

それいゆ設立28周年感謝キャンペーン プレゼント実施中!

通信販売
限定キャンペーン

5,500円以上お買い上げの方

or

定期新規ご入会の方

それいゆはとむぎ
エコバックプレゼント

● 期間 ● 2023年9月1日～9月30日まで



9月でそれいゆは、設立28周年を迎えます。これも皆様のご愛顧のおかげと心より感謝申し上げます。
28周年を記念してプレゼントキャンペーンを実施いたします。

5,500円以上お買い上げの方

期間中に5,500円(税込)以上お買い上げのお客様に「それいゆはとむぎエコバック」をプレゼント!



【サイズ】
使用時約180×270×180mm
収納時約100×70×25mm

【素材】
ポリエステル(再生PET)
プラスチックスマートタグ付き

新規定期ご入会の方

期間中に定期購入コースに新規ご入会いただいたお客様に「それいゆはとむぎエコバック」と「活性はとむぎ美人茶+ジンジャー5袋入り」をプレゼント!



※定期初回プレゼントの
はとむぎ茶も一緒にお届けします。

定期購入コースとは 特別価格&送料無料となる毎月自動的にお届けの、お得で便利なコースです。詳しくは別紙カタログをご覧くださいか、お電話でお問い合わせください。

- ※それいゆはとむぎ全商品が対象です。
- ※通信販売限定キャンペーンになります。「はとむぎの杜」店舗は対象外です。
- ※プレゼントはお一人様一個限りになります。
- ※ご贈答で注文された場合、プレゼントは商品と一緒に贈答先へお届けいたします。
- ※キャンペーンはプレゼントがなくなり次第終了になります。ご了承ください。



それいゆ
はとむぎ
おいしく健康。

それいゆ株式会社
〒630-8423 奈良市出屋敷町141-1

ご注文・お問い合わせ 受付時間 9:00～17:30
☎ 0120-20-4120 FAX 0120-20-6662
<https://kenko-soleil.com/>

それいゆ はとむぎ 健康 通信

9

2023

vol.267

こんにちは
暑さが去りやらぬ昨今ですが、皆様にはいかがお過ごしでしょうか。それいゆは今月で創業28周年を迎えます。これも皆様のおかげと深謝申し上げます。これからもより一層サービスの向上に努めてまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

はとむぎといちじくの クロワッサンサンド&はとむぎコーヒー



初秋のからだを整えましょう

薬膳食材で気・血・水をバランスよく巡らせましょう

暦の上では9月の初旬は初秋にあたりますが、まだまだ暑さが続くようです。9月の養生は夏の疲れにあっよる不調を整えて、体力を回復させ、そして本格的な秋を迎えられるように準備をすることです。東洋医学では、健康なからだは「気・血・水」の3つの要素がバランスよく巡っているとします。

夏の猛暑によってエネルギーの「気」が消耗していたり、暑さによる食欲不振で「血」が不足していたり、冷たい飲み物の過剰摂取によって体内に「水」が滞っていたりして、3要素が崩れていませんか。下記を参考に自分に合った食材を選んで料理にとり入れ、健やかに初秋をお過ごしくださいませ。

〈気の巡りによい食べ物〉
(やる気がない、疲れるなど)



【朝鮮人参】
補気薬といわれ「気」に関して良い効果をもっています。体力・精力アップ、疲労回復・免疫力機能の活性化、うつ病、不安、食欲不振の改善などたくさん健康効果があります。

〈血の巡りに良い食べ物〉
(瘀血、冷えなど)



【田七人參】
補血薬といわれ「血」に関して良い効果をもっています。血中の中性脂肪やコレステロールの吸収を抑える働きがあります。また抗酸化作用、生活習慣病の予防・改善に役立ちます。

〈水の巡りによい食べ物〉
(水毒、むくみなど)



【はとむぎ】
はとむぎは、足のむくみや胃などの内臓に溜まった余分な水分を排出します。これを利水作用といい体内の「水」の巡りを整えます。またイボとり、肌荒れなどの美肌効果があります。



【セロリ】
ビタミン、ミネラルをバランスよく含み、精神を安定させリラックス効果があります。



【大豆】
大豆は畑のお肉といわれるほどタンパク質を豊富に含み、血を作る食べ物の一つです。



【小豆】
小豆はむくみを予防し、便秘を改善します。また栄養が豊富なため疲労回復効果があります。



【玉ネギ】
食欲増進、免疫力アップ、イライラを防ぎ疲労回復や体の調子を整える効果があります。



【ほうれん草】
ほうれん草は血を補う作用があり、貧血の予防に効果があります。そして美肌効果も。



【とうもろこし】
利水作用に優れています。豊富な食物繊維は便秘を改善し、疲労回復効果があります。



【柑橘類】
清涼感のある柑橘系の香りはリラックス効果があり、前向きな気分にしてくれます。



【小松菜】
小松菜は鉄分が豊富で貧血の予防になります。また強い抗酸化力は老化を予防します。



【冬瓜】
冬瓜はカリウムが豊富で過剰なナトリウムを体外に出す働きがありむくみを改善します。

手軽に使える薬膳食材とからだへの効果

普段食べている食材も実は薬膳食材と言われるものがたくさんあります。季節の食材と薬膳食材の効果を知ってその日の体調に合わせてとり入れ、疲れた夏の体を整えましょう。



- ① クミン・・・強い香りがあり、カレーなどに欠かせないスパイス。消化を促進する。
- ② 花椒・・・しびれる辛味のスパイスで麻婆豆腐などに使われる。健胃作用がある。
- ③ ナツメ・・・血液を補い精神安定作用がある、胃腸の調子を整える、美肌効果がある。
- ④ 陳皮・・・乾燥したミカンの皮。気の巡りをよくし、消化不良、咳、痰によい。
- ⑤ 菊花・・・キク科の菊の花。疲れ目や視力の低下、めまい、イライラ、便秘などの改善。
- ⑥ 蓮の実・・・蓮の花が咲いた後に出来る実。動悸、不眠症、精神安定などによい。
- ⑦ クコの実・・・目に栄養を与え滋養強壮・不老長寿、美肌作用、免疫力向上によい。
- ⑧ 松の実・・・老化予防、滋養強壮、美肌作用、気管支を潤すので空咳に有効である。
- ⑨ マイカイカ・・・きれいなピンク色でバラの香りがする。気の働きや血流をよくする。
- ⑩ 龍眼肉・・・ライチに似た果物で甘くてレーズンのような味がする。血を増す作用がある。
- ⑪ 葛根・・・くずのこと。風邪の引き始めに、発熱、血行促進や発汗作用がある。

※上記の食材はスーパーや薬膳食材のコーナーで手に入りやすいものを集めました。

豆腐でつくる台湾スイーツ「豆花」で美肌対策

ゆではとむぎなど美肌効果が
いっぱい詰まっています



「はとむぎ豆花」
レシピ



はとむぎ美人

「体の内からきれい」で美肌に

「はとむぎ美人」は3月にリニューアルしましたところ、今でもお客様から「どう変わったの」といったお問い合わせをいただきますので、Q&A様式で紹介させていただきます。



ハトムギ美人のQ&A

Q リニューアルに至った経緯は？

A 弊社では、時代と市場のニーズに合わせて常に良い製品になるよう日々開発しております。今回のリニューアルは「はとむぎ美人」のコンセプトである「体の内からきれい」への期待感をより高めることに注力しました。

Q 従来品との違いは？

A 自社で開発した「発酵はとむぎ」を配合したこと、お客様からのご要望が強かったフルーツ酵素の原料を全て国産にしました。また分包の形状を飲みやすく、携帯にも便利なスティックタイプに、乳酸菌は有孢子性乳酸菌から乳酸菌FK-23に変更して、1包で約100億個配合したという4点です。

Q なぜ発酵はとむぎを加えたのですか？

A 一般的に食品は発酵することで栄養価や嗜好性が高まります。「はとむぎ」も発酵させることで体にとって有益なアミノ酸が増加し、吸収が良くなると考えています。また「はとむぎ」を発酵させるのに最適な酵母菌の選定が難しく、全国から様々な菌を探して一つずつ試作を繰り返し、数年かけてようやく納得のいく「発酵はとむぎ」が完成した次第です。

Q 有孢子性乳酸菌から乳酸菌 FK-23に変更した理由は？

A 乳酸菌FK-23は腸内環境の働きを助けるという研究報告があります。今まで以上に腸内環境をよくするため1包あたりの乳酸菌を100億個まで増して配合しました。

Q おすすめの飲み方は？

A そのまま水などと一緒にお飲みいただくか、お好みのドリンクに混ぜるとよりおいしくお召し上がりいただけます。

「はとむぎ美人」のもつ健康・美容効果は素晴らしく、継続していただくことで健康寿命をのばすことができると存じます。これからもご愛用くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

はとむぎ美人体験談

それいゆさんのはとむぎ製品を3年前から愛用しています。国産やオーガニックの原料を多く使われているため、どの商品も安心していただけます。中でもはとむぎ美人は便秘の効果を実感でき、肌の調子も良い気がします。老廃物が出ていくような気がしてうれしいです。リニューアル後は、スティックタイプの形状が飲みやすく、水で飲むとスッと溶けるようになりました。飲み忘れが続くと吹き出物が気になることがあったので、これからも継続していこうと思います。いつも丁寧な対応をありがとうございます。

はとむぎ美人



内容量 150g (2.5g × 60包)

価格 4,968円(税込)

定期購入価格 4,471円(税込)

サンプル有り

6つの原料のビューティバランス

3種類のハトムギ

- ① 国産はとむぎ
- ② 国産有機はとむぎ若葉
- ③ 国産有機殻付きはとむぎ
- ④ フルーツ酵素
- ⑤ オリゴ糖
- ⑥ 有孢子性乳酸菌



フルーツ酵素

【お召し上がり方】



簡単な方法では、そのままお口へ入れてお召し上がりください。お好みのドリンクに混ぜても美味しくお召し上がりいただけます。

ごはんを楽しむ

日本人にとって炊き立てのご飯は何よりのご馳走です。日本でお米が栽培され始めたのは約2000年前の弥生時代、そして江戸時代には日本人の主食となり現代に至ります。近年では食生活の多様化によって年々米離れが進んでいるようですが、炊き立てのご飯を頂くと心が穏やかになるようなそんな感じがします。それは私たちが遠

い昔からお米によって育まれてきたからでしょう。今回は、秋の味覚「むかご」を使ってごはんを炊きました。むかごとは、日本原産の野生種で山芋・自然薯の葉の付け根にできる「肉芽」のこと。むかごの効果は山芋と同じでむくみ改善、疲労回復、消化促進、滋養強壮などがあります。むかごは山芋の赤ちゃんともいわれています。

〈秋の味覚〉はとむぎとむかごのごはん

暑さで疲れた体を、むかごごはんでき癒してください



「はとむぎごはん」のレシピも掲載しています。

「はとむぎ薬膳美人レシピ」の中に主食として「はとむぎごはん」のレシピをたくさん掲載しています。季節の炊き込みごはんやリゾットなど簡単に作ることができ、しかも健康になるごはん。ごはんはエネルギーの源、元気ができます。

「はとむぎ薬膳美人レシピ」本は、弊社のHPやオンラインショップ、全国書店にて販売しておりますのでどうぞ宜しく願い申し上げます。

「はとむぎ薬膳美人レシピ」
定価：1,496円(10%税込)
出版社：河出書房新社



好評
発売中!



いよいよ登熟してきました。
青年から大人に成長した感じです。

はとむぎ茶の原料は自社で有機栽培を行っています。

はとむぎが青い実から茶褐色に登熟してくると、刈り取りの目安となります。はとむぎの穀実の70~80%が茶褐色になった頃を肉眼で判定しますが、早すぎると青い未

熟粒が多くなり、収穫が遅くなると脱粒が多くなって収量減につながります。はとむぎは、適期に刈取りを行っても約5~10%の脱粒損失は避けることができない農作物

〈はとむぎ茶ノンカフェインシリーズ〉 美味しいはとむぎ茶は、発芽直前まで活性させて焙煎をしているため、風味と香りがよいことが特徴です。赤ちゃんから飲める美味しいお茶です。

<p>75 g (2.5 g x 30袋) 価格 950円(税込)</p>	<p>12.5 g (2.5 g x 5袋) 価格 270円(税込)</p>	<p>75 g (2.5 g x 30袋) 価格 1,080円(税込)</p>	<p>12.5 g (2.5 g x 5袋) 価格 290円(税込)</p>	<p>75 g (2.5 g x 30袋) 価格 1,080円(税込)</p>	<p>12.5 g (2.5 g x 5袋) 価格 290円(税込)</p>	<p>75 g (2.5 g x 30袋) 価格 1,280円(税込)</p>	<p>12.5 g (2.5 g x 5袋) 価格 350円(税込)</p>
---------------------------------------	--	---	--	---	--	---	--

大和の古刹を歩く

vol.176



唐招提寺 (とうしょうだいじ) 奈良市五条町13-46 <https://toshodaiji.jp>

奈良市五条にある世界遺産、唐招提寺に行きました。鑑真和上が創建されたことで有名なお寺です。ここは奈良時代の古式建築がたくさん残っています。見どころはたくさんありますが、9月の中秋の名月に行われる観月会にお越しいただくと、心で唐招提寺を感じていただけます。暗い境内に浮かび上がる仏さまを拝見し、しばし現実を忘れ、幻想的なムードをお楽しみくださいませ。



世界遺産記念碑



講堂(国宝・奈良時代・入母屋造・本瓦葺) 本尊弥勒如来坐像(重要文化財・鎌倉時代)。建物は平城宮にあった建物を移築されたものです。



宝蔵(奈良時代) 正倉院より古い最古の校倉造りで大変貴重な存在だそうです。



金堂(国宝・奈良時代・寄棟造・本瓦葺) 8世紀の後半の姿を残す代表的な建築物です。南大門から入ると美しい屋根が正面に見えます。内部は中央に本尊・盧舎那仏坐像、右側に薬師如来立像、左側に千手観音立像、いずれも国宝が並んでおられ、その大きな姿は圧巻で

正面奥に見えるのが鼓楼です。その奥が礼堂、左は講堂です。



鼓楼(国宝・鎌倉時代・入母屋造・本瓦葺)

〈中秋の名月に、お堂に近づいて拝観できる三体の仏像〉



千手観音立像

盧舎那仏坐像

薬師如来立像



御影堂(重要文化財・江戸時代) 鑑真和上坐像が安置されています。観月会は、御影堂にて裏千家による茶会式があります。また東山魁夷の襖絵が公開される予定です。



鑑真和上坐像



御廟(ごびょう) 鑑真和上の墓所です。



東山魁夷の襖絵

立派な南大門です



南大門(奈良時代・切妻造・天平様式)

ほっと一息・・・



先日、奈良の蔦屋書店様にて「はとむぎ薬膳美人レシピ」書籍の出版記念トークショーが開催されました。出版社の(株)河出書房新社様や地元のはとむぎファンのお方など大勢お集まりくださりありがとうございました。

