

Vol.45

健康で快適、心豊かで美しいLifeStyleを提供する
SPIC Salonマガジン

Wa・美・通信

～和み・人の和・調和・・・“和”することは、“美しき”こと～

発行：SPIC Salon福岡赤坂店
〒810-0042 福岡市中央区赤坂1-11-13
赤坂塚田ビル3F
定休日：毎週月曜
受付時間：平日18時まで（日・祭日16時まで）の
お電話で、ご来店は21時までOKです。
フリーコール：0120-712-568
E-mail：fak@spic.org

ホームページ
PC <http://www.spicsalon.jp>
携帯 <http://www.spicsalon.jp/index.swf>



リセットプログラム
<http://www.spic-reset.jp>



わたしのひと言

ウチの子供が通っている小学校には、「おやじの会」という会が有り、昨年12月にその「おやじの会」の10周年パーティが有り、我が家も親子で参加しました。おやじの会の活動は校区の夜間パトロールや校区の行事の準備から警備、等等、日々、お仕事で忙しいお父さん達が校区の子供たちの安全を守って下さっています。そのメンバーに入っている主人が、おやじの会が有るんだから、お母さん達も「女子人会」したら？との提案で・・・話があつという間にまとまり、昨年末に「初★女子会」をしたんです☆

ちよつと、女子といつにはおがましいのですが、日頃、夜に子供連れ以外でなかなか外出しないお母さん達も、その日はパパさん達に子供を預け、食べ物を持ち寄り、メンバーのお家をお借りしての、飲み会(笑)ができました。

面白かったのが、その日仕事が終わらず、わが子の面倒が見れないパパもいらしたので、発案者の我が家のパパがわが子を含めて子供(偶然女の子ばかり6人)をおやじメンバーのお父さんと一緒に預かり、「飯を食べさせて、警固公園に作られたスケートリンクで遊ばせたり、プリクラ撮りに行ったり・・・子供達も普段出来ない遊びを、小さい子から大きい子を交えて出来て、またまた楽しかったみたいです。

おやじの会のお父さん達はホント仲が良く、パトロール後も毎回、交流？？？があつています。

私達は、パトロールの後のこれが楽しいんだろうなーなんていいながら、その日は時間の経つのも気にせず、晩くまで盛り上がりました。(ちなみに私は飲めないんですが(汗))近々、2回目の女子会開催予定です。



富安直美

HAPPY BIRTHDAY

お誕生日
2月 Feb

おめでとう
ございます

香椎	3日	前田	8日	中原	8日	糸島市	17日
佐野	3日	吉岡	8日	石	8日	(中央区)	18日
福岡	3日	稲留	9日	藤	9日	(中央区)	18日
堀江	3日	田中	12日	奥田	9日	(中央区)	19日
山口	3日	小柳	13日	舛見	9日	(刘馬市)	19日
郡山	6日	前原	14日	野正	9日	(田川市)	20日
梶原	7日	畝原	16日	武藤	9日	(中央区)	21日
白水	7日	荻原	16日	秋山	9日	(西区)	24日
西園	7日	桑山	17日	日高	9日	(博多区)	26日
有中	8日			三上	9日	(宗像市)	26日

(久留米市)	3日	(熊本市)	8日	(糸島市)	17日
(熊本市)	3日	(ふじみ野市)	8日	(中央区)	18日
(東区)	3日	(三養基郡)	9日	(中央区)	18日
(中央区)	3日	(西区)	12日	(中央区)	19日
(城南区)	3日	(中央区)	13日	(刘馬市)	19日
(中央区)	6日	(南区)	14日	(田川市)	20日
(豊島区)	7日	(中央区)	16日	(中央区)	21日
(中央区)	7日	(早良区)	16日	(西区)	24日
(糟屋郡)	7日	(中央区)	16日	(博多区)	26日
(中央区)	8日	(中央区)	17日	(宗像市)	26日

喜びの多い1年でありますように...

スタッフのコーナー

☆ 今月のテーマは・・・☆
実は私〇〇なんです

私、廣田…実は…子供時代敷しかったんです！！

先日、富安さんがお客様と山芋掘りやめじろなど山にまつわるお話しをしいて、とても懐かしく感じました。

私は田舎者なので山芋掘りをしたりミカヅをとったり川に行けばエビを捕まえたり魚やカニを採るのは当たり前！！なんです。小さい頃、ザルと割り箸ヒモを使い鳥をとる仕掛けを作ってめじろなどを捕まえていました！夏にはアブが家の中に入ってくると、素手で捕まえその、アブにヒモを付け尻上げのようにアブを飛ばしたりして遊んでいたんです！！



案の定、この話をするとう安さんも、森さんも驚いていました…^^;

でも、こういう体験が当たり前が出来なかった人が多い中、私は田舎遊びをたっぷり満喫できていたので楽しい思い出があってよかったです♪

是非、子供にも出来るだけ受け継いで行きたいです！

廣田早苗

私は

なにがにはまいやすく、飽きっぽいです(´_`)

熱しやすく冷めやすいとも言うのでしょうか…

例えば、一時期アップルパイはハマいます♪

ちょっと小腹が空くと毎日じゃなくても、アップルパイを買いに行くと(´^`)

アップルパイにお金かけてます(´_`)

その時はアップルパイはしか、目がいてないでもんね(笑)

でも何故かいつかしたらツリと食べなくなる瞬間があるんですよ。

自分でも不思議なくらいです(´_`)

あれだけ食べてたアップルパイは見向きもしません(´_`)

きっと次にハマるものを見定め

てるのでしょうか。

そんな感じで、私の好物の食べものは周期的に変わって行くので☆熱しやすく冷めやすい私の性格？！は食べ物だけでなくいろんなことにも出るんですが、仕事にだけは影響が出てないみたいです(´_`)これからも、仕事に磨きをかけられるように頑張っていきたいと思っております♪



山本 恵美

私、実はちょー方向音痴なんです((^_^;) 若き頃、ひと駅先のスーパーに買い物に行ったのですが、ちょっと好奇心が出て、帰りは違う道を通って帰ろう！！

と思ったのですが…

しだいに自分がどこにいるのかわからなくなり、すっかり迷子??

仕舞いには泣きそうに(>_<)になりました。

15分程で着くはず我が家に倍の時間かけて、何とかたどり着きました。

ここはどこ??



最近の話では、

昨年秋に、講習後横浜駅の近郊のホテルを予約してたんです、それも方向音痴な私のために、店長が駅前のホテルにしてくれていました。

それなのに、どんなに歩いても横浜駅構内から出られず(笑)困りました。

博多駅構内は当たり前に未だに迷います(^_^;)

それでもちょっと進歩したのが、天神のバス停！！今の家に住んで7年経つのですが、やっと自宅へ帰るバス停の場所を覚えまして、(^^) /

これでは、車の免許なんて到底無理ですよ。

富安 直美

こう見えて

私、知らない人に声をかけられやすいんです。

道を聞かれることはもちろん、このヒゲ面の私に何故?とも思うのですが、そうなんです。

先日某所でコーヒーを飲んでいたら、隣の女の子2人(ギャル)はおしゃべり中。何気なく耳に入ってきた会話は、今日のTV番組の

ゲストは誰だっけ?というものでした。

そうしたらギャルの片方が、

ねーねーお兄さん今日の

グータン(TV番組)誰?

と私に聞いてきました。

ちょっと驚きましたが

オジサンでは無く、お兄さん！！

だったので、

江角マキコと優香と長谷川潤

(司会の三人)じゃない?

と答えるとギャル2人は大爆笑。

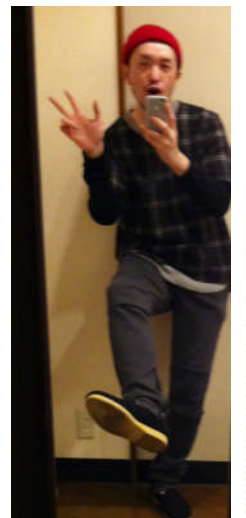
お兄さんウケるー☆知りたいの

ゲストやしっ☆

と言いながらどこかへ行ってしまいました。

こんな体験が多々ある私はきっと人が良さそうに見えるのでしょうか!という事にしておいて下さい(笑)

森 泰輔



1月28日(土)に『チェルノブイリ・ハート』『ホワイトホース』の

上映会&日登美さん&吉良さおりさんのトークーに行ってきました。



映画はチェルノブイリ事故(1986年)から16年後の2002年に撮られたドキュメンタリー映画。

少しは情報を知っているつもりで参加したのですが、正直、目を背けたくなるような映像ばかりでした。

事故後16年経った頃の映像でしたが、チェルノブイリから80kmのゴメリ市では甲状腺がん発症率1万倍に増加。甲状腺がんを患って手術待ちをしているのは、ちょうど中高生の子供達。その子たちはチェルノブイリ事故を知りません。チェルノブイリから340km離れたミンスク市は奇形児の出生率が25倍に。産院の医師に「健常児が産まれてくる

確率は？」と聞くと、15~20%だと答えるのです。ミンスク市に有る遺棄乳児院には、親から捨てられた重度の障害児が年々増えていると・・・。

映画の題名になっている『チェルノブイリハート』とは放射能の影響で心臓に重度の障害をもった子供達のことをそう呼ばれているのだそうです。

25年経ったチェルノブイリはご存知のように未だに住めません。

真実はなかなか報道されていない現実を改めて感じました。

そのような映画の後のトークショーでは、今も関東に住んでいらっやあって子育てをしつつ、お仕事を通して反原発、放射能対策に取り組んでいらっやるお二人のお話を伺いました。一番印象深かったのは、

モデルで4人の子育て中の日登美さんのお話で、このような状況の中、大事なのは自分がどう生きたいのか、今、何が大切なのか・・・本来人間に備わっている力をしっかり使って自然と共に生きていくというお話でした。

お二人とも共通していらっやるのが、『食事』です。お二人ともしっかりとしたお考えがあり、自分の目で見て選択し、自然に反していないものを選んでいらっやるようです。

福岡は少し距離があるから、関東ほど深刻に考えていませんでしたが、食品添加物や農薬、化学調味料など、自然に反する食品は、どこにでもあります。放射能汚染と同じことだと、おっやっていました。SPICも自分と自分の家族の健康は自分で守る。子供の健康は私たちが守る！で、正しい情報をお伝えし、しっかり正しい選択をしていただけるよう、皆様の健康を守っていただけるように努めて参ります。

日登美さん / モデル・主婦研究家
自然育児をスタイリッシュに実践されている4人の子供のママ。関東の田舎でスローな暮らしをしていらっやいましたが、震災後は直感的に危険を感じられ、住まいを東京に移されています。マクロビオティクスやヨガを、シュタイナー教育、自然療法を取り入れたナチュラルライフをすごしていらっやいます。
吉良さおりさん / 雑誌『ベジィ・ステディー・ゴー!』の編集長。
2人の男の子のママ。東京に危機感を強くお持ちですが、お仕事の関係で東京都語実家の大分を行ったり来たり的生活をしていらっやいます。元々マクロビオティクスやローフードなどを実践なされていて、放射能対策やデトックス法の知識を沢山お持ちです。

食品添加物とは？

- 利点 ・風味剤、風味改良剤、甘味剤、着色料は食品の欠点を補ってくれます。
・酸化防止剤は腐敗を抑える、分離を抑える乳化剤、粉末をさらさらに保ち、酸度を調整し舌触りを滑らかにし、ゲル状態を保つゲル化剤(増粘多糖類)など、
- 問題点 ・長い歴史の中で安全性が確認されたものではない。
・発がん性物質、発がん性の疑いもたれているものが何種類も使われている。
・食品添加物の物質名が全て表示されている訳ではない。 等々

私たちが今、お家で使っているのは



玄米・麦あわせみそ
(熊本菊池の無農薬玄米・無農薬裸麦・阿蘇の無農薬大豆 天日塩を使用無添加、防腐剤未使用)



匠の技 麦みそ
(阿蘇高原限定契約栽培大豆 無農薬裸麦・天日塩)

サロンにてお尋ねください

食べ物のおはなし かぶのスープ(4人分)

材料 かぶ 4個(600g) 出し汁 5カップ

(調味料) 酒大さじ3 かぶの葉(又は小ねぎ)適宜
醤油 小さじ2 みりん 小さじ2 塩 小さじ1.5

SPIC オススメの食材
お醤油、生醤油 (いき)
お塩、海の精
くず粉、本葛 (微粉末)



とろみをつけるのに、片栗粉と葛粉が有りますが片栗粉は体を冷やし、葛は温める効果があるのですね。

- ① かぶは、半量を角切りに、半量をすりおろす。
- ② 鍋にだし汁と角切りのかぶを入れて火にかけ、沸騰したら弱火にし、かぶがとろける位柔らかくなるまで煮込む。
- ③ かぶが柔らかくなったら、調味料を入れ、おろしたかぶ、刻んだかぶの葉を加えてひと煮立ちさせる。そこへ、同量の水分量外で溶いた片栗粉を入れてとろみをつける。

かぶレシピのワンポイント
おろしたかぶを入れたら、ひと煮立ちする程度に火をかけすぎないようにしましょう。

かぶは整腸作用があり、ビタミンCも豊富です!



© LOHAS よい

SPICのリセットプログラムが『Veggy』(バジィ・ステディ・ゴー) Vol. 20に掲載されました



これからの季節、気になる花粉症やアトピーやアレルギーなど体験なさったお客様の声が全国より良い結果が出ております。私自身は喘息、アトピー、鼻炎がなくなりました(富安)

SPICでは2月より 全ての商品の10ベクレル未満を証明するシールを貼付するようになりました。

食品に含まれる放射性セシウムの規制値見直し案 (1キロ当たり)

暫定規制値	新規値案
飲料水 200 ベクレル	飲料水 10 ベクレル
牛乳・乳製品 200 ベクレル	牛乳 50 ベクレル
野菜類 500 ベクレル	乳児用食品(新設) 50 ベクレル
穀類 500 ベクレル	一般食品 100 ベクレル
肉・卵・魚・その他 500 ベクレル	

厚労省は来春から下記の規制値に切り替えると発表しました?? まだまだ国際基準値からはほど遠い規制値です。これでは私たちの将来の安全は守れません。



SPICはより安全な商品をお届けします!! この活動はスピックグループだけではなく、正しい情報を地域にお伝えしてこの輪を広めてまいります

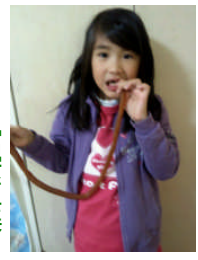
編集後記

毎年1月にはSPIC新春セミナーが開催され、西日本の部に私 富安が、東日本の部に榎木が参加しております。SPICは会長や社長のセミナーを受けて1年が始まります。

たまたまその前日にTVで「守口漬け」という名古屋名物の「守口大根のお漬物が出ていて、お漬物大好きな次女が食べたー!」というのです。明日名古屋行きから有ったら買ってくるねと約束しました。

空港で見つけた私は「これだ!」と買って帰り、娘にそのままの長い状態で渡すと・・・

前歯の抜けた口で、即 かぶりついておりました(笑)



富安直美

次号は森が担当します。

いつもお電話やメールで商品をお求めいただいている方へ

便利な代金引換えの際に、電子マネーとクレジットカードがご利用いただけるようになりました。

宅急便 コレクト