

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。

今月の沖縄の平均気温→18.8度

「言葉は文化」

明治40年頃から昭和の高度成長期前頃まで、各地で標準語励行のため、学校において「方言札」というものが使われていたそう。

方言を使うと、次に方言を使う人が現れるまで、その札を首からぶら下げるといふルールだったそうで、沖縄では、特に厳しく奨励されたそう。

歴史的な賛否は別として、個人的には、「沖縄方言」の独特の響き、言葉の一つ一つに込められた深い想い。か、すごく好きだ。

たとえば、「ちむかなさ」という沖縄の言葉。「肝悲さ」と漢字では表現されるが、「ちむ」は「心」。「かなさ」は、「愛おしい」の意味である。「心から愛おしい」という意味だ。本気の恋をすると、ギュッと心の奥まで、何か「悲しい」にも似た感情がこみあげる。すごく人間味のある素敵な言葉だと思う。文化を発展、継承してゆく根幹は、「言葉」にあると思う。僕たち世代のほとんどが、おじい・おばあちのように、沖縄方言を聴いたり、話したりできない。いつの世か、標準語しか喋れなくなり、文化も、標準化されるとなると、寂しい。

「少しでも、昔の言葉を勉強し、子供たちにも、感性豊かな沖縄方言を伝えてゆければ」と思う。



代表 本村周一
沖縄にこにこ元氣島



安谷屋 敏子さん ●87歳（大正12年生まれ）

身長も高く、スタイル抜群でエキゾチックなお顔立ちの敏子さんは、一見外国人のように見られますが、生粋の首里人（スインチュ）。若い頃は、当時の女性の憧れの職業バスガイドさんをやっていらしたとのこと。「発車オーライ、道が悪いのでバスが揺れます。しばらくの間ご辛抱ください」「お降りの際は忘れ物のないようお気をつけてください」「次は開南、開南…」と、終点までのバスの状況を目を輝かせながら、流暢にアナウンスなさる敏子さん。とても87歳のおばあちゃんには見えない若々しさです。

今月の
元氣な顔

2011年
3月号
第74号

ご紹介制度のご案内

お客様のお知り合いやお友達をご紹介してください

ご紹介した方も
された方も
もらえるプレゼント!

「紹介制度」はすでに「本商品*2」をご購入いただいているあなた様が、沖縄にこにこ元氣島の商品を大切な方へご紹介下さり、その方が「本商品*2」をご注文下さった場合、あなた様と大切な方に素敵なプレゼントをお送りする、とてもおトクな制度です。

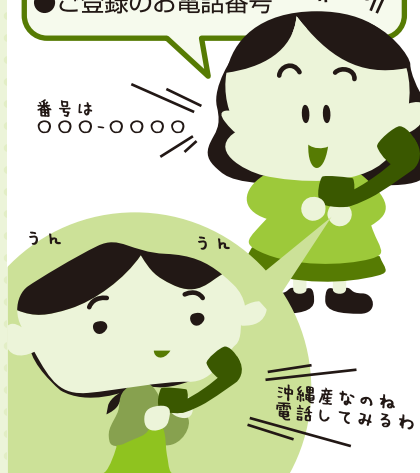
step1 あなた様

ご紹介したい大切な方に、あなた様のお名前とご登録のお電話番号をお伝え頂きます。

大切な方にお伝え下さい

- あなた様の
- お名前
 - ご登録のお電話番号

番号は
〇〇〇-〇〇〇〇



step2 ご紹介を受けられた方

ご紹介を受けられた方から直接、沖縄にこにこ元氣島にお電話下さい。☎0120-302-797
9:00~17:00(日曜・祝日を除く)

受注スタッフにお伝え下さい

「紹介されたんですけど・・・」

- ★ご紹介したあなた様の
- ご登録のお電話番号
 - お名前

☆ご紹介を受けられた方の

- お名前
- お電話番号
- ご住所
- お誕生日
- ご注文商品

お電話
ありがとうございます

※個人情報保護のための注意点

個人情報保護のために、必ずご紹介を受けられたご本人、もしくはそのご家族の方からのみの受付となっております。

step3 ご紹介したあなた様、 受けられた方お二人様へ

JCB商品券
1,000円分を
プレゼント!

ご注意!

ご紹介を受けられる方は、初回購入時に必ず紹介された旨をお伝え下さい。購入後の紹介制度の適用は出来かねますので、お気をつけ下さい。下記の場合は、紹介制度の対象外とさせていただきます。誠に申し訳ございません。

- ①ご紹介を受けられる方が、ご紹介者様と同住所にお住まいの場合。
- ②ご紹介を受けられる方、もしくはその方のご同居者様が、すでに当社にご登録頂いている場合。
- ③商品が「お試し商品*1」のみの場合

★「お試し商品*1」のみを購入後、「本商品*2」をご購入された場合は、紹介制度の対象となります。スタッフへ一声かけて下さい。

ご紹介された方のご購入商品が「お試し商品」のみの場合も、弊社からのちょっとしたプレゼントを差し上げております。

※1「お試し商品」とは、以下の4種類となります。

- ①チャンプルーウコン45粒 ②すきっと美味しいノニミックス300ml
③ノニザ★プレミアム100の300ml ④生きるフコイダン初回お試し半額

※2「本商品」とは、以下の4種類となります。

- ①チャンプルーウコン93粒 ②すきっと美味しいノニミックス900ml
③ノニザ★プレミアム100の900ml ④生きるフコイダン

プレゼントの発送について

商品券プレゼントは、商品代金の入金確認が取れてからの発送となりますので、商品購入後、2週間~1ヶ月後のお届けとなる場合がございます。あらかじめご了承下さいませ。

とってもお得!
とっても便利!

ご愛用の方の90%
が利用されています!

定期お届け
コース

特典1

割引価格にてご提供!

お二つ以上からはさらに割引率UP! ご家族様でご愛用の方はとってもお得!

特典2

毎月自動的にお届け! 手間いらず!

うっかり切らしてしまう心配もありません。

特典3

送料は日本全国無料!

いくつ注文をいただいても送料全国無料。お一つからでももちろん送料無料で。

特典4

いつでもお休み・解約ができます!

お届けする回数や期間にお約束はございません。次回お届け日の10日前までにご連絡ください。

特典5

節目ごとに沖縄県産品の素敵なプレゼントをお届け!

続けていただいているお客様には節目ごとに素敵なプレゼントをご用意しております。

ホームページもぜひ見てください!!

チャンプルーウコン

検索

沖縄ノニ専門店

検索

にこにこ元氣島 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!
(株)沖縄美健 沖縄にこにこ元氣島

フリー
ダイヤル

☎0120-372-698

フリー
FAX

FAX 0120-766-702

食はクスイムン

※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。

沖縄では、旧暦3月3日の女の節句には長方形に仕上げた三月菓子を重ね箱につめて潮干狩りを楽しむ行事もありましたよ。



材料(10個分)

薄力粉 200g
三温糖 80g
卵 2個
ベーキングパウダー 小さじ1
サラダ油 小さじ2
揚げ油 適量



- 薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておく。
- ボウルに卵をほぐし、砂糖を入れ泡立てないように混ぜ合わせ、①とサラダ油を加えて粉っぽさがなくなるまでよく混ぜたらラップをかけて冷蔵庫で30分位寝かす。
- 鍋に揚げ油をたっぷり入れ火にかける。手にうっすらと水をつけ②の生地を直径3cm位に丸めて静かに160度の油の中に落とす。
※生地は大きいと揚げるのがむづかしいので、初心者は小さめに丸めるのがいい
- たねが自然に浮き上がり、一方がバカッと割れ目が出来るまで揚げる。全体的にいい色になって、竹串を刺して何もついてなければ出来上がり。
※三温糖を粉黒糖に換えるとより南国的な味に。生地のなかに刻んだナッツやゴマを入れても美味しい。いろいろアレンジを楽しんでください

サーターアングギー

沖縄の代表的なお菓子「サーターアングギー」。「サーター」は砂糖、「アングギー」は油で揚げたものを意味します。かつては、砂糖や卵を使用した贅沢品であり、花が開いたような形から「福笑う縁起物」として婚礼など祝いの席で供されていました。今ではおやつ、差し入れ、沖縄お土産の定番として、ブレインなものから黒糖、かぼちゃ、紅イモ、ウコン、抹茶などバラエティ豊かな味がスーパードに並びます。日持ちもしますが、やっぱり揚げたてのサクッとした美味しさは特別。春休みにお子さんやお孫さんと一緒に、ほっこり素朴な味わいのサーターアングギーを是非作ってみてください。

音楽ユニット名にもなるほど全国的に有名な

本村代表の沖縄クイズ

Q 灯台がないのは次のうちどこ？

- 残波岬
- 喜屋武岬
- 西平安名崎
- 東平安名崎



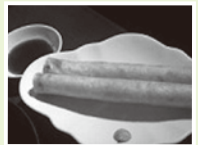
スタッフのおすすめお店



お洒落なイメージのちょっと変わったこのお店、上海あたりの雰囲気を感じる中華の空間で、いつもお客様でいっぱいです。

料理は何を食べても美味しくお値段もリーズナブルなので、ご家族や職場の仲間など大人数で行っても良いかもしれません。ご来店の際は電話で予約をされる事をお勧めします！！

『燕郷房』(YANG KYOU FANG)
住所:那覇市泉崎1-11-3
電話:098-862-0011
営業:月曜～金曜 18:00-00:00
土日祝日 17:00-00:00
※隣に大きなコインPあり



メジロが
蜜を求めて
飛んでき
ました



一足早い
桜の季節！



色鮮やかな
桜が満開
です

元気島写真館

沖縄は、1月下旬から2月中旬が桜のシーズン。本島では、北部の方から桜前線が始まり、中部・南部へと桜の花が満開になってきます。まっピンクの色が鮮やかで花

見の見物客で賑わいます。ライトアップして夜桜が楽しめる場所もあります。



スタッフ日記



シャチホコに座っちゃいました♪

昨年、離れて暮らす両親を誘い、静岡県まで旅行に行ってきました。熱海城の中にある金のシャチホコとともにパチリ！美味しい海の幸と温泉に癒され、家族水入らずの楽しいひとときを過ごしました。

以前は、よく家族旅行に出かけていましたが、社会人になってからはそれぞれの生活があり、だんだんと難しくなっていますね。これからも、できるだけ機会を作って沢山の親孝行をしたいな。



3月の旬な野菜

だんだんと暖かくなってきましたね。暖かくなると体温も上がり活動的になってきます。春は心も体も元気になる季節。しっかり栄養を摂り、健康な一年となるように弾みをつけましょう。

栄養を十分に摂るためには、「旬」な食べ物が大事。食べ物の「旬」とは「沢山採れる時期」、「最もおいしくなる時期」のこととして、自然の摂理で考えると、旬の時期の食べ物には栄養分が沢山含まれています。同じ野菜でも旬を外した野菜の栄養価は低くなることが分っておりますので、旬を知っておくことで栄養満点の食卓にすることが出来るかもしれません。



ゆんたくガイド

ちなみに3月の旬なお野菜は、ブロッコリー、カリフラワー、ねぎ、ふきのとう、にら、春菊、小松菜、かぶ、グリーンピースなどがあります。ブロッコリーはβカロテン、ビタミンC・Eが含まれていて活性酸素から細胞を守ったり、スルフォラファンという特有成分が発ガン物質を無害化したりするそうです。かぶにはジアスターゼといって消化を助け胃壁を守る成分が、含まれています。

シーズン毎の旬を意識することで効率よく栄養を体にいれることができ、発酵食品や食物繊維の豊富な食材も併せて摂る事で、より健康な体を手に入れることができますので、ぜひぜひご参考下さい。



企業実習 研修生がやってきた！



はじめまして
西田です

はじめまして、西田 収です。インターンシップ制度にて2月1日より「企業実習」を受けさせていただいております。「沖縄にここに元気島」の仕事への取り組み姿勢や企業理念。流通の仕組み。学ぶべきところが沢山あります。またタンカンの試食やノニの試飲など商品知識の習得と称しておいしい思いも若干しています。限られた時間ではありますが、できるだけ多くのことを学び少しでもお役に立つことができればと思います。どうぞ宜しくお願いいたします。

日頃私たちが取り組んでいる、お客様とのお付き合い、商品のことなどいろいろと勉強してもらいました。研修後もまた遊びにきてくださいね～。



お客様の作品コーナー

兵庫県 荘所さまの作品

兵庫県の荘所様より綺麗なスイセンが描かれたおハガキを頂きました。荘所様の優しさが伝わってくる味のある一枚です。絵手紙などの習い事をなされている訳ではなく、季節のお花を見ながら書いていらっしゃるそうです。沖縄県ではスイセンのお花をみかける事がありません。こうして全国のお客様と触れ合う事で各都道府県の季節を感じる事ができる事がとても嬉しいです。荘所様、素敵な絵手紙ありがとうございました。



3月のプレゼント

沖縄の海のミネラルたっぷりぬちまーす
●マイソルト30g
●海塩石鹸

2000年ミネラル含有世界一と、ギネスにも認定されたおきなわの海塩「ぬちまーす」。今回のプレゼントは、「ぬちまーすマイソルト30g」と、ぬちまーす配合の「海塩石鹸」。石鹸は合成界面活性剤を使わない無添加で、フコイダンやヒアルロン酸も配合したこだわりの。身体の中から外から、ミネラル成分を補給！美容と健康にお役立て下さい。

ご住所・ご氏名・ご年齢・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 沖縄にここに元気島「チャンブルー通信3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。

★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★

チャンブルーウコン

風邪も引かなくなりました。

お陰様で元気に78才になりました。ウコンのお陰で最近はお孫も引かず、昨年インフルエンザにかかった孫と一緒に寝ても大丈夫でした。毎日娘や孫の世話が出来て幸せな日々です。感謝合掌。

H・I様、インフルエンザも予防できたなんて、すごいですね！頃からの生活習慣と健康への気遣いで免疫力が強くなったのかもしれない。娘さんとお孫さんとの充実した日々は、これからもうチャンブルーウコンを宜しくお願いします。

いい伊礼

ノニザ☆プレミアム100

感謝の気持ちでいっぱいです。

主人は9月に大腸ガンの宣告をされ手術をしました。しかし、腹膜に散っているガンは手をつけられず、余命の宣告をされました。腸閉塞になった為、抗がん剤治療が10月末からとなり、その頃からノニを飲み始めました。朝・昼・晩食前に20㎖づつ飲んでいきます。抗がん剤治療は副作用(食欲不振・手足のしびれなど)が激しく本人もツライのですが、ノニは欠かさず飲み続けました。

抗がん剤投与(2週間に1度)を4回終え、手術から3ヶ月経過するのでCT検査をした所、12月24日の診断で「ガンが消失している」と言われました。今でも半信半疑です。先生は「抗がん剤が効いたね」と言っていたそうですが、ノニが抗がん剤の効果を高めてくれたような気がします。本当にありがたいです。まだ2ヶ月しか飲んでいませんが、これからずっと飲用させていただきます。ありがとうございます。

この度は、大変嬉しいお声をいただき、社員一同とても感激しました。ご主人をはじめご家族皆様の想いや努力が実を結んだ結果だと思えます。私達の商品を通して微力ながら少しばかりのお手伝いが出来たことを本当に嬉しく思います。引き続きお身体を維持できますよう、体を温めて、睡眠をしっかりとり、大いに笑い、楽しい毎日をお過ごし下さい。ありがとうございます。

静岡県 S・Sさま

チャンブルーウコン

健康診断の数値も正常です。

寒中お見舞い申し上げます。私は8年前、C型肝炎(ウイルス性)と医師に告げられ、肝臓にウコンが良いと友人から聞いたのでずっと飲み続けています。一年に一度、市の健康診断にも参加していますが、現在、肝臓の全ての検査に異常がなく、数値も正常値で、これもウコンのおかげだと思えるようになりました。感謝、感謝です。

大阪府 田中 八十江さま

田中様 承らんご愛顧賜り誠に有難うございます。検査結果も異常がないと聞いて大変なによいです。ウコンの有効成分クルクミンは、肝機能全般を協力サポートしてくれます。ウコンを摂って、田中様がずっと正常値内になれるよう、私たちもサポートいたします。今後ともよろしくお願いいたします。

いい江田

チャンブルーウコン

私にとって強い味方です。

先日定期検査を受けに行きました。前回、前々回とも肝臓の数値が高めだったので今回はドクターストップか注意をされるだろうと思っていたが、パソコンの画面を見てビックリ、正常値に近くなっていました。これもチャンブルーウコンのおかげです。少し多目には飲んでいますが、有難う御座います。酒好きの私にとって強い味方です。今後とも宜しくお願いします。

岡山県 M・Tさま

前よりも肝臓の数値が良くなり、本当に良かったですね。私もお酒が大好きで毎日の晩酌は欠かせません。そのため、毎日チャンブルーウコンを5〜6粒飲んでいきます。酒好きにはとても強い味方ですが、肝臓は物言わぬ臓器ですから、定期的な検査とチャンブルーウコンをしっかり健康管理していきましょうね。お薬書ありがとうございます。

いい飯田

ニコゲン元気な写真・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、生写真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、掲載させていただきます。

〒903-0126 沖縄県中頭郡西原町字棚原235-1
(株) 沖縄美健 沖縄にニコゲン元気島
『チャンブルー通信「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。

すべてのお便りのあて先

～ニコゲン元気島からのご案内～

※通信記事リクエスト！
チャンブルー通信に載せて欲しい記事、とりあげて欲しい「モノ」「コト」などがありましたら、ぜひぜひお教え下さい。

※チャンブルーウコン用の「携帯ケース」差し上げます。
チャンブルーウコンをご利用のお客様で携帯ケースを「無くした」、「コワレタ」、「もう一つ欲しい」などご必要がありましたら遠慮なくお申し付けくださいませ。次回お届け時に同封させていただきます。

※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。)

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
ハガキ 売上明細書についている「お客様の声ハガキ」をご利用ください

ウチナー

島々めぐり

屋我地島と今帰仁村天宮を結ぶワルミ大橋は全長990m。コンクリートアーチ橋としては全国5番目の長さ。青い美しい海に架かるワルミ大橋、古宇利大橋と2つの橋が楽しめる「ハイライトロード」は最高ですよ！

ワルミ大橋

こうりじま 古宇利島

島データ

周長	約7.9km
面積	約3.13km ²
人口	約382人 (2010.12現在)

昨年12月18日に沖縄本島北部の新名所ワルミ大橋が開通し、3月には記念マラソン大会が開催されるなど、ホットな話題の島が古宇利島。古宇利島は今帰仁村に所属する有人島ですが、今帰仁村からは直接古宇利島に行けず、行政上いろいろ不便があったそうです。このワルミ大橋の開通は、今帰仁村や沖縄美ら海水族館、本部半島からのアクセスがスムーズになり、行政サービス向上や観光振興に大きな期待がかけられています。2005年に古宇利大橋が開通するまでは、半農半漁ののどかな離島だった古宇利島は、今ではサンゴブルーの海峡を渡る絶景ドライブコースとして観光客が激増。島特産のウニ丼や海ぶどう丼などが食べられるカフェや食堂、宿泊施設などもオープンしています。また古宇利島は沖縄版アダムとイヴ伝説がある人類発祥の島と言われ、二人が生活したという半洞窟や、遺跡、古くからの祭祀が島の人々によって今尚、継承されている民俗学的にも貴重な島です。

しま ちむぐくろ

島肝心

海開き

どこよりも早い夏を沖縄から宣言します。

日毎にまぶしくなる陽射しの下、青い海がキラキラと輝きだすといよいよ南国沖縄に海の季節がやってきます。全国の先陣を切って海での遊泳が解禁となる沖縄では、夏を待ちきれないように3月中旬から次々と各地のビーチで海開きが宣言されます。浜辺では、夏を先取りしようと水着になった子どもたちが合図と同時に一斉に海へと駆けだし、まだ、ちよっと冷たい水しぶきを飛ばして元気にはしゃぐ光景が広がります。

日本一早い海開きを予定している本島南部にあるあざまサンサンビーチでは、ダンスコンテスト「HAI-SAI 2011」も同時開催され、全国の予選を勝ち抜いてきた参加者も一緒になって今年初の海のイベントを賑やかに楽しみます。

また、石垣島の底地ビーチでは、毎年恒例のミス八重山のお披露目や郷土芸能マリンスポーツ大会に沖釣り大会などが開催されるほか、今年からは「Pリーグランプリ」を開催し、パフォーマンSNSNO1を決定するなど、盛り沢山の内容で盛り上げます。

4月になるとさらに沖縄各地で海開きのラッシュ。それぞれのビーチで趣向を凝らして開催される海開きでひと足早い夏を楽しんでみませんか。

肝心 (ちむぐくろ)

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

沖縄の昔ばなし

浜下りの由来

昔、美しい娘が乳母と2人で暮らしていました。年頃の娘をお嫁さんにほしいという若者が何人も訪ねてきましたが娘は首を縦に振りませんでした。ところが、娘のお腹がふくらんできたので、乳母は不思議に思い娘に聞いてみると、「夜になると美しいお侍が現れ、とても楽しくお話しするのですが、すぐに眠くなってしまふのです」というのでした。乳母は心配になって占い師にみてもらうことにしました。すると「それは人間ではありません。今度その男が現れたら、かたかしらに麻糸のついた針を通して、その後を追ってみなさい」といわれました。たいそう驚きましたが、娘を守るために占い師のいう通りにし、後を追うことにしました。糸をたどっていくと村から遠く離れた森の奥のほこらへと続き、おそろおそろ入っていくと中には頭に糸のついた大きな蛇がいるではありませんか。飛び出すように逃げ出しもう一度、占い師のところへ相談にいきました。すると旧暦の3月3日の大潮の日に海に入り、若と若の間を飛び越えさせると、娘は元の清い体になると教えてくれました。喜んで乳母はその日がやってくると、娘を連れて朝早く海岸に出掛けました。娘に海水で体を清め、岩の間を飛び越えさせると、娘のお腹のふくらみはなくなり、元のきれいな体になりました。それから沖縄の女性は旧暦の3月3日になるとご馳走を持って海に出掛け、1日を過ごすようになったということです。

これは大変だ！