

チャンプル通信

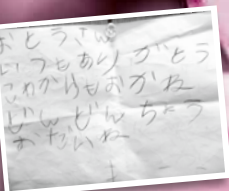
※チャンプルとは…もとは「混ぜ合わせる」という意味の沖縄方言。様々な歴史を背景に、沖縄の人々が培ってきた異なる文化を受け入れる寛大な心や、様々なものを「混ぜ合わせ」、さらに良いものに発展させていく沖縄独自の融合文化のことをいいます。

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

2010年
3月号
第62号

～沖縄にここに元気島より～

「娘からのメッセージ」
五歳になった長女は、最近、一生懸命に「ひらがな」を勉強している。
あ、い、う、え、お、、、。
と、五十音の書かれた紙が、我が家の壁には、所狭しと貼られるようになり、インテリアの一部となっている。
僕は、あいかわらず、出張や接待やなんやうで、夜は遅く、また、朝は娘たちが寝ぼけているところに自宅を出るため、寝顔だけしかあえないことが多い。
そういう日が続いていた最近のこと、朝の支度をしていると、机の上に、娘からの一通の手紙が。
急いでいたので、その手紙をサッとしまい、家を出ました。
車の中で、ドキドキ、ウルウルしながら、手紙を読んでいると、、、
「おとうさん、いつもありがとう。これからもおかねんちんちやあだいね。」
と書かれておりました。嬉しくもあり、微妙でもあり、、、。
でも、やはり、娘からの手紙は宝物です。
左の写真にあるように、今、僕のデスクの横には、娘からの強烈なメッセージが、しっかりと貼ってあります。
お父さんは、これからもうどんじん仕事、がんばりますね。



日本のわが家さんたち!!
お互い、がんばりましょ!!
このコーナーは皆様に少しでも「心」を伝えたいと思い、手書きにこだわっております。乱筆・乱文、ご了承ください。

代表 本村 周一



小波津カマドさん ●92歳（大正6年10月生まれ）

沖縄にここに元気島のある西原町で生まれ育ったカマドさん。町の基幹産業であるサトウキビ作りに85歳まで従事して、息子さんと二人で、毎年10トンものサトウキビを出荷していたとのこと。す。儲かったお金でコンクリート建ての立派な家を建てたよ～」と嬉しそうに話すカマドさんに「夢は何ですか?」と尋ねると「♪緑の夜明けが～昭和だ～昭和だ～♪」と歌い出し「歌手になることです」と満面の笑みで答えてくれました。

今月の
元気な顔

今月の「ご来社ありがとう!」

目指せ甲子園! 砂川くん



今回、ご来社下さったお客様は・・・直販部オペレーターの砂川さんの甥っ子で、2009年の春と夏の甲子園で大活躍した、大分・明豊高校の砂川哲平くんです! にここに元気島へお父さんと一緒に遊びに来てくれました! 現在高校3年生。キャプテンも務めているそうです。高校最後の夏の甲子園出場を目指し、頑張っているとのこと。にここに元気島スタッフ一同、心より応援しています♪



(伊礼)

にここに元気な

にこげん
Nikogen Club
倶楽部

元気に仕事も行っています。

神奈川県 新井 文雄さま

ウコン飲み始めて5年以上になります。70才を過ぎてから夕方になると体に疲れを感じていましたが、最近では疲れもほとんどありません。元気に町会の仕事も楽しく行っています。今後もしっかり飲んでいきます。



新井様、お便りありがとうございます。お仕事を楽しくやれていることが、一番健康に良いと思います。これからも、健康に気をつけてお仕事頑張ってくださいね。



(砂川)

心からありがとうございます。

岡山県 武田 俊子さま

胃腸が弱かったのがきっかけで飲み続けて3年以上、食欲もあり元気になりました。主人共々お酒もタバコも口にはしません。「リンパ」が元気になればと思っています。チャンプル通信に「心からありがとうございます」。沖縄には、戦争の苦しみの中から今日の豊かな生活ぶりを知らせて頂き、もう一度行きたくありません。言葉の違いにびっくり、やはり日本の国はつながっていると思いました。本村社長さん始めスタッフの顔ぶれも、以前からの知り合いのよう感じています。

武田様、3年以上もの長いお付き合い、誠にありがとうございます。胃腸の調子も良い様子で、私もとても嬉しく思います。機会がございましたら、ぜひ沖縄へ遊びにいらして下さい。スタッフ一同お待ちしております。



(伊礼)

うがいにも使用しています。

千葉県 小山 美智子さま

ノニを飲むようになって8年になります。タビチ・インドネシア・ハワイ・沖縄(他社)のを試しました。今回貴社のノニを飲んで今まで一番飲み易かったの、継続しようと思いましたが、30代の娘にもすすめております。日常の健康維持に愛用しております。最近はその痛みい時にノニうがいをします。口内炎もより早くなくなります。



数ある商品の中から、弊社の「ニザプレミアム100」をお選び頂き、誠にありがとうございます。私は「ニザ」を飲み始めてからまだ半年ほどですが、ノニの効果には正直驚いています。一番の悩みの便秘が改善されました。毎日の健康維持には欠かせないアイテムですね。お薬書ありがとうございます。これからもううがいをお願い致します。



(飯田)

風邪をひかないのです。

神奈川県 児玉 由紀子さま

いつもお世話になっております。貴社のウコンを飲み始めてからこれ4～5年経つのでしようか。その間、大病もせず毎日健康に過ごせて頂いております。確か、チャンプルウコンにはビタミンCも含まれている・・・との事でしたね。本当に、風邪をひかないのです。やはりウコンのお陰かと、感謝しております。健康の源は食事から・・・ですが、程よい運動も不可欠ですね。

児玉様、お八がきありがとうございます。特に寒い季節になるごお客様の方、今年は風邪もひかず元気ですのお声多く頂きます。ビタミンCも豊富なお肌にも良いので、女性にとっては嬉しい限りですね。これからも宜しくお願い致します。



(玉城)

にこげん 元気な写真・お便りの募集中!

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

お客様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見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 沖縄にここに元気島
『チャンプル通信「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!!

チャンプルウコン 検索
にここに元気島 ノニ 検索
にここに元気島 スタッフブログ 検索
周ちゃん社長 検索

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。)



食を変えれば あなたが変わる!

人間は60兆個の細胞でできているのをご存知でしたか? その全ては何が原料になっているのでしょうか? ご存知の通りあなたが今まで食べてきた食べ物全てが原料となっています。肌や髪、臓器、神経などもひとつひとつの細胞からできており、毎日新陳代謝によって新しく作り変えられています。基本的に「口から食べた食べ物だけが、今ここにいる自分」を作っているのです。ですから、食べる

ゆんたくガイド

ものを選ぶこと、どう食べるかでこれからの自分を変えることができます。

生活習慣病、太りやすい体質、は遺伝だから? 集中力がない、いろいろするのは「性格」? 体力の低下や肌の衰えは「歳」のせい?

仕方がないと思っている方、**×** あきらめがちな方、ご安心を!

もちろん体の不調の原因に上**○** 記要素も当てはまりますが、ほとんどは食事によって解決が可能なのです。

今一度、毎日のお食事を振り返ってみることで、健康への近道が見えてくるかもしれません。

喜久川

抽選で5名様に

3月のプレゼント

紅芋菓子6種詰め合わせ『紅芋まつり』

私が選びました!



飯田

定番のタルトにクッキー、ちんすこう、そしてお饅頭、スイートポテト、パイ包みと全て紅芋を使用した何とも贅沢なお菓子6種類の詰め合わせセット。沖縄特産の紅芋を思う存分お楽しみください。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、下記のあ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 3月号プレゼント』係

平成22年4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。

食はクスイムン

冷蔵庫の整理もかねて野菜たっぷり栄養も満点の家庭の味をお試ください。



砂川

材 料	
キャベツ	1/3玉
人参	中1本
玉ねぎ	1個
ピーマン	1個
ポークランチョンミート	1/3缶
卵	3個
サラダ油	適量
塩コショウ	適量
しょうゆ	少量

- キャベツの葉は一口大にちぎり、固い部分と人参、玉ねぎ、ピーマンは千切り、ポークランチョンミートは拍子木切りにする
- フライパンにサラダ油を熱し、キャベツの固い部分、人参、玉ねぎを炒める
- しんなりしたらキャベツの葉、ピーマン、ポークランチョンミートを加え手早く炒める
- 塩コショウで味付けし、香り付けにしょうゆを鍋肌から入れ、溶いた卵を全体にまわし入れ、蓋をしておらす
- お皿にご飯を盛り、**4**をたっぷりのせて召し上られ

チャンポン

「えっ、チャンポンって長崎県の麺料理でしょう」と突っ込まれそうですが、実は沖縄の食堂ではポピュラーなメニュー。ただし、沖縄のチャンポンは麺ではなく、キャベツや人参、玉ねぎなどの野菜をポークランチョンミートやコンビーフハッシュと炒め、卵でとじたものを白いご飯のうえにかけたものです。そして、井ではなくお皿に盛って、スプーンでいただくのが沖縄流。どの家庭の冷蔵庫にもある野菜と輸入缶詰をうまく組み合わせたチャンポンは、他の土地のよい物を取り入れ、発展させるチャンブルー文化が根付いている沖縄ならではのアレンジ料理です。

春野菜の美味しい時期なので、チャンポンを作りましょう。

代表本村のうちなぐち講座

ちびぐーちゃん「素晴らしき」

真央ちゃんのスケートの演技は、ちびらーさん!

大戦後の昭和21年に金武村から分離して誕生した宜野座村は、沖縄本島の東西南北の真ん中に位置します。そこからお腹の臍を意味する方言「てんぶす・宜野座」を宣言、中南部への飲料水供給など本島の真ん中としての意義と役割を担っています。「水と緑と太陽の里」をキャッチフレーズにするおだやかで肥沃な土地で育ったじゃがいもは、宜野座村の特産品。じゃが麺、じゃがモチ、じゃがアイスクリームなどに加工され、人気をよんでいます。また、マングローブが自生する豊かな水の宜野座村は、クルマエビ生産量日本一を誇る沖縄県の主要産地としても知られております。さらに、阪神タイガースの春季キャンプ地、海洋生物などの資源を最大限に活用した自然療法タラソテラピー「かなたラソ沖縄」など「健康文化むら」をキーワードにした施策、情報通信産業系企業集積拠点「ITオペレーションパーク」など宜野座村の新たな側面を築いています。

あの町この町

ウチナー

漢那ダム

漢那ダムは、資料館や展望台、湖畔広場、公園などが整備。レクリエーション施設としても親しまれています。

村の概要	
面 積	31.32km ²
人 口	5,283人 ('09.11月現在)
村 の 木	リュウキュウマツ
村 の 花	ソツジ
村の花木	メジロ
村 の 魚	ミーバイ (ハタ)

宜野座村

私の好きな言葉

はじめは人が習慣を作り、その後習慣が人を作る。

この言葉を知った時、確かにそうだな、と感じることがありました。何気ない習慣がその人の人格を作っているのですね。

宮国

元氣島写真館

喜久川パパ奮闘中!!

やっぱり泣いちゃった

あれ?

意外と平気かな~

癒しスマイル

たまの育児に四苦八苦。仕事の帰りが遅くなったりで、生後3ヶ月の次男坊(瑛大)の育児は平日、家内にまかせっきり、休日には私がお風呂担当なのですが、結構大変。世の中のお母様方、尊敬します。大変ですが、本当にかわいいですね(笑)

喜久川

元立ち寄り下さい!!

玉城

「ヤンバルクイナ」も見れる観光スポット!

みなさんお久しぶりです、沖縄にこにこ元氣島の玉城です。先日、娘を連れて沖縄県北部の名護市にあるネオパークまで行ってきました。ネオパークとは沢山の野鳥や猿、ゾウガメや様々な動物達と触れ合う事ができる動物園の様な所です。なんと、沖縄に住んでいてもなかなか見る事のできない天然記念物「ヤンバルクイナ」もここでは見ることができんです!! 県内の観光スポットでもあるネオパーク、沖縄へいらつしやる事がございましたら、是非お立ち寄り下さい!!

スタッフ日記

にこにこ元氣島

間近で見る動物達に娘も大喜び!