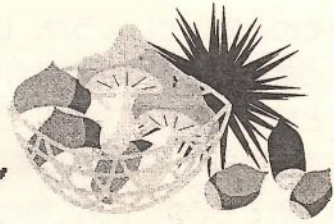


自然食品

ORGANIC

りんや
輪屋

http://www.rin-ya.jp



いつもありがとうございます。

もうすっかり秋です。本格的に寒くなってきました。季節の変わり目は何かと体調を崩しがちですが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。振り返ってみれば今年の夏もいろいろな事がありました。総選挙にエチゼンクラゲに台風。ロンドンのテロやカトリーナなど、目を疑うような映像の連続でテレビに釘付けになったことも度々でした。特にカトリーナは浸水した面積が日本の本州と同じと聞いてその被害の大きさに唖然としました。でも、戦後の日本や阪神大震災後の神戸などでみせた人間の前を向いて生きていく底力は、きっとハリケーンには負けないはず! がんばれニューオリンズ! 何もできませんがせめて心の中で応援してます。

まずはお礼から・・・。

つたない文章と地道な手くぱり(一部郵送)でお届けした第一号のニュースレター。初めての事で実はミスがイッパイでした。(思い出すのも恥ずかしいミスなので詳細は割愛させていただきます) それにも関わらず、「読んだわよ」とか「がんばってるわね」などたくさんのお客様に励ましていただいたりして感謝感激でした。またタオルをたくさんのお客様にいただきました。本当にありがとうございました! いただいたタオルを私達だけで使わせていただくのはもったいないので、輪屋のスタッフとは比較にならないほど体中泥だらけにしながら野菜をつくってくださっている

Thank you



「よりのい^{りぐみ}輪組」のみなさんと仲良く分けて使わせていただきます。本当にありがとうございました。

よりのい輪組の野菜たち



「も、も、もしや!」「え〜うそ〜」埼玉県の寄居町から運んできた野菜たちが入ったコンテナを並べながら、私とあやっぺが絶叫してしまう事がここ最近よくあります。おかしい…。一昨年や去年はもっとこの時期輪組の野菜がたくさんあったはずなのに…。たくさん来ると思って流通に注

文しなかった小松菜すら輪組から来ない…。「この時期に小松菜をおいてない八百屋なんてあり?」なんてテッシーとあやっぺと三人で顔面蒼白。だけど、“商品”のような野菜ではなく、野菜の“命”を販売しようと決めてからは農家さんを通して私たちの取引先にも『大自然』が加わったようなもの。覚

しゅん。。。

悟はしていたのですが…。よりの輪組の農家さんにも「どうしたんですか？」と聞いてみたら、前代未聞の日照不足が原因だそうです。素人の私には詳しい事は分かりませんが、日照不足では作物が病気になりがちなのだそうです。梅雨時期にカビが生えたり虫がわくのと同じでしょうか。しかし、驚いた事に大不作なのはよりの輪組だけで、同じ地域の普通の(農薬や化学肥料を使う)農家さん達はかえって豊作だそうです。「えっ何で？」と聞いてみたら「多分、土壤消毒と言って薬で土を消毒してるんじゃないかな」ということでした。←環境に悪いので私たちは農薬より嫌い!!

という訳でもう少しの間、私とあやっぺの「ごめんなさい」が続くかもしれませんが、どうぞ広い心でお許しくださいますようお願い申し上げます。



ポイントカードが変わります!

もとインターネット関係の仕事をしていた二人がやっているお店とは思えないくらい時代に取り残されていた輪屋も、ついに今風のハイテクなサービスを導入します! なんちゃって……。私たちが偉くなったわけではなく、かなり←(強調)奮発して購入したレジの機械が偉いのですが……。

何が変わるかご説明すると、

- その① 今まではカードにスタッフがハンコを押ささせていただくタイプでしたが、新カードはバーコードをピッと読み取るだけ。ポイントの計算はレジ任せになります。
- その② 500円ごとにハンコが1つ=1ポイントでしたが、新カードは300円で1ポイントが加算されるようになります。ということは今まで1ポイントだった600円が2ポイント、900円では3ポイントつくことになります!
- その③ 新カードは各お客様専用のバーコードが印刷されたカードになります。カード切り替え時にお渡しする新カードはもちろん無料でお作りさせていただきますが、紛失された場合やバーコード部分が損傷により読み取りが不可能になった場合、新しいカードをお作りするのに100円(!)をいただかなくてはいけなくなりました。

くれぐれもポイントカードは大切に保管なさってください。

決して自慢ではありませんが、世間の自然食品店と同様(と言うかもしかしたらそれ以下)、輪屋も本当にギリギリの所で経営しています。サービスのし過ぎでお店が潰れてしまってみなさんにお野菜をお届けできなくなったら本末転倒。しかし、できる限りお客様のお財布にも優しくなりたい! ということで、状況をみながらポイントの還元率を上げるなど、サービスの向上に努めていきたいと思っています。

今後ともよろしくようお願い申し上げます。



新商品ご案内 その①

幸健(コウケン)さんの**自慢の魚たち**

輪屋は、売り場面積わずか七坪の小さなお店ですが、実に40社くらいのメーカーさんや卸さんとお取引をしています。個人の方もいれば大きな会社もあるのですが、皆さんそれぞれかなりユニークです。こういう自然食とか本物志向の業界にいる人はほとんど商売よりも自分の商品に惚れ込んでしまった人たちがほとんどで、商品について説明してもらおうと延々と自慢話が続きます。

そんな中でも最近ヒットを連続して飛ばしているのが『幸健(こうけん)さん』です。幸健さんは火曜日に石室(いしむろ)で発酵させた納豆や、サメで作ったハンペン(←絶品!)や、ちくわなどを持ってきてくださるのですが、もともと海産物が得意の方らしく、本当に美味しい魚が見つかった時だけ冷凍保存で持ってきてくれます。今まで幸健さんが持って来てくれたのは『近海物のししゃも』『さわら』『ハタハタ』などで、評判も上々でした。ただ、たまにお酒好きの幸健さんだけに酒のつまみみたいな魚を持ってきて、お酒の飲めない私はがっかりすることもあります。

今から魚が美味しくなる冬。どんな魚が来るのかますます楽しみです。幸健さんの魚が入荷したら冷凍庫前に“入荷しました”の札を下げることにします。一回の入荷個数が少ないので、縁があって遭遇した方は是非召し上がってみてください。

ちなみに……。

『近海ものししゃも』(15匹ぐらい)714円、 『ハタハタ』(三四)714円
『本さわら』(二枚)714円、 『えぼだい』(二枚か三枚)399円
完全に酒の肴→『にぎす』(5匹位)399円

商品売り切れ度ではかる輪屋の人気商品



大量に仕入れられるスーパーと違って、弱小な輪屋は仕入れ自体にいろいろな制限があるため、少しお客様が重なるとすぐに品切れを起こしてしまいます。本来は商品が品切れしてはいけないものとわかりつつ、なかなか仕入れがうまくいきません。皆様にはご迷惑をお掛けして大変申し訳ありません!

今回は売り切れが頻発する商品をベスト3でリストアップしてみました。

- 1位 『釜揚げ一番』冷凍の讃岐うどん。ゆでた麺を冷凍したもの。超美味♥
- 2位 『絹生揚げ』新製品ながらにお客様のハートをがっちりゲットしたすごい奴。
- 3位 『大根まんじゅう』これだけでお昼ごはん一食分はあります。今年はキャベツまんじゅうも好調です。

なんちゃって。こんな企画で逃げないで極力品切れを起こさないよう頑張っていきます。すみません。反省してます。



輪屋のおススメの一品!! =あや編=

こんにちは、あやです。輪屋では別名“野菜部長”と呼ばれています。なぜ“野菜部長”と呼ばれているかというと、実家が農業を営み、私自身も農業研修所で一年間無農薬野菜の作り方を勉強したことがあるため、他のスタッフよりも野菜について詳しい(はず)ということになっているからです。しかも、輪屋に並ぶ朝採り野菜を出荷してくれている「よりの輪組」の人たちと同じ農業研修所を卒業しているという奇遇付き!!です。お店の前で、野菜を袋に詰めながらポリポリと小松菜やニンジンを生でかじっている姿を見たら是非お声を掛けてください。その日のおススメの野菜や、研修所時代に教えてもらった料理法をお伝えできると思います。

そんな私がこのお店に来て、早いものでもう二年半。はじめは、「よくこんなにたくさん美味しいものを集めたな」とテッシーさんとゆうこさんに感心していました。でもしばらくしてから、「店の全てのものを自信をもってお客様に紹介できて、しかも、お客様に喜んでいただけて、この仕事って何て幸せなんだろう」という思いがわいてきました。いくつかの営業職で、納得のいかない商品を販売する度にストレスを感じていた私には本当にありがたい仕事です。



そして、その幸せ者の私をご紹介するのが、『浜菱(ハマビシ)』というお塩です。最初、テッシーさんに「うまいぞ」と言われ、何気なく使っていた時にはあまりありがたみを感じていなかったのですが、あるとき友人宅でいわゆる普通の塩を使ってビックリ! あまりにただしょっぱいばかり。この時にいつも使っている浜菱の“甘味さえ感じるまろやかなしょっぱさ”を真にスゴイ!と思った訳です。

お塩には「自然海塩」「再加工塩」「食塩」と大きく分けて3タイプあります。

自然海塩	再加工塩	食塩
粟国の塩、土佐の塩丸、美味海、小さな海、海の精、浜菱、イタリアの天日塩、地中海のミネラル塩、地中海の天日塩、モティア、ダラントの塩、パリュディエ、セル・マランA・B・F、小笠原の塩、能登のはま塩、沖縄の海水塩、最進の塩、奥能登の揚浜塩	赤穂の天塩、伯方の塩、あらしお、シママース、赤穂あらなみ天日塩、瀬戸のましお、お塩少々、昔塩、クッキングソルト、キッチンソルト、瀬戸の本塩、いそしお、鳴門のうず塩、五島灘の塩、塩屋崎の本塩	食塩

簡単にご説明すると「自然海塩」は読んで字の如く海水の塩分を結晶化させたもの、「再加工塩」は輸入原塩や食塩にミネラルを添加したもの、「食塩」は海水から塩化ナトリウムのみを取り出したものです。ここまでで「うーん。やっぱり自然海塩がいいな」と思ってしまおうのですが、驚くのはこの先です。この自然海塩の中でも、ほとんどが揚げ浜式塩田法といって海水を平釜で煮詰めて結晶化させる方法でつくられているので

すが、一方の浜菱は入浜式塩田法という塩田に引き込んだ海水を、海風と太陽光のみで何ヶ月もの時間と手間をかけて天日干しで塩を結晶化させるという昔ながらの製法に

よって作られています。さらに嬉しいのはお手頃価格。こだわりのある輪屋のお客様の中には袋の裏をご覧になって「あら、中国製？国産じゃないのね。」という方もいらっしゃるかと思いますが、国内産で浜菱と同じ製法で作られたお塩となると、浜菱の3倍くらいの値段にはなるはず。野菜をゆでるとき、塩もみを作るとき、スパゲッティーをゆでるとき、いいお塩を使いたいけどあまりにも高いお塩では使いにくいですもんね。



浜菱 750g 367円 あらゆる料理に美味しくミネラル一杯。

一度使い始めると他のお塩では代わりがきかなくなります。是非皆様のおうちでも！

ちなみに同じ製法で作られた《国内産の天日自然海塩》



海晶 500g 1575円



栗国の塩 250グラム 1575円

♪♪♪



目からウロコのレシピちゃん

輪屋のスタッフは素敵な事に私以外はみんなお料理上手！テッシーはパスタを作らせたら天下一品。あやっぺは家庭料理からお菓子までオールマイティー、あいちゃんのもと自由が丘の超有名なケーキ屋出身なのでお菓子専門かと思いきや、何と彼女もオールマイティー。作ることも食べることをこよなく愛する私としては、こんなに幸せな環境はございません。交代で作るまかないのランチがとっても楽しみな毎日です♡ しかーっ！輪屋のお客様たちはもっとすごい！筋金入りのお料理上手さんたちがかなりいらっしゃいます。自家製オイルサーデンや自家製アンチヨビ、野菜と雑穀のパイや焼きたてのパンなど、差し入れをいただいて食べてみたら絶句することも度々です。そんなお客様や実際に野菜を作っている農家さんから教えていただいたレシピをみなさんと共有したいと思います。

第一弾は『ヨーグルトドレッシング』お客様のKさんから教えていただきました。

1. プレーンのヨーグルトを一晩キッチンペーパーを引いたざるの上で水切り。
2. 水を切ったヨーグルトに同量のマヨネーズとすりおろしたにんにくを加える。お好みで黒胡椒やお塩。
3. 混ぜて出来上がり！ 茹でた野菜や海老と相性抜群。

食べ始めたら止まらなくて、私は一人でいんげんを全部たいらげました。すっごく簡単にできるし、応用範囲は広いし、ヨーグルトの代わりに豆腐でもいいかも！



おすすめレストラン =中華料理 ティンハオ=

この店はかなり有名なので、ご存知の方もたくさんいらっしゃるのではないのでしょうか。テレビや雑誌などに取り上げられることも多く、著名人がお忍びで通われているそうです。

野菜は自然農法産のものが中心。でも、私達が一番嬉しいな~と思っているのは、化学調味料を使いがちな中華料理店というカテゴリーの中にありながらも、化学調味料は一切使っていない!という点です。

私が必ずオーダーするのは『中華サラダ』。ドレッシングとピータンと鶏肉の相性が最高です。あと、「もう少し食べられそう」なときは『水餃子』。水餃子本体も美味しいのですが、タレが絶品で水餃子とタレのハーモニーが何とも言えません。あっ!デザートは杏仁豆腐も美味しいです。9月半ば頃に食べに行ったときは杏仁豆腐の中にご主人の庭でなったブドウが入っていました。粒が小さいのに強烈な甘味でビックリしました。そうそう、お料理のサイズも小、中、大など選べるので少人数でもいろいろなお料理を楽しめるようになってます。ランチもお得。←いい所を書くときりが無い・・・

『頂好 (ティンハオ)』
東京都目黒区自由が丘2-8-21
メソソクルツB1F
Tel. 03-3724-5673



新商品ご案内 その②

ろばやのコーヒー

“いい感じ”のコーヒーを見つけました! 私は紅茶派なのでコーヒーの味の良し悪しは分からないのですが、コーヒー大好きな自称「違いの分かる男」に言わせると、有機栽培の中では今までで一番うまいかも・・・だそうです。有機栽培の豆で焙煎も上手で、何と安い! これは魅力です。ろばやのカタログには色々な種類の豆があったのですが、とりあえずは「ろばやを知ろう!」ということで、今回は“深煎り”“中煎り”“浅煎り”を仕入れてみました。どれも豆は挽いてもらっています。大岡山近辺の違いの分かる男女にも試していただき、「いやいや、あっちの方がうまい」なんていうご推薦があればどしどし輪屋の違いの分かる男に情報を寄せてやってください。

『深煎り(ダークロースト)』200g 683円

アフリカフェ(イスタ)100g

『中煎り(ミディアムロースト)』200g 683円

945円

『浅煎り(ライトロースト)』200g 683円



モニター割引のお知らせ =シャンプー&リンス=

最近、「髪のボリュームがなくて困ってるの…」というご相談を店頭でよく受けるようになりました。女性の薄毛もいろいろな原因が考えられるようですが、やはり単純に加齢が原因の方が多くようです。昔はフサフサだったうちの母も70歳を目前にして「髪の毛がペシャンコになってきちゃった」と言っていたので、モニター役としていろいろなシャンプーを試してもらいました。幸いうちの母はその中の一つのシャンプーが髪質にあったようで、気に入って今も使っていますが、髪質も肌質も人それぞれ。もう少し色んな方に使っていただいてご意見をうかがいたいと思っています。



『ポリウムアップシャンプー』by リマナチュラル
自然素材だけでポリウムアップさせる安全なシャンプー。
椿油配合。

400ml(ポンプ式) 通常価格 2625 円(税込み)



モニター価格 3 割引 **1838 円** (税込み)

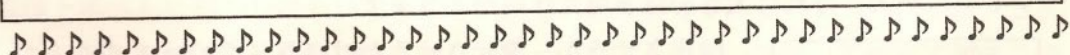


リンスもあります。

リンスもモニター価格でお使いいただけます。

400ml(ポンプ式)通常価格 2625 円(税込み)→1838 円(税込み)

私とテッシーも使ってみました。泡立ちが結構よいと思ったのと、言われてみればペタンコ気味の私の髪が、最近朝起きると五右衛門のようになっていたりでポリウム出てるのかも…といった感じです。
店頭においてありますので、実物を見てみてください。



定期セールのお知らせ

輪屋は2月、5月、8月、11月の月末にセールを行っています。
対象商品は化粧品以外の全商品。万が一店頭で在庫がきれた場合は、お取り寄せになりますが、もちろんセール価格となります。

このところ、自由が丘にあった「地球人クラブ」や「F&F」さんが立て続けに閉店と休業に入られました。仕入れのルートはそれぞれのお店で違うので全商品は無理だと思いますが、「地球人クラブ」や「F&F」さんにあって輪屋には無いもの、あったらいいなと思うものなど、教えてください。取り寄せできるように頑張ってみます。



前回のニュースレターをお届けした際に、『天川村の湧水』というミネラルウォーターのチラシを同封しました。（↓こんなチラシ）

金属も錆びさせない

ほどいいお水だ！ということでちょっと金額は高いのですが、環境が劣悪になる震災時にリフレッシュ目的で飲まれるといいかも…と思いで紹介したのですが、防災用としてではなく、日常用としてびっくりするほど多くのお客様にご購入頂きました。



その際に、「なぜ錆びないのか」や「酸化還元電位って何？」などご質問を多数いただいたり、実際にチラシと同じ実験をご自分でもされて結果を教えてくださいましたお客様もいらっしゃったりと、お水の話で一時期随分盛り上がりしました。

今回のニュースレターでは、そんな情報をできるだけ多くの方と共有したいということで、うちのお店の「水の違いも分かる男」にいろいろと聞いてみました。

Q1. なぜ天川村のお水は錆びないのか。

まず「錆びる」という事がどういうことか、ご存知でしょうか。

「錆びる」というのは「酸化」と同じことで、酸素が物質を変質させる現象としてとらえられています。実は「酸化」とは「物質から電子が奪われること」なので。逆に「物質に電子が与えられる」と「いつまでも錆びない又は錆をとる」状態となり「還元」といいます。天川村の水は、電子を与える水なので、「錆びない（錆をとる）」わけです。

Q2. なぜ錆をとる水だとわかるの？

錆びさせるか(酸化)、錆をとるか(還元)は機械で数値として計ることができます。その数値を酸化還元電位 (ORP) といいます。プラスが大きいほうが酸化させ、マイナスが大きければ大きいほど還元作用があります。



酸化させるか、還元させるかはプラス 200 ミリボルトが境といわれ、東京の水道水は+600~+700mv、北海道の水道水で+400~+500mv、ミネラルウォーターは+200~+300mv、名水といわれる岩手県龍泉洞の水が+188mv、富士市の湧水は+169mv、だそうです。

となると、天川村の湧水の+60mvというのはすごい還元力だと言えると思います。

だそうです。朝起きてからの最初の一杯や寝る前の一杯など、体を洗い流すようなイメージで飲んでみてください。細胞からイキイキしてきそうな気がしませんか？ちなみにお客様のチラシと同じ実験では天川村の水は本当に錆びなかったそうです。



乾燥に『ちょっと待ったー!!』

突然ですが、あなたのお肌は乾燥していませんか？

脱脂力の強い洗顔料や空調のきいた部屋、夏の間の紫外線など、今あなたのお肌はかなり乾燥しているのではないのでしょうか？ このままの状態では暖房と寒風の季節へ突入すると乾燥に輪をかけて**ド**乾燥してしまうかもしれません。年齢を重ねることにお肌の水分保持能力は衰えてきます。しかし、ちょっとした心づかいと本当に保湿力の高い化粧水を使えば必ず肌は今よりも若返ります。アトピーによる超・超・超乾燥肌で朝と晩に3時間ずつをかけて保湿しなければならなかった私の肌も生き返ったくらいなのですから、アトピーなど特別な原因ではない方の肌の乾燥は短期間で回復します。

輪屋ではレジのそばの棚に二つの会社の化粧品が置いてあります。一つは私がアトピーを治すために使い始めたもので『ル・スピノワ』、もう一つはお客様に教えていただいて使ってみたらとても良かった『エバメール』というものです。両方ともとても優れた保湿力があります。

店頭では、少しお時間をいただくことになりますが、その方その方の肌質や現在のお手入れ方法、どんなお化粧をされているかなどをお伺いしてから、その方に合ったほうの商品や又は混合で商品をお使いいただくようアドバイスをさせていただきます。

乾燥肌でお悩みの方やシンプルなお手入れをしたい方、肌質を改善したい方などでご希望の方にお手入れ法のメモとサンプルを差し上げています。

遠方の方は郵便でもお送りしますのでお電話かファックスでご注文ください。

♪♪

食べられる化粧品を発見しました♥

その名も『ベジタブルリップ』



女性の口紅や薬用リップ、大半は食べてしまっているって気付いていましたか？ うーん。よく考えたらちょっと気持ち悪いですね。と思っていたら、“食べられる原材料で化粧品を作る!!”というポリシーを持った会社を見つけました。社長さんともお会いしてお話したのですが、本当に食べても問題ないらしく、私の目の前でハンドクリームをペロッと食べていらっしやいました…。使用感を試してみようとハンドクリームとリップクリームを早速使ってみました。使い心地もとってもグー！これなら赤ちゃんや小さなお子さんにペロッと舐められても安心だし、お子さんのひび割れた唇にも最適です。通販雑誌の中でも一番こだわりのある「通販生活」にも今月号で取り上げられているそうです。他にもやはり食用成分で作った虫除けなどがあるのでこれからドンドン試してみて、よければラインナップを増やしていきたいと思っています。

『ベジタブルリップ』1050円(税込み) 『ハンドクリーム』1260円(税込み)



黒豆の煮汁はすごかった!!

高血圧でお悩みの方に朗報です！ お客様のYさんから教えていただいた「黒豆の煮汁で血圧を下げる」方法を別のお客様にお伝えしたら、しばらくしてから「本当に下がったよ！」と嬉しいご報告をいただきました。その方は、最初信じられず血圧計の電池が切れたのかと思って新しい電池に換えて測り直したそうです。もし、血圧が高くてお困りでしたら、一度だまされたと思って試してみてください。Yさんから教えていただいたレシピと注意事項を公開します。

1. 黒豆50gに対して1リットルの水で一晩黒豆を浸す。
2. 次の朝、お水をかえずにそのまま火にかけ、一煮立ちしたら弱火にして20分煮る。
3. 20分経ったら火を止めてすぐに豆を引き上げる。(←黒豆からせっかく出た成分がまた黒豆にもどらないようにする為)
4. 出来た煮汁を朝と晩の2回に分けて飲む。

注意1 煮汁は温かいものを飲まないとい効果がないらしく、朝は出来たての煮汁をフーフー冷ましなが飲み、夜は冷めた煮汁を一度火にかけて温めてから飲むのがミソのようです。

注意2 本当はかなり下がるので、血圧を下げる薬と併用すると下がりすぎてフラフラすることもあるようです。薬の量を減らすなど体調をみながら、かなり深刻な方はお医者様と相談しながら試してみてください。



しかし、黒豆がなぜこんなに効果があるんでしょう??? アントシアニン? レシチン? エストロゲン? うーんよくわからない! という事で知りたがりのゆう子はインターネットで調べてみました。以下、黒豆の本場兵庫県が主催した「黒豆セミナー」での野崎医学博士の講演記録を参考にしたものです。

『黒豆に含まれる不飽和脂肪酸が血管壁でアラキドン酸に変わり、さらに二種類の酵素に変化する。そしてさらに変化したプロスタグランジンI₂には血液をサラサラにする効果がある。他にも黒豆は血管を広げるビタミンEや塩分を出し血圧を下げるカリウム、植物エストロゲンのゲニスチンやダイズイン、ソヤサポニン、クリサンテミンなど数多くの成分を含む。その上、ミネラルとして多く含まれるカルシウムやマグネシウムには、平骨筋という血管の筋肉をゆるめる作用がある。このように、血管の筋肉をやわらかくして血管を広げ、中に流れる血液の粘りを取り、血圧を下げる。黒豆の威力は、一時的な対処に終わるのでなく、動脈硬化の原因である悪玉コレステロールなども取り去ることである。』

だそうです。薬やサプリメントではなく食品で体調を整えられたらいいですね。何かご質問があればゆう子まで…実際に血圧が下がったお二人に私から質問してみます。



最強のサプリメント

正直に言って私たちはサプリメントや健康補助食品系が好きではありません。何故なら健康の基本は畑の野菜と同じで自然であることが一番だと思うからです。なので、「うちの野菜を食べてたら大丈夫！」と言いたいところなのですが、最近事態がもう少し深刻な気もしてきました。そこで、自分達でいろいろと試してみた結果、「よ～しこれなら合格！」というものがいくつか見つかったのでご報告します。

ビタミンCなら『柿の葉茶』



やはり昔の人はすごかった…。結局はこのビタミンCにかなうビタミンCはありませんでした。先にも書きましたが私はアトピー時代が長かったせいか肌がかなり敏感で人よりも早く反応を肌で感じられます。このお茶を飲んだ次の日の朝は肌の調子が良い！これは絶対に無理なく人体が吸収できるビタミンCなのだと思います。ビタミンCはコレステロールの排泄時にも使われるほど人体にとって必要なビタミンです。飲み方も簡単、しかも30袋も入って840円！安い！安全！美味しい！



葉緑素なら『ヘリクロゲン』 サイズ色々あります。

これは、たまにお店の前で試飲用の器械を置いてみなさまに飲んでいただいている、あの緑の青汁みたいなものです。なぜこれをおススメしているかというと、人体に必要な葉緑素というものは、実は細胞膜が固くていくら野菜をキチンと食べていても吸収しづらいものなのだそうです。それがこのヘリクロゲンだと細胞膜を壊してあるので非常に効率よく吸収できるそうなのです。という事は野菜不足や肉食過多の方は当然ながら、野菜を食べていらっしゃる方にも必要かもしれません。また、葉緑素は血液中のヘモグロビンとそっくりの構造の為、摂取すると容易に血液に変化することができるので、貧血の方には最大の効果を発揮します。←友人で実証済み。



カルシウムなら『スカイカルシウム』 1300粒入り 3990円

日本人は牛乳からカルシウムを吸収することが難しいので小松菜などの野菜からが理想的だと言われています。そこで“野菜からできたカルシウム”。原料のサトウ大根を天然発酵させてつくられたL型発酵乳酸カルシウムです。野菜からできたカルシウムだから人体への親和性も良く、牛や魚粉骨の約3800倍、貝類の6800倍という抜群の水溶性で速やかに体に吸収されます。WHO(世界保健機構)から安全で理想的なカルシウムだと公認されています。



輪屋おススメ究極サプリメント『ラクティス』 30本 8925円

“健康の基本はお腹から”とは誰でもご存知だと思うのですが、その理論通りのサプリメントを発見しました。腸は栄養を吸収する場所でもあり、身体を守る最大の免疫器官でもあります。新潟大の安保教授や故元レーガン大統領の主治医だった世界的名医新谷医学博士おススメの強力で究極のサプリメントです。ご希望の方に小冊子を差し上げています。詳しくはスタッフまで・・・。



わが家の犬は現在豚の耳にはまっており、乾燥してかたーくなった豚の耳を嬉しそうにバリバリいわせて食べています。人間でも犬でも大好物を食べてる時の顔って本当に幸せそうですね。そんなことを考えながらテッシーとあやっぺに「ね〜ね〜、二人は今なににはまってるの?」ときいてみました。

**あやっぺが
はまってる
ベスト3**

- 第一位 松坂屋さん(隣の肉屋)のヒレカツ
- 第二位 輪屋のチョコレート(プラリネが最高♥)
- 第三位 和え物・・・売れ残った野菜をしこたま茹でて、ごま・梅・しらす・納豆など各種いろいろな味にしてひたすら食べる。

**テッシーが
はまってる
ベスト3**

- 第一位 放牧豚をつかってする豚シャブ←飽きるまで食べてみたい
- 第二位 スパイス系・・・ゆずゴシヨウ・実山椒・ナンブリックナンブラー(うちの父が作ったものだったりするので非売品です)
- 第三位 輪屋で売ってる黒糖ロール焼

**ゆう子が
はまってる
ベスト3**

- 第一位 オーサワのべったら漬
- 第二位 輪屋のチョコレート(私もプラリネが一番好き)
- 第三位 ベトナム名物のフォー←三茶に美味しい屋台があるのです。

結局は食いしん坊の私たち「あれも美味しい」とか「これは最高だよ」とか、ずっと食べる話しばっかりしてました。ちなみにその時話題になったけど惜しくもランクインしなかったものは、ふ菓子、玄米いかごはん、からし酢味噌、シークワサーぼん酢、松田のマヨネーズ、正直村のソース、讃岐うどん、いわしくん、どんぶり麺、野菜スティック、チョコーのだし・・・などなどでした。は〜っ、みんな四捨五入したらバッチリ40歳。食べる話でこんなに盛り上がっていいんだらうか・・・。

あとがき・・・



お客様で95歳のHさん。石川町の方から週に一度くらい歩いてご来店くださいます。いつもお会いするたびに「やっと生きてるって感じよ〜」とか「もうそろそろだから今日はお別れを言いに来たの」とか、ものすごくネガティブなセリフをおっしゃる割には、顔のつやも良く、腰に手をあて仁王立ちで立ってる姿は「間違いなくギネスを狙える」とスタッフが太鼓判を押すほど。Hさんと同じ年頃で同じようなキャラクターだった祖母と一緒に暮らしていた私にはどうしても自分の祖母と重なってしまい、Hさんには敬語も使わず普通に話してしまいます。(←ごめんね) 先日、そんなHさんに「ね〜ね〜何でそんなに元気なの?」とお聞きしたら、ふっふっふっとして「コツがあるのよ。私も聞いたんだけど」と言って教えてくださいました。

長寿のかきくけこ

- か→『感動』感動する心を忘れずに
- き→『興味』何事にも興味をもって
- く→『工夫』なんでも工夫して頭を使う
- け→『健康に気を配る』
- こ→『恋』・・・そして恋をすることよ。

「長寿の秘訣」

しなやか
したたか
つややか

by 千代

脱帽です・・・。