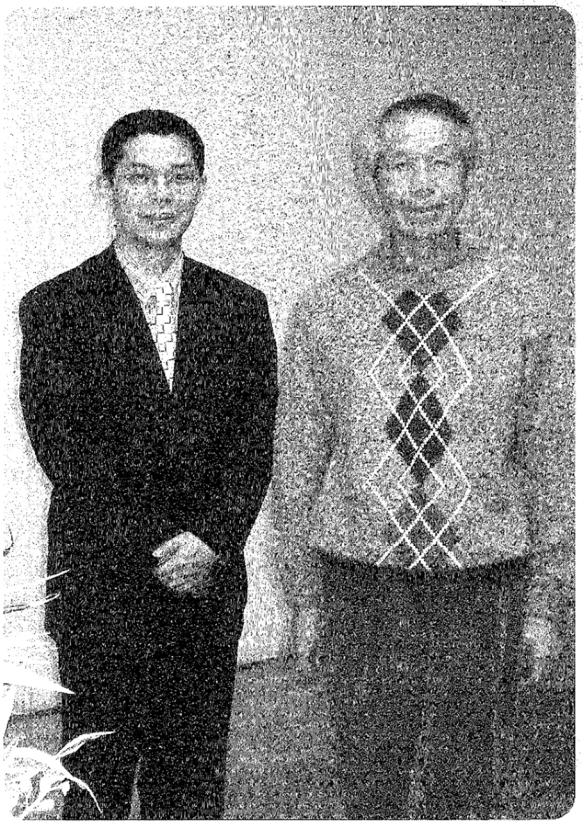
「病気というものは偶然なると言うことは絶対にありません。必ず病気になる過程があり、身体がそれに反応したまでなのです」と力説する伊藤氏は、食べ物や食生活だけでなく、想いや意識のあり方が間違っていれば病気を招くと話します。

生命力を高めるためには、食生活では無農薬で未精白・未精製の穀物や雑穀を主食とし、食品添加物などの化学物質や遺伝子組み換え作物・食品を避けるよう伝え、

肉や乳製品、砂糖の害についても詳しく解説しています。

また、憎しみやねたみ、うらやみ、怒り、不平・不満などの「御法度の心」を起こさないか起こしたらすぐに断ち切る、「明るく楽しくおめでたく」というプラス思考で過ごす、感謝と畏敬の念をもつ―といった心構えも説いています。

ガンの宣告を受けたときは、不安を抱き続けていると医師の見立て通りの経過をたどることになるので、気持ちを切り替えて開き直ることをアドバイスしています。



伊藤氏（右）と松浦さん。講演時のツーショット＝松浦さん提供

玄米食に目覚めた農学博士

東京・日暮里の下町に生まれた片野氏は、東京大学農学部農業生物学科を卒業後、１９７８年に岩手大学農学部に助手として採用されました。

岩手時代、周りの慣行農法の田んぼが冷害で壊滅的な打撃を受ける中で、すくすくと育つ自然農法の稲に衝撃を受け、さらに当時、盛岡にあった山村慎一郎氏の自然食品店や石田英湾氏（群馬マクロビオティックセンター主宰）の著書『生活革命＝玄米正食法』との出会いを経て、自ら圧力釜で自然米の玄米を炊いて玄米食を始めるように。

84年、稲の研究に戻るべく熊本・阿蘇の九州東海大学（現東海大学）農学部に移ってからは、定年退職する２０１４年３月まで30年にわたり後進の指導にあたりました。

女子学生のうつを玄米食をきっかけに改善させた体験と、学生の食生活があまりにひどいことを知り、研究室で栽培した不耕起無肥料無農薬の玄米と、自腹でそろえた食材を料理してふるまい、「マナブちゃん食堂」と名づけて、教え子や来訪者らに歓迎されました。

正食協会の講演会やセミナーなどでもたびたび講演したほか、本誌では２００６年２月号から07年３月号まで「人間の食律」と題した論文を14回にわたって連載しました。

水俣病から考える農薬の影響

書籍には、09年にサン・スマイルが主催した講演「農薬の有用性と有害性　化学物質に頼らない健やかな食生活、頭がよくなる食生活」が収録されています。

この中で片野氏は、1950年に始まった朝鮮戦争を機に日本が目覚ましい経済発展を遂げる一方、水俣病に代表される公害が大きな社会問題となった歴史からひもときました。

「日本の公害の原点」である水俣病は、メチル水銀による脳細胞の破壊によって引き起こされました。最初にメチル水銀を取り込んだ植物プランクトンを動物プランクトンが食べ、またそれを魚が食べてと、食物連鎖の過程で水に溶けないメチル水銀が濃縮されて、ついには汚染された魚を食べた人間の脳を冒したのでした。

片野氏は、「（メチル水銀と同じく）水に溶けない物質である農薬は、展着剤という界面活性剤を農薬に添加して使います。界面活性剤は合成洗剤と同じです。その洗剤を展着剤として入れて農薬を撒（ま）かないと、植物体にピタッと張り付かないわけです」と解説し、さらに「農薬の一番、重要な問題というのは、こういう食物連鎖の過程で発生する『生物学的な濃縮』である」と指摘しています。

汚染度の少ない植物性食品を

片野氏によると、水に溶けない物質を溶かすことができるのが血液で、だからこそ水に溶けないビタミンAやビタミンEなどの栄養素を全身に運ぶことができます。人体で水に溶けない物質をためておく場所は脂肪組織であり、メチル水銀が「もし皮下脂肪と内臓脂肪だけに溜まるのならば、水俣病の悲劇は起こっていないのです」。脳神経細胞にもたまったことで脳に取り返しのつかない事態をもたらしたのでした。

さらに、お産によってメチル水銀が赤ちゃんに移行して引き起こされたのが、胎児性水俣病です。

「ほとんどの重金属、ほとんどの農薬、一部の化粧品、一部の医薬品、一部の食品添加物には、水に溶けない物質があり」、加えて食物連鎖による生物学的な濃縮を考えれば、「私たちが食べるべきものというのは、生態ピラミッドの、なるべく下のものを食べましょうということなのです。穀類、豆類、芋類、野菜、果物、海そう、こういう植物性のものです」と結論づけています。

「環境汚染がこれだけ進んだ現代社会において、食生活の基本は、一番汚染度の少ない植物性のものを食べるべきだということを、もはや申し上げてもいい時代が来ている」という片野氏の警告は、講演から10年以上がたった現在にも十分通用するどころか、ますます重要になっています。

恩師でもある片野氏（左）と。阿蘇の大学の研究室で＝松浦さん提供

現場に通う師の鞄持ちとして

実は、松浦さんは片野氏の教え子の一人です。

病弱だった母親が無農薬・無化学肥料、植物性堆（たい）肥のみで栽培した野菜セットを購入していたことから、農業や食に興味をもった松浦さんは、自然農法などを研究している片野氏の下で学びたいと、九州東海大学農学部に進学しました。

入学したのは、片野氏がちょうど教授に就任した93年。当時を振り返り松浦さんは「有機ＪＡＳ法もなければ有機農業推進法もなければ特栽（農薬や化学肥料を削減した特別栽培農作物）もなく、無農薬とかそういうのは道楽だと思われていました」と話します。

農薬をどう効果的に使えば農作物の病害虫の被害を抑えられるかといった、慣行農業を前提にした「対症療法の研究」が主流だった中で、象牙の塔に閉じこもらず現場である農家にせっせと通い、あえて異端を貫いた恩師について「厳しい先生でした」と松浦さん。

キャンパスだけでなく、恩師の鞄（かばん）持ちをして、熊本県内を中心に車の運転を買って出てあちこちの現場を回りながら、実地でも学びを深めました。

常に農家を敬い「百姓と書いてなんと呼ぶか知っているか。本来は『みたから』と読むんだ」と説いた師の教えは、トップに「農家に感謝をする」と掲げたサン・スマイルの社是に生かされています。

大学を卒業した頃は、バブル崩壊後の「失われた10年」のまっただ中。超のつく就職氷河期の末期でしたが、「農家がつくった農産物を、可能な限り余すことなく販売してあげたい」と、恩師の口利きで福岡県久留米市にある農産物の流通会社に就職。その後しばらくして帰郷し、サン・スマイルを設立。昨年、創業25周年を迎えました。

食事療法の根本を知るために

「指圧の心は母ごころ　押せばいのちの泉湧く」のスローガンで有名な指圧の創始者、浪越徳治郎氏の流れをくむ指圧医療従事者として、一時期、指圧治療院も併設していた松浦さんは、患者を指導する中で食生活の大切さを実感したといいます。

その上で、伊藤氏と片野氏の講演をまとめた書籍を出版する意義について次のように話しました。

「情報社会と言われながら、何を信じていいかよくわからないという声をよく聞きます。食事療法だけでも、いま流行りのグルテンフリーや断食、糖質制限、ゲルソン療法などいろいろあります。でも、それぞれの療法が合う・合わないというのもあり、枝葉だけ勉強しても片手落ちになってしまうのではと思います。やはり根本的なところを理解しておかないといけない。その点で、根本的なことをおっしゃっていたのは、私の中ではこのお二人だったので、先生方の本を出したいとずっと思っていました」

そう願っていたところでコロナ禍に見舞われ、出張を控えるなど時間に余裕ができたことから、講演内容の文字起こしから始め、発言内容の確認やデータの裏付けをとったり、遺族に原稿を見てもらって了承を得るなどの作業を進めて、1千部を印刷しました。

ソフトカバーＢ６判の単行本で、１５９ページ。価格は１３２０円（税込み）。正食協会でも扱っています（☎06・６９４１・７５０６、ＦＡＸ06・６９４１・７０３９、電子メールmain@macrobiotic.gr.jp、書籍代のほか送料がかかります）。

新商品紹介！

洗剤 birds（バード）

4 つの海面活性作用を持つ天然系の洗剤！
なぜ今まで出会わなかったのか！不思議です！
この一つで、衣料品、食器、お洗濯、お掃除全てに使える万能洗剤です！

一般タイプ水量	ドラム式洗濯物量	使用量の目安
30ℓ	2kg	20 mℓ
45ℓ	4kg	30 mℓ
65ℓ	6kg	40 mℓ

1000ml ボトル 3,300 円(税込)　詰め替え用 750ml2,255 円（税込）

最初はボトル代がかかるので、詰替え用で計算すると

65ℓの選択で 120.3 円です！食器洗いの場合は、birds は濃い

ので半分に薄めて市販のスプレーなどに入れ替えた方が使いやすいです！

なぜ、今まで出会えなかったのか、、と疑問に思って birdsさんに聞いてみましたら、いま、父が作り上げたこの birds を娘さんが受け継ぎ販売をされているという事で、お父さんは作るのに一生懸命で、営業宣伝をほとんどしてこなかったと、、。職人気質のお父さん。そんなお父さんを娘さんがみて、もっと多くの人に使っていただけたら喜んでいただける方が絶対増えるはず！と跡を継いで頑張っていると！物語がありました！

香料がないのでほぼ無臭ですし、泡きれもよいように思います！ぜひお試しください！
Birds さんのサイトもぜひご参考ください!(^^)!　右の QR です→

今まで販売していました海へ・・・森へ・・・シリーズは発売元さんの関係で
入荷がなくなってしまいました。その際にいろいろと探していましたらこの birds さんと出会いました！　海へ、森へシリーズを長年ご愛顧いただきました皆様申し訳ございません。
ぜひこちらもお試しいただけたら幸いです！

サン・スマイル情報コーナー

サン・スマイル出版部！そうなのです！

サン・スマイルは出版もしています！
現在の出版物は二つ！様々な食に関する情報が飛び交う現代に根本となる二冊！一家に一冊！必読です！
楽天ブックスでも購入できます！

サン・スマイル おいしいはしあわせ動画！（YouTube）
サン・スマイル創業のお話しから生産者さん、商品のご紹介、
指圧、武術のご紹介など 30 コンテンツ以上！ぜひ観てね！

全ての動画は
こちらから観れます！

サン・スマイルの指圧治療院**「日本指圧ヒーリング」**（要予約） 浪越指圧

国家資格医療者である院長　松浦学による治療院です！（場所は店舗とは異なります）
ふじみ野市西 1-13-12　電話 049-269-3336　center@sunsmile.org　お気軽にお問い合わせください。料金　60 分：6,500 円（税込）　80 分 8,500 円（税込）

QR は指圧の説明動画です↑

サン・スマイル初めての健康補助食品！

Mental oil！（メンタルオイル）

日本臨床カンナビノイド学会に 10 年所属し、納得がいく CBD を探していました。そして、上古医師との出会いから、なんとホップ由来の CBD と出会い（多くは麻由来）、日本にまだその商品がなかったのでサン・スマイルが企画して発売開始しました！（現在全国でも販売中！）

Certificate of Completion
This is to certify that
松浦 智紀　様
has completed the following course:
CBD 医学実践コース
09/30/2022
Date Completed
Medical Marijuana 411
CBD CANNABIDIOL 医学実践コース

ビタミン、ミネラルや〇〇成分が〇〇に効果があるというものではなくて、人間含めた脊椎動物の恒常性を維持する「CES 内因性カンナビノイドシステム」の作用に CBD がかかわっています。神経、ホルモン、免疫系をはじめとした自律神経の安定（恒常性）に必要があれば働くというものです。この商品だけのネットでも販売しています！→

サン・スマイルの武術「あさひ武術倶楽部」 **太極拳生徒募集！**

太極拳は元来武術ですが、気功でもあり健康にとって大いに益します。人間、老化は足腰からくると言われていますが、足腰がシャンとしてさえいればいくつになっても健康的に過ごすことが出来ると思います。御存じのように太極拳はゆっくりした動きですが、体重を前後或いは左右明確にゆっくりと移動することで骨や筋肉を鍛えることが出来ます。特に遅筋が鍛えられ、その結果毛細血管がどんどん増え、それだけ血流が良くなります。 又、アメリカにおいて、太極拳を行っているグループと行っていないグループでは骨粗鬆症率が 50%下がったという実験結果が報告されています。また太極拳は武術ですから一つ一つの動作に武術的な意味が有り、それを意識することでより健康に効果をもたらします。

Shall we taichi ?

太極拳
毎週火曜 19 時-21 時 詳細お問い合わせください
場所 ふじみ野市西 1-13-12
問合わせ:℡ 049-269-3336

（八極拳もありますが、一般では
太極拳教室のみ開催しております）

←太極拳動画

→太極拳、八極拳説明動画

・・・

今月の サン・スマイル熱烈大ファンおすすめ キラキラ✧スポットライトコーナー

最高級木酢液
500ml ¥1,100

いよいよ夏本番！汗をたくさんかく季節だけにお肌のプチプチ・ブツブツ・かゆかゆ事件が起こりやすくなりますがそんな時に「最高級木酢液」を御存知でしょうか。サン・サン・サマータイムを快適に過ごしていただけるよう、この1本でこれはスゴイ！と思ったキラキラ効果を御紹介します。

♥ときめき♥「最高級木酢液」キラキラ✧ポイント！

一切の化学処理なし！良質の成分のみを高濃度で抽出した純粋な木酢液です。スモーキーな香り！

サン・スマイルの商品は本物の確かな品質を誇るものばかり！ステキです！

あせもなどの皮ふのトラブルに「キクーーっ！」

かゆいよ～

夏になると旦那さんがおしりにたくさんブツブツができ、かゆがっている時に原液の木酢液を浸したオーガニックコットンをブツブツに貼ると「キクーっ！」と一瞬痛がってますが強いかゆみが止まるようです

お風呂で温泉気分！

毎日のお風呂にキャップ2～3杯の木酢液を入れるとお湯がまろやかに肌に優しい感じに変わります。髪もシットリ！（温泉のように洗い流しは不要）また、浴槽にぬめりが出にくくなったり残り湯で洗濯すると仕上がりがキレイです！

子育ての強い味方！

赤ちゃんのおむつかぶれでは、保育園に通ってると「ワセリンなどの保湿剤を塗ってください」とか皮膚科に受診することをすすめられますが断然おしりのキラキラさを失ってしまいます！木酢液を薄めた液にオーガニックコットンを浸しておしりふきに！また、蚊に刺された時にサッと塗るとかゆみがなくなり、とびひ予防にもなります。

虫よけにも良し！樹木も件件！

知り合いの方でスプレー容器に木酢液を薄めたものを入れ、アリの行列が出ている所に毎日、吹きかけていたらいつの間にかアリが発生しなくなったと喜んでました。これまで駆除剤を設置してましたが効果がなかったとのことです。また、この時期、お庭の草木に虫が付いてしまうので葉っぱに吹きかけてみてください。消毒効果バッチリです！

※ これは私の感想です。効果には個人差があります。

2023年7月

営業日・入荷日カレンダー

自然食の店　サン・スマイル

July

令和5年

7/3より営業時間が変更となります。10:45～19:00

ともの会・おしゃべり会・ひなたぼっこ会8/1まで予定通り10時～12時に開催します。
今後さらによりよいサービスができますようにスタッフ一同努力してまいります。
毎月なかったポイント3倍デーを毎月開催することにいたしました！！

月	火	水	木	金	土	日
				30	1 コロッケ	2 定休日
3 営業時間変更 パン（くろうさぎ） 佐藤たまご みや豆腐夕方	4 亜麻仁卵・ｵｰｶﾞﾆｯｸﾀﾏｺﾞ 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 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 みよし天デモ販売 亜麻仁卵・ｵｰｶﾞﾆｯｸﾀﾏｺﾞ アグリコラたまご そばの実カフェマフィン	12 みよし天デモ販売 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 ともの会 10～12時 コロッケ	16 定休日
17 おしゃべり会 10～12時 パン（くろうさぎ） 佐藤たまご みや豆腐夕方	18 ひなたぼっこ会 10～12時 亜麻仁卵・ｵｰｶﾞﾆｯｸﾀﾏｺﾞ アグリコラたまご	19 佐藤たまご パン（3552食堂） 島田有機豆腐	20 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・ｵｰｶﾞﾆｯｸﾀﾏｺﾞ アグリコラたまご そばの実カフェマフィン	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
31 ポイント3倍デー わかめアニキデモ販売 パン（くろうさぎ） 佐藤たまご みや豆腐夕方	1 電磁波セミナー					

7/11～12はみよしのじゃこ天デモ販売
7/31はわかめアニキデモ販売！（予定）
わくわく楽しみ～！！

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

＊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。

おうちの冷蔵庫に貼ってね！

日直てんちょ～の　１時間目からＨＲ（ホームルーム）（リアル版）　7/26・8/1 両日満員温御礼　10：00～11：30

夏休み特別企画！電磁波初級編

追加日程！

みんなで
わいわい
ホームルーム！

小学生でも楽しくわかるようにちょっとした実験を増やして解説！ご参加は年齢問わず！夏休みはどうしてもスマホやタブレットを使う時間が長くなりがち…。見えない電磁波を見て感じて学んでみませんか！？かしこく付き合って目指せ電磁波マイスター！有害電磁波に邪魔されずぐっすり眠れる夏を過ごそう♪

8/11(金)10：30-12：00

参加費：500 円　親子ペア 1 組 500 円
対象：小学生～無制限！
定員：ペア含め 6 名ほど
場所：店内奥和室
お申込みお待ちしてます♪

次回の「ともの会」　「子育ておしゃべり会」　「ひなたぼっこ会」

※開始時間がそれぞれ異なっています※

★ともの会　R5.7/15（土）10:00～・8/14(月)10:30～　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 R5.7/17（月・祝）10:00～・8/10(木)10:30～店長ホンドウユキコの会
いろんな話題　子育ての疑問質問おしゃべりしましょ！

★ひなたぼっこ会　R5. 7/18（火）10:00～・8/15(火)10:30～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。

ポイント３倍→7/31(月)・8/30(水)・31(木)

イベント予告☆彡　医・食・住　カーニバル！

「医」篠原クリニック歯科院長 篠原たくや/「食」暮らしの発酵ライフスタイルリゾート校校長 相良歩実/サン・スマイル代表 松浦智紀/「住」ナチュラルハウスクリーニング代表 清水義則/サン・スマイル店長 本道由樹子　医食住からゴレンジャーがまるまるっと手をつなぎ、皆さんの益々の健康を明るく考える！楽しいカーニバルのように！
詳細は coming soon!
令和 5 年 9 月 3 日(日)　ふじみ野市産業文化センター
予定を空けておいてね(^_-)-☆

じゃこ天実演販売
7/11(火)・12(水)

【営業時間変更のお知らせ】令和 5 年 7 月 3 日月曜日より これまでの
10 時オープンから 10：45 オープンへ変更いたします。

SUN SMILE

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。