

おいしいはしあわせ®



サン・スマイル通信

スマホかんたん決済



使えるよ!

No.117 2019.7月

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





農林水産省は本来 林水(産)農省と順を変えるべきではないか?!

ましてや 農水と田舎するのはみかい!! 略すなら林水と言う方が 良い気がする...。農・林・水だと順序が違うよねえ...?! と、近頃一人 大した問題では無さそうな点に興奮して毎

今回は、何故そう思うのかを話そうかなーと思えます。どうぞおつき合いたい♡

お取じかしながら私は林業の仕事は「木コリ」と思っていました。林業の方スミセンる

狭山の100年杉の加藤木材さんとお違い林業に興味を持つ本を読んだりしてみますと木の スゴイ所が 南無!! わくわくしました!! 沢山あるのですが一部を挙げます

① 木は丈夫

鋼鉄 vs アルミ vs コンクリ vs 大理石 vs 杉
引、張り強度と圧縮強度を試すと、なんと 杉が断崖一役!!

曲げ強度では構造用鋼 vs 硬質塩土インゴ vs アクリル vs 船の体に使われるFRP vs とても強いとされている軽合金 vs 杉でも No. 1!! この木業に強くしなやかで 軽い 杉は地震力も高く、地震の国日本には最も適している!

② 長もちする

遺跡でもない、現在でも使っている建築物が 木造の世界最古は奈良の法隆寺!

木は水の管理をよくして腐らせない限り、なんと1000年はもつ。ミイラが入った棺が発見された時、約2000年前と推測されたが棺(木)は新品のおぼだった。金鉄やアルミはサビ等で老化し、コンクリはひびから老化する。

③ 火事に強い

木材はなかなか熱くならず熱の伝わりが

遅い。耐熱ガラスの木枠窓に1,000度の熱を加えるとガラスは割れるが木枠は焦げただけ。アルミサッシはもっと低い温度で軟化変形してガラスが割れた酸素が流れ込み爆発的に炎上。木は焦げても、軟化してハニョハニョにはならず形状を保ち、たまに燃えてゆきます。

などなど! 木、とてもくてじもとないイメージがありました。最強ではありませんか! 主に建材としての視点からピックアップしましたが、本当はもっと凄いとこがあります。それは水を蓄え命を育んでいるという点です!

木の無い土地はどうなるか? 雨が降れば、地表をただ流れ、養分も無い水が海へ流れます。土は流出し農業もままならなくなるでしょう。山に木がある事で水を蓄え土中にゆくり吸収され生物は多様性を増し豊かな養分が海へ流れ水産業も栄えます。山の木ありき! たよごす! という事で「順序正しく言えば」林水(産)農省と言うべきではないか! と思った訳でございませう(笑) として林業の根幹は木コリではなく山林、林、森を永續可能に整えてゆくという、とても重要で尊い職で、その恩恵を水産も農業も受ける訳です。「未来の世代の為に、ずっと利用可能な森林を百歳するように整えるのが本来の林業である。」というのが国際的根拠念ださうございませう!

突然ですが、犬も飼ったとします。犬小屋を買いに行ったら木とプラの2つありました。どちらを選びますか? 木の方が犬の為によさそうと思いますよね。では自宅はどうですか? 木造でも室内はビニールクロスではないでしょうか? ビニール、ウスマタ、いどすね。これも木を紙に変えるだけで沢山の方が体調の好転を実感しています。我家もビニールクロスがあります。さて何処から木を取り入れようか!

サン・スマイルスタッフ 日向（ひなた）オススメ！！ 無肥料自然栽培おそうめん



サン・スマイルオリジナル おそうめん

200g 495円(税抜)

「夏はやっぱりそうめんが食べたい！！」
そんなあなたにオススメ！おいしいそうめんを
ご紹介いたします。麺は滑らかで、独特の弾力
とコシの強さが特徴です。こんなおいしいそう
めんは今まで出会った事ありませんでした！

☆おそうめんのこだわり

おそうめんが作られているのは熊本県天草列島維和島の益田製麺所さんです。麺作り一筋60年！使用している機材はなんと50年の昔ながらの製法です！
益田製麺所さんでしかだせない味でこだわりのおそうめんなんです！
原料もちろんサン・スマイルで厳選した無肥料自然栽培の北海道産小麦粉を使用しております。
こんな貴重なおそうめんをぜひ一度お召し上がりください！！

☆めんつゆ 弓削多醤油 有機だしつゆ



「おいしいおそうめんをさらにおいしく食べたい！！」
そんなあなたにオススメのだしつゆをご紹介いたします。
甘さは砂糖を使わずにみりんだけ！！
また、鰹節を豊富に使って煮出しているので、香り豊かな
うまみの多いつゆです！！
おそうめんとセットでぜひお試しください！！



**そうめん食べて、夏を乗り切ろう！！
ギフト詰合せ人気No1です！**



**300ml
680円(税抜)**

**おそうめんギフト
(おそうめん×3・だしつゆ)**

2770円(税抜) スタッフ 日向（ひなた）

今月の

サン・スマイルスタッフおすすめ スポットライト



スタッフ こばやし



イタリアントマト

「イタリアントマト」330円 (税抜)

そうめんがイタリアンに！
ガーリックとハーブが香るイタリアンのつゆ
です。さらにフレッシュトマトやズッキーニ、
バジルなどをのせて。
ウタウエや、トマトリゾットなどの
アレンジにも活用できますよ。

「ごま味噌豆乳」

330円(税抜)

すりごま、練りごま、ごま油が
バランスよくブレンドされたつゆです。

炒めたひき肉、ニラ、もやしなどを添えて
マイルドな豆乳とピリ辛のラー油で
コクのある味わいです。



ごま味噌豆乳

「まぜるだけ」



「かけるだけ」

いづれのつゆも麦面とよく
絡んで満足!!

新商品

今年の夏はこれ

素材にこだわった
万能つゆ

いつものおそうめんやおうどんが
お手軽に新しい ごちそう麺に

夏になると皆様、おそうめんなどの麺類が食卓にのる機会も
多くなりますね。いつものめんつゆも欠かせませんが
時には、目先をかえて、しかも手軽にできるつゆの素が出ました。
しかもこれも酵母エキス・たん白加水分解物不使用の
飽きのこない味です。

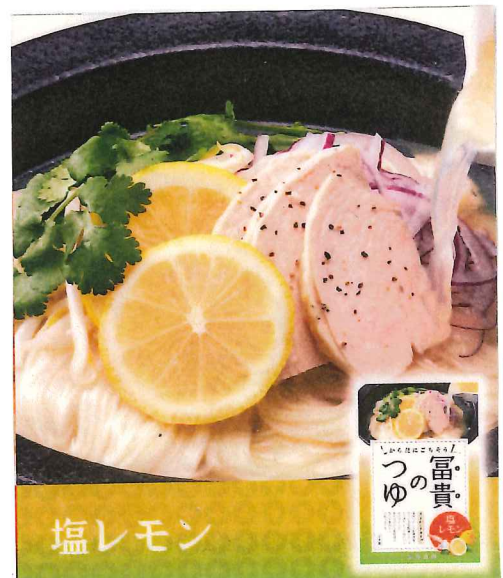


「梅かつお」 330円(税抜)

かつおの旨味と風味がよくきて
います。ねり梅がほどよくブレンド
されており さっぱり感もあって
これからの季節にぴったり！
和風の口味を染しんでいただけます。

「塩レモン」 330円(税抜)

夏野菜をたっぷりのせて
蒸し鶏もあいます。暑い夏に
ぴったりのつゆです。
国産レモンと沖縄海塩で作った
塩レモンを使っています。



今月の

サン・スマイルスタッフおすすめ スポットライト



オススメ!!

シュワシュワ

有機レモン果汁 & 天然水
砂糖は国産ビート糖!!

しっかり
レモン味で
さっぱり~!!

国産有機温州みかん
海外有機レモン
国内産ビート糖

みかんの味と
さっぱり味!!
夏を楽しくしよう!

当店人気NO1 シュワシュワの
オーガニックジンジャエール
本物の国産しょうが!!
有機レモン果汁使用

ヒート買い
系売出し!!
1日の終わりにいい
ですね!

アップルサイダー + レモン
有機果汁85%以上!!
砂糖不使用!!

砂糖を使用
していません
さっぱり味スッキリ!!

私! NO1!
ぶどうサイダー + レモン
85%以上の果汁で、砂糖不使用!
さっぱりぶどうのさわやかさ!!

有機白ぶどう &
赤ぶどう

ALL 140yen
(税別)

当店オススメ

みかんジュース

無肥料 自然栽培
当店のお野菜農家、岡山県
三穂の里さんより!

リポートありがとうございます!!
完熟果汁 100%!!



720ml
¥1300-
(税別)

ブルーベリーと完熟梅!!

ビックリしました!
すっごくおいしい濃厚!!
無肥料自然栽培なのに!
リーズナブル!!
同じ三穂の里さん!



720ml
¥1640-
(税別)

毎年人気 3/20のアイス コーヒー

農薬不使用!!
少し濃い目です。
割って飲んで
頂いて Good!!



1000ml
¥600-
(税別)

★シロップも
ありよ!
(別売)

国産有機 みかん果汁の 棒ジュース



温州みかんの味を
楽しむ
ストリート果汁

ジュースにも
アイスにも!!

(5本入)
¥550-
(税別)

今月のスポットライト

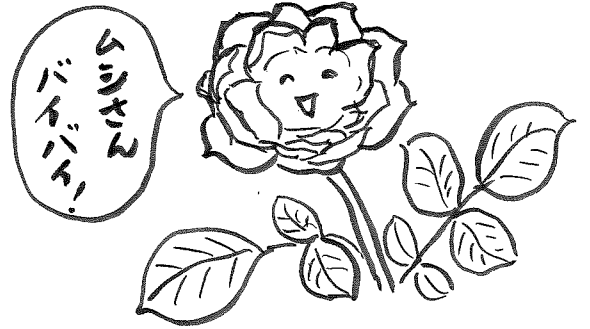
サン・スマイルスタッフボサキ



スタッフ
高橋ちえみ



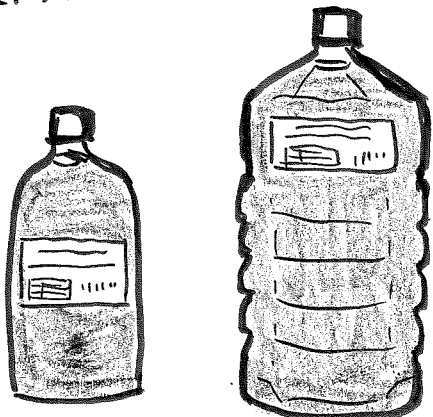
かゆみの救世主!
園芸の病害虫予防にも!
木酢液!!



3年前の夏、体のかゆみがひどくなり、木酢液で かゆみから救われましたが、今回はバラが救われました。3年程前に庭に植えたバラに虫が付き、せっかついたつぼみやら、葉っぱやらをムシムシと食べられてしまい、悩んでいました。今年、"そうだ! 木酢液を薄めてまいてみよう!"と 1000mlの水に小さじ1杯の木酢液をスプレーボトルに入れてまいてみたところ、とても良かったのです! 改めて、木酢液の素晴らしさを実感致しました。

皆様も是非、いろいろお試し下さい♪

★ 最高級木酢液



500ml 1,000円
(税抜)

2L 3,000円
(税抜)

★ 最高級竹酢液

500ml 2,268円
(税抜)

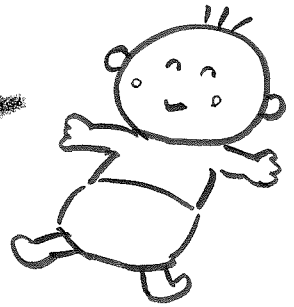
(木酢液よりもさらに効果が
高いと言われています。)

★ 最高級蒸留竹酢液

500ml 3,888円
(税抜)

(化粧水等にどうぞ!
においがさらやかです。)

これからの季節、赤ちゃんの
おむつかぶれや あせもにも
すごく良いです!!



○木酢液とは…

備長炭を焼くと煙がでます。この煙をパイプに通すと外気温との温度差で水滴になってぼたぼたと落ちます。これが木酢液です。自然の産物ですから人や植物、さらに環境にやさしく、多くの効能が昔から伝えられています。木酢液は今大変なブームですが、本来紀州備長炭木酢液は年間に採れる量が決まっています。ブームに便乗して、窯元や原材料名、生産地を示さないもの、水や酢酸などを人為的に添加したものなど、まがい物もたくさん出回っています。当店では、日本一の品質を誇る紀州の製炭指導士の作品を廉価でお届けしています。

△木酢液は医薬品ではありませんので注意してください!

(木酢液の効果・用途)

●美肌効果 肌の新陳代謝を促進・水の分子構造を細かくします。

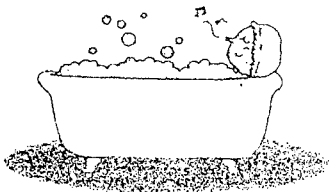
■お風呂に20～50cc位入れると(はじめは少しずつからためして、臭いが気にならない程度に増量する)、アトピー・乾燥肌・あせも・水虫・かゆみなどの改善に効果ありとの報告が数多くあります。水の分子結合構造(クラスター)が極めて細くなるうえ、木酢液の殺菌・消臭効果により、お風呂の汚れやぬめりが出にくくなります。また、水道水中の塩素が中和されます。入浴後はかかり湯はしないで下さい(温泉と同じとお考え下さい)。残り湯で洗濯をしますと、いつもよりずっときれいに仕上がります。ふっくらと仕上がりが臭いもしません。お風呂掃除も楽になります。

■蜂や毒虫に刺されたり、やけどをしたときに塗るとかゆみ・痛みが軽減します。(10倍液)

■水虫やいんきん、たむし・いぼ・たこ・魚の目にもまめに塗ると改善・治癒との体験談多くあり(原液のままがお勧め)。5本指の靴下などに染みこませて履いて寝るのもよいでしょう。

■洗顔や石鹸シャンプーあとのリンスに。(10～50倍液)洗ひ流さないでください。「肌が白くなった(毛穴の汚れが取れる)」、「抜け毛が減り産毛がはえ始めた」との体験談多数あります。

■30～50倍液をスプレーに常備し、アトピーや乾燥肌、化粧水がわりに。お肌つるつるに。



●消臭効果 自然の脱臭剤として、中和作用により消臭

■生ごみ、下水、トイレ、排水溝、下駄箱、押し入れ、ベットの臭い・臭いところなら何でも試してみましょ。霧吹きや空きスプレー容器などに入れ直接噴霧します。一般的には30～50倍液といわれています。炭研究の権威・岸本定吉氏は「悪臭が消え、かすかに木酢液の臭いの残る程度がよい」と教えておられます。皆さんもぜひいろいろな濃度でお試ください。化学薬品の消臭剤と違い安心安全です。

●忌避効果 害虫・野良犬・野良猫・鳥の糞害などの忌避に…

■ムカデ、蛇、ねずみ、ゴキブリ、犬猫、鳥など、近寄ってはくしないところに原液をまめに噴霧します。または、「おちょこ」に入れて放置し、木酢液の臭いが漂うようにします。この臭いを嫌がって近づかなくなるのです。また、高濃度の液ですので、植物に直接かけないようにご注意ください。決して殺さず、「ちょっと、のいていただく」やさしい木酢液です。

■ペットの虫除け、におい取りに効果的。ペットを洗うとき、最後に30～50倍液でリンスしてあげますと、ノミ、しらみなどがつきにくくなり、臭いも軽減され、肌の健康が保たれます。毛つやもよくなります。

●園芸・土壌改良に 堆肥作りや

病害虫予防に効果的

■植物への直接散布は200～500倍以希釈で行います。詳しくは専門書・園芸書を参照してください。



お風呂に少量入れたり、

虫さされのかゆみにも

おすすめですよ

いろいろ

ご利用下さい♪



疲れたカラダや痛みなどに 昔ながらの生姜シップ



生姜粉末

20g×4袋 **980円(税抜)**

有機生姜が粉末で、ティーバック入りになっています。お手当て法の生姜シップとして主に使用しますが、もちろん香辛料として各種お料理にもご使用いただけます。

*生姜シップはすごい！効き目バツゲン！

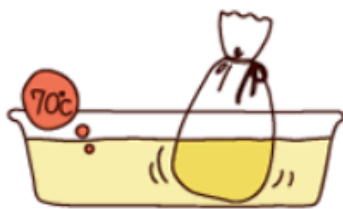
しょうがには、解熱や消炎効果、発汗作用があります。しょうが湿布をすることで、血管が広がり血行がよくなります。腰痛、肩こり、リウマチ、腫瘍、胃潰瘍、肺炎、膀胱炎、神経痛、婦人病、ガン、その他あらゆる炎症と痛みにも効果があると言われています。またじんましんなどで酸化した血液が肌の表面に集まっているときにもおすすめです。

*実際に生姜シップやってみました！

私は足を負傷し、膝に痛みがありました。今回膝に生姜シップを実施したところ、腫れていた膝の痛みが少しずつ引いてきました。シップをしている最中は、身体がポカポカして、汗もかきました。しっかり解毒されていることを実感致しました！シップをしながら生姜足湯も行い、効果倍増でした！本当にすっきり致しました！みなさんもぜひ試してみてください！

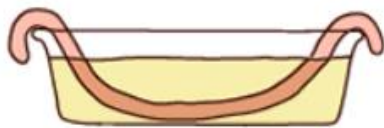


*生姜シップのやり方

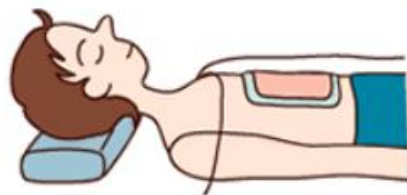


①沸騰しない程度に温めたお湯(約70度)を洗面器に入れ.生姜粉末の袋をつけて振ります。

コツは色が濃くなるまでやります。



②タオルを生姜湯に浸け、あまり固くならないように絞る。



③火傷させないように、少しタオルを叩いて温める箇所にそっと当てがう。ぬるすぎると、かえって気持ち悪く、効果も半減するので注意。

④保温のためビニールをかぶせバスタオル、毛布などで冷えないようにする。同様に、2枚目のタオルを用意し、1枚目のタオルが冷めてきたら交換する。

*行程を繰り返し15~20分で1回分が終了。症状によって1~3回行ないます。生姜シップを繰り返し、うっすら赤くなったら終了です。

【引用】無双本舗HP <http://www.musofood.co.jp/index.html>



家庭でできる自然療法

東城百合子 (著)

こちらにも
載っています!

1,600円 (税抜)

*さらに効果倍増アイテム

三皇樹液・不思議シート

3.4g×48駒 固定シート24枚

4,600円(税抜)



樹木の強い生命力を凝縮させた不思議パワーの結晶です。三皇樹液・不思議シートは、広葉樹抽出成分を特別製法により粉末化したものを不織布にキルティングしたシートです。足にシートを貼るだけで、スッキリさわやか!! 天然の恵みを閉じこめた不思議シートが、身体を癒してくれます。



私も実際に生姜足湯をした後に、足裏にシートを貼って寝てみました。起きてみてビックリ!翌朝足が軽くなっているではありませんか!即効性にビックリです!!私は足がツラくなってきたら使うようにしています。個人差はあると思いますが、不思議なぐらい効き目のあるシートです。是非お試しください!!

QRコードでピッとかんたん



メール会員 ご登録



スマホ・携帯で読み込むとご登録画面へと飛んでいきます～。(カメラで写す又はQRコード読み込みアプリ使う。機種によって操作が変わります)

・QRコードを読めない場合はお名前をご明記の上以下のアドレスへメールを送信してください。↓

mail@sunsmile.org

注意) 受信拒否フィルターを設定されている場合次のドメイン解除をお願いします。

@sunsmile.org

登録料・年会費なし 解除も楽々

夏休み企画！

8/22 (木)

宿題追い込み時期！

夏休みの 工作 研究これで大丈夫！

あの有名なシャボン玉石齋よりしゃぼんおじさんが石齋作りを(工作)せっけんのヒミツ(自由研究に！)を教えてください！
13:30～3時間程度！詳細カミングスーン！店頭にて。



「ともの会」と「子育ておしゃべり会」

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。特に議題は設けずお話ししながら食や健康、環境など毎日の生活に密着して話を掘り下げていきます。暮らしが楽しく笑顔で、子どもたちの将来が明るく健康的でありますように。今の暮らしの中で「そういわれたら、おかしくない？」と思ったところを、考えたり、勉強したり！

自然食の店だからこそ、あまり報道されない情報や沢山のお客様からの生声をシェアし、豊かな暮らしに繋がればと思っています！みんなで、情報の幅を和気あいあいと広げて活用しちゃおう！

○次回日程○

ともの会

7/12 (金)「オリンピックと日本の食事情」
8/16 (金)「ゲノム編集について」

おしゃべり会

7/19 (金)

8/29 (木)

お子さんが大きくなっても
ママだけでWELCOME！



ともの会 おしゃべり会 それぞれ 参加費 500円 10時～12時 店内奥リビング

※前日までにお申し込みください。当日キャンセルについてキャンセル料はいただきませんが必ずご連絡をください。

●おねがい●

店舗前の道路へ路上駐車はご遠慮ください。店舗近隣建物の前も路上駐車されません様皆様のご協力をお願い申し上げます。

