スサの色 あしたば悠々倶楽部通信

2024. 1月号 NO.43

新年明けましておめでとうございます。2024年が始まりましたね。今年が平和へ向かう年となることを心から願っています。そして腸内細菌叢の喜びと皆様の健康を願って、今年もまた心を込めて働きに努めて参ります。どうぞこの一年も変わらぬご愛顧をよろしくおねがいいたします。

さて、12月にリニューアル発売した「食物繊維スープ」と「スーパーフードパウダー」はもうお試しいただけましたか？今号でも新「食物繊維スープ」と「スーパーフードパウダー」の魅力をお伝えしていきますね。

"食物繊維スープ"おいしいです

さっそくご購入くださったかからうれしいお声をいただいています。ご紹介させていただきます☆

- ＊今朝初めて、新しいスープいただきました。おいし～!!なにも入れずに作ったけど野菜のやさしい味が身体に広がります。新商品、ありがとうございます。
- ＊新しい「食物繊維スープ」前よりおいしさが増していますね～。牛乳と少しのお塩で、美味しくいただいています。
- ＊新商品のスープ、グレードアップしましたね。今までではコンソメを使用していましたが、塩だけでも美味しいし、かさ増しに豆乳をいれたりしています。

ありがとうございます。そうなんです。今回の食物繊維スープは、原材料にサツマイモやスイートコーンを加えたり、玉ねぎを甘く乾燥させて加えたり…と美味しく甘く飲みやすくなるように工夫を凝らしています。

さらに自慢の21品目!!多種類の食物繊維を日々たくさん摂取することが最良の健康法ですからね。これだけおいしくて21品目の素材が摂れるなんて!!腸内細菌たちも喜ぶことまちがいなしです☆ スープとして食べるだけでなく、いろんなお料理に加えてみて下さいね。カレー作りなどにたっぷり「食物繊維スープ」を加えれば、豊富な素材がおいしさを引き出し、ぜいたくなカレーが出来上がりますよ!! アレンジは無限大です。きっとこれからの食事作りの強い味方になってくれます^^♡

スーパーフードパウダーの中身とは？

「スーパーフードパウダー」もリニューアル発売しています。単品(50g)で¥800、お求めやすくなっております。今回の「スーパーフードパウダー」に新たに加えたスーパーフードとその効果を少しご紹介いたしますね。

ビーツ 奇跡の野菜、食べる輸血、との呼び名もあるビーツ。カリウム、ビタミン、食物繊維、葉酸、鉄、ポリフェノール、硝酸イオン、などたくさんの栄養が詰まっています。

キヌア 母なる穀物、完全栄養食、と言われています。日本ではあまりなじみがないですが、タンパク質、ミネラル、食物繊維、鉄分、亜鉛などが豊富です。

アマニ ゴマに似た粒のアマニは、ゴマの100倍のα-リノレン酸を含んでいます。さらに女性ホルモンやエストロゲンと同様の働きをしてくれるリグナン、食物繊維もたっぷり!!

「スーパーフードパウダー」の素材は全て国産のものをパウダーにしています。ぜひ日々の食事にひとさじ、加えてみて下さいね!!

じいじばなし

腸内細菌叢の健やかな活性化が、心身の状態に深く深く関わっていることは常識になりつつあります。最近のNHKの番組でも放送されたように、そのためには「多種類の食物繊維を日々たくさん摂取すること」です。今はまだ「乳酸菌が3億個!!」とかいう商品が主流ではありますが、やがては多種類の食物繊維を含んだ商品に移行していくんじゃないかと思っています。ペースト状のものはすでに大手メーカーから販売されていますし、そのうちパウダーなども開発・販売されるように思います。そうなればうちは、有機農法や自然農法で栽培された野菜をウリにしていけると思っています。

「多種類食物繊維を日々たくさん摂取することが最良の健康法である」ということが広く認知されるのはまちがいないことで、それに併行して新しい農法や農家が中心となる新しい農業経営を提示できればいいなと思います。

まだまだ試行錯誤の段階ですが、引き続きこの取りくみを応援していただければ幸いです。

2024年もどうぞよろしくおねがいいたします。
みなさまのご意見や感想もいただけますととってもうれしいです。
今年もコツコツ通信お届けいたします。よみやすい紙面になるよう心がけますね。どうぞこの一年皆様にとってすばらしい年となりますように。私も皆様と一緒に、腸内細菌の喜ぶまちをめざしていきます。

作成日1/4、作成者 藍子

スサの色
〒669-2346
兵庫県丹波篠山市西岡屋491
Tel&Fax：079-506-2892
メール：info@shokumotsusei.com
ブログ「ザ・食物繊維」のサイトからどうぞ