

チャンプルー通信

※チャンプルーとは…もとは「混ぜ合わせる」という意味の沖縄方言。様々な歴史を背景に、沖縄の人々が培ってきた異なる文化を受け入れる寛大な心や、様々なものを「混ぜ合わせ」、さらに良いものに発展させていく沖縄独自の融合文化のことをいいます。

<http://www.okinawanikonikogenkijima.jp/> チャンプルーウコン 検索

2009年
7月号
第54号

「生みの苦しみ、育てる楽しみ」
一年前から計画し、じつと温めていた新商品の企画。やっとお披露目です。それにしても、一つの商品を形にするのには、多くの時間、人手、研究費用、販売促進費用がかかります。また、皆様に「最大限お求めやすい価格で、最高の品質の商品に仕上げるため」には、製造や資材のメーカーさんとも、何度も試作や打ち合わせ、価格交渉を行っています。今回は、僕が子供を授かってから、初めての商品開発となります。子育ての経験が生きているのか、発売までの「生みの苦しみ」にも果敢に挑戦できております。ウコン同様、愛情もたっぷり注いでおります。これから、スタッフも含め、みんなで「育てる楽しみ」を味わってゆこうと思います。僕らにとって、商品は大事な「娘」です。嫁ぎ先（お客様）のもとで、「親御さんしっかりと育てて下さった」また、「いいお嫁さんですよ。」と喜んでいただけるよう、販売と、しっかりとしたアフターケアに取り組んでゆきたいと思っています。発売日は、6月29日（月曜日・大安）となりますので、この通信が届く頃には、ご案内かできると思います。チャンプルーウコン同様、ぜひ新しい娘の方も宜しくお願い申し上げます。

「ノニ」という商品です。乞うご期待!!



代表 本村周一



新川朝保さん ●99歳（明治42年10月生まれ）
中頭郡西原町出身。全国の平均寿命は男性が79歳、女性が85歳。そんな中、今年10月に記念すべき満100歳のお誕生日を迎える新川さんは、かくしゃくとしています。13歳の頃から20歳頃までは大阪で働いた後、沖縄に戻り海軍に入隊したそうですが、海軍に入隊できるのは、姿が恰好良くなければならなかったと、茶目っ気たっぷりに話す新川さんは、なるほどイケメンです。現在76歳の息子さんよりも、100歳の自分の方が歩くのが速いとVサインしてくれました。

今月の
元気な顔

ひかりちゃん



暁人くん

私の「孫自慢」

兵庫県 林田恵太郎様の孫ひかりちゃん

兵庫県 林田恵太郎様の一番下のお孫さん、ひかりちゃんです。DS（ゲーム機）に熱中している、次男暁人くんに、「お兄ちゃん、こうやるんやで」と、何やらアドバイスしている様子。仲むつまじい光景に、見ている私も、ほんわかと温かい気持ちになります。



（伊礼）

にこにこ元気な

にこげん
Nikogen Club
倶楽部

毎日愛飲しております。

大阪府 外川 昭見さま

毎日愛飲しております。仕事上にて若い時から酒を毎日飲んでおりました。年金生活に入ってから酒の量も少しセーブしております。しかしたまに会合で飲み過ぎた場合でもチャンプルーウコンがあれば朝もさわやかです。今後もしっかり飲んでいきたいと思っています。



舛川様おハガキありがとうございます。

私もお酒を飲む日は1日6粒飲んでいきます。ウコンを飲む日と飲まない日とは翌朝の目覚めも大分変わってきますよね。お酒を飲まれる前に、チャンプルーウコンーこれからもよろしくお願ひします。



（玉城）

飲み始めて3年。

静岡県 M・Yさま

にこにこ元気島みなさん、毎月チャンプルーウコンを送って頂きありがとうございます。早いもので、ウコンを飲み始めて3年がたちました。今では身体の調子も良く、風邪もひかなくなりました。チャンプルーウコンのおかげだと思っております。これからも健康維持のため飲み続けたいと思います。



M・Y様、3年もご愛用頂きありがとうございます。最近では最新のインフルエンザも増えてきて、世界規模で不安要素が多いですが、ウコンで自己免疫力を強化することも、一つの予防策かもしれません。これからも宜しくお願いします。



（伊礼）

主人の肝臓に良いと思って。

大阪府 H・Nさま

いつもお世話になっております。検査の折、毎年肝臓の数値でひっかかっている主人にと思い、注文させて頂きました。寝るまで焼酎をかなり飲みますので今年もやっぱりひっかかっています（検査に）、本人は割りと元気に過ごさせて頂いています。



「肝臓は物言わぬ臓器」とも言われ、毎日休むことなく働き続けてくれています。毎年検査をしてご自身の数値を知ることとても大切ですね。チャンプルーウコンを飲んで肝機能を強化して健康に過ごしていきたいと思います。



（飯田）

元気で過ごしています。

和歌山県 山本芳子さま

いつもチャンプルーウコンをありがとうございます。ずいぶん長く愛用させてもらっています。毎日元気に過ごせるのはウコンのおかげだと感謝しております。年令と共に医者通いの日も多くなりますが、悪性の疑いもなく血液検査の結果も良く、なにかとウコンのおかげだと思っています。今後ともよろしくお願ひします。いつも手厚いご配慮ありがとうございます。



山本様、いつもご愛用いただきありがとうございます。また、これからもチャンプルーウコンを1日3粒お忘れのないようお願ひいただき、元気に健康をお保ちください。今後ともよろしくお願ひいたします。



（江田）

にこにこ元気な写真・お便り募集中!

私の孫自慢・あなたの好きな言葉・あなたの住む町の風景・健康川柳

お客さまからお寄せいただいたお便りを紹介するコーナーです。日々の暮らしの中でつけたちょっといい話や感動したことなどを教えてください。また、お客様の可愛いお孫さんや町の風景写真なども大歓迎です。お便りが採用された方には沖縄のささやかなプレゼントをご用意しています。お申し込みの際はお客様のお名前、お孫さんのお名前、年齢、性別を書いて、所定の内容を記載、画像データを添付し、下記までお送りください。なお、メールでも受付いたしております。お送りいただきましたお写真は随時、もちろん掲載させていただきます。



すべての
お便りの
あて先

〒903-0126 沖縄県中頭郡西原町字棚原235-1
（株）沖縄美健 沖縄にこにこ元気島
『チャンプルー通信「お便りコーナー」』係
E-mail info@nikonikogenki.com

ご注文ハガキの
表面も
是非ご利用
ください。

ホームページもぜひ見てください!!

〈チャンプルーウコンの沖縄にこにこ元気島〉
<http://www.okinawanikonikogenkijima.jp/>

チャンプルーウコン 検索

〈毎日更新のスタッフ日記〉

<http://okinawanikonikogenkijima.ti-da.net/>
※周ちゃん社長の日記 <http://shuchan.ti-da.net/>

お問い合わせはコチラまで!

フリーダイヤル ☎ 0120-372-698
フリーFAX ☎ 0120-766-702

※お引越し予定のあるお客様へ

お引越しの際は事前にお知らせ下さい。住所変更のお知らせがないと、商品のお届けに不備がでてしまいますので、ご協力宜しくお願いします。（※郵便局のような自動転送はございません。）

夏！ウコン本番！

チャンブルーウコンをお飲み頂いているお父様たちのお声を聞いていると、お酒・ビールが好きな方が多いようです。いよいよ夏本番、ビールが美味しい時期になりますので、今回は、ちょっと、ウコンのはたらきをおさらいしたいと思います。ウコンに含まれている成分のクルクミン（主に秋ウコンに多く含まれています）は体に入ると、肝臓に働きかけて胆汁という成分を多く分泌

させます。胆汁はコレステロールを原料とするので血中のコレステロールが減り、血液をサラサラにすることができると。アル



飲むぞう！

ゆんたくガイド

コールを摂取すると肝臓でアセトアルデヒドという二日酔い原因物質がつくられ、頭痛や吐き気などを引き起こします。もちろん体にとっては有害ですので、分解するための酵素が体内でつくられますが、クルクミンはその分泌を促進させます。クルクミンの摂取により通常より1.5倍のスピードで分解されるので、二日酔い防止や二日酔いの解消には非常に有効です。そんなクルクミンを多く含有している「チャンブルーウコン」ですが、油断は禁物ですよ(笑)。やはり飲みすぎには注意して、素敵な夏をお過ごしください。」



ウコン



喜久川

詳しくは

7月のプレゼント

抽選で3名様に

沖縄マンゴーたると

お知らせしました！



飯田



期間限定！

亜熱帯の太陽を浴びて育った沖縄県産マンゴーの美味しさそのまま♪マンゴーのさわやかなコクのある甘みと酸味を活かしたマンゴータルトです！沖縄県産マンゴーを100%使用しているため、期間限定商品となっています！この味はまさに「旬の味」！マンゴーの濃厚な味わいを是非ご賞味ください。たくさんのご応募お待ちしております。

ご住所・ご氏名・ご年齢・お電話番号をお書きになり、下記のおて先までご応募ください。

〒903-0126 沖縄県中頭郡西原町字棚原235-1 (株) 沖縄美健 沖縄にこにこ元氣島『チャンブルー通信7月号プレゼント』係

ハガキに記入された住所・氏名・電話番号などの個人情報の取扱については(株) 沖縄美健ではプレゼント当選者への賞品発送以外に使用いたしません。

平成21年8月10日当日消印有効

当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます

※沖縄の方言で「クスイ」は薬、『クスイムン』は薬になるものをいいます。昔から沖縄で大事にされてきた「医食同源」の思想のこと。



カツオのたたきとは是非、お試しくさすよ。



神谷

材料

刺身用カツオ……………1冊
きゅうり……………1本
酢……………大さじ2
味噌……………大さじ4
砂糖……………大さじ2
だし……………適量

- 1 カツオは食べやすい大きさのそぎ切り、きゅうりは薄くスライスする。
- 2 ボールに酢、味噌、砂糖をいれ、だし汁を少しづつ加えながら混ぜあわせ、酢味噌をつくる。
- 3 食べる直前に1と2を和え、盛りつける。

食はクスイムン

医食同源

【カツオの酢味噌和え】 沖縄は今、カツオの部町は、「コイのぼり」ならぬ「カツオのぼり」が風物詩となるカツオの名産地。そんな漁師町で昔から食されているのがカツオの酢味噌和え。カツオは、良質のタンパク源であり、特に血合いにはビタミンB1や、ビタミンB6、B12、ナイアシンなどのB群、鉄分などのミネラル類を多く含む食材。そして酢味噌との組合せは、疲労回復や夏バテ予防、腐敗防止にも効果的。沖縄の暑い夏をのりきる理にかなった調理法です。本部町の食堂や刺身屋さんで、新鮮なカツオを気軽に味わうことも買うこともできる。とあって、ドライブがてらに旬の味を楽しむ人々で賑わいます。

肝心(ちもんじん)

沖縄の方言で「真心」の意味です。「真心」は「肝」に宿っているのかもしれないですね!! 「肝臓をいたわって」真心を育みましょう!!

「太陽と海と緑・観光文化の町」を謳う本部町は、沖縄本島北部の本部半島に位置する美しい海と緑に囲まれた町。日本一早い桜まつりが開催されるのははじめ、カツオ漁でも名高く、春にはどこよりも早く初カッオが楽しめます。また、季節になるとシークワサーやタンカンなどのおいしい柑橘類が次々に実をつけ、ミカン狩りで賑わうなど年中人気のあるスポット。さらに最近ではジンベエ工鯨が泳ぐ「美ら海水族館」がある町として全国的にも知名度をあげ、多くの観光客が訪れています。そんな本部町で夏の人気イベントとして定着しているのが「本部海洋まつり」です。これは1975年にこの地を会場として行われた海洋博覧会を記念して開催されるようになった祭りで、今年は7月19日・20日の2日間開催されます。メイン会場となる大浜多目的広場ではわんぱく相撲や青年会のエイサー、スペシャルライブ、夜空



本部海洋まつり

島ぬ肝心

本部海洋まつり
海と大地の恵み溢れる町は明るく元気。熱い夏を思いっきり楽しめま

を彩る花火などが行われ、もうひとつの会場となる渡久地港では、ボート競争やハーリー大会など海のプログラムが繰り広げられます。「本部海洋まつり」で南国の祭を楽しみ、水族館で悠々と泳ぐ巨大な魚たちに出会いに行く。今年はそんな夏休みの計画を立ててみませんか。

あの町この町

ウチナー



万座毛

村の概要
面積 50.80km²
人口 10,326人('09.4月現在)
村の木 フクギ
村の花 ユウナ (オオハマボウ)

恩納村

代表本村のうちなーぐち講座

あしびなー【遊び庭】
広場・御拝所前の神聖な場：今夜、村のあしびなーでエイサーが行われる。



沖縄本島のほぼ中央部西海岸側に位置する恩納村。西側は東シナ海に面し、東側は恩納岳を中心とした山々に囲まれ、この山々を源とした小さな川が40近くも流れています。南北に細長い恩納村は、山、川、海と変化に富んだ自然が作り出した美しい景観が広がっています。そんなのかな半農半漁の恩納村が、日本屈指のリゾート地として発展していったのは、昭和50年に開催された国際海洋博覧会以降。サンゴ礁の広がる美しい海岸線は沖縄海岸国定公園に指定され、大型高級ホテルが建ち並ぶなど沖縄リゾートの先駆的な役割を担ってきました。今では、年間二〇〇万人以上の観光客が恩納村の宿泊施設を利用して、観光と結びついた工芸産業、商業、サービス業が芽生えてきました。昨年、村政百周年を迎えた恩納村は、自立発展と観光立村を宣言し、質の高い国際リゾートの形成と新たに設置される沖縄新大学院大学を拠点とした活力ある村づくりに向かっています。

私の好きな言葉

平常心

心配事やいらがたまると肉体の健康までそこねてしまいます。病を治す最高の薬は心にあるそうです。事実のひとつ、考え方はふたつ。過去を変えることはできないので、過去を悩むより、「失敗から学ばせてもらった」、「謙虚になれた」、「有り難い」と言って切り替える！私はいつもそうしています。だから毎日が楽しいです(ハハ)心の持ち方次第。平常心で過ごすこと。それこそが、長生きの秘訣かもしれませんね。



砂川

したいと思っ



伊礼

沖縄の夏といえば、やっぱり、海！海といえばマリンスポーツですね！私は、ジェットスキーの後ろに乗せてもらったり、バナナボートに乗った事がある程度。小さい頃はよく海水浴へもでかけていましたが、大人になると、もっぱら、海岸でバーベキュー派。泳ぐ機会も少なくなりました。今年の夏こそは、日焼け対策をバッチリして、海へ繰り出



沖縄の海

元氣島と真館

みな様お元氣でしょうか。5月に1年間の育児休暇からにこにこ元氣島に戻ってまいりました江田です。お蔭様で娘も5月に1歳になりました。1年ぶりにみな様と楽しくお話しできる毎日、うれしく思います。家へ帰ると3人の子育てで1日があっという間ですが、充実した日々を過ごしています。今後ともよろしく願い



江田



娘も1歳になりました。

育児休暇から戻ってきました。よろしく願います。

にこにこ元氣島 スタッフ日記