

# はるかぜ便り

[電話] 0537-23-2414 [fax]0537-24-3366

[URL] 自然食はセイケン 検索 QRコード⇒

http://genki-seiken.jimdo.com

[営業時間] am9:00~pm7:00 日曜定休 (土曜日 pm6:30 まで) 日曜定休 駐車場 10 台完備



菌活とは...  
いろいろな菌と寄り添う



就活、終活、婚活など新しい略語が認知されてきましたが「菌活」はまだなじみが薄いかも知れません。人間はいろいろな菌と付き合っています。病原菌や腐敗菌など悪菌はできる限り排除し、酵母菌、納豆菌、乳酸菌など、いいもの菌を活用してきました。このいいもの菌を活用しようというのが「菌活」です。

菌を活用した発酵食品によって人間はおいしい食べ物を作り、健康を増進し、お酒やワインを作り生活を豊かにしてきました。特に世界に誇る日本の発酵食品である味噌、醤油、納豆、たくあんなどの漬物を常食することは、日本人の腸内細菌を活性化させ、健康を増進させる大きな要素となります。

また菌は、発酵食品を作るだけでなく、医薬品も作り出し、たい肥も作り、バイオエネルギー源として人間に貢献しています。

でも、悪菌の病原菌を今のよう目の敵にして除菌、除菌と精を出しすぎると、彼らも頭にきて、より強力な菌に成長します。

悪菌の菌とも程よく付き合っていくことも大切でしょう。

セイケン会長 溝口博之

2019年 11月 予定

1(金)	
2(土)	
3(日)	定休日
4(月)	
5(火)	☆生鮮品入荷日・配達
6(水)	
7(木)	
8(金)	
9(土)	※毎週土曜日は 18 時 30 分終了
10(日)	定休日
11(月)	
12(火)	試食会① 生鮮品入荷日・配達
13(水)	試食会②
14(木)	
15(金)	
16(土)	※毎週土曜日は 18 時 30 分終了
17(日)	定休日
18(月)	
19(火)	☆生鮮品入荷日・配達
20(水)	
21(木)	
22(金)	☆セール 5,000 円以上で10%引
23(土)	☆セール 5,000 円以上で10%引
24(日)	定休日
25(月)	
26(火)	☆生鮮品入荷日・配達
27(水)	
28(木)	
29(金)	
30(土)	※毎週土曜日は 18 時 30 分終了

寒い季節にはこの治療布団。足腰が冷えて寝付けない方、頭痛・肩こり・便秘症の方。医療器メーカーの最新作。イオシーナαをお試しあれ。

☆乾燥肌対策  
SPゲルクリーム

☆快適暖房各種あります

セラミックヒーター1200W  
65~14畳  
セラミックヒーター600W  
4.5~8畳

遠赤外線暖房機  
サンラメラ



新商品

11月22日は → いい夫婦の日  
みんなで来てね!



お知らせ

おせち料理 試食会  
22日(金) 23日(土)  
試食  
添加物 不使用  
安心・安全なおせちの  
試食会を行います(無料)  
~2日間限定品~  
※無くなり次第終了



☆レンタルルームあります  
趣味の会や展示会、お稽古など少人数から最大50名まで  
会議や講演会等、多彩な催しで活用できます。  
貸し部屋の条件  
・セイケン3階南側(約20坪)  
・簡易調理場あり(飲食自由)  
・駐車場10台以上完備(夜間)  
・料金(1時間)1,500円(税込)  
※その他、詳細はご説明します



東北大学名誉教授の近藤正二博士が全国990箇所の地域を35年かけて調査した「長寿をもたらす食習慣」についての研究から理想的な食事とは、まめ(豆)、ごま(胡麻)、わかめ(ワカメ・海草)、やさい(野菜・山菜含む)、さかな(魚)、しいたけ(椎茸・キノコ類)、いも(芋)、こうそ(酵素)。頭文字を順番につなげると...『孫は(わ)やさしい子』になります。心も身体も健康で素直な優しい孫に育つように毎日の食事を摂りましょう!

あったかい「鍋の素」各種あります  
ぜひお店にご来店下さい(スタッフ一同)