

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。

今月の沖縄の平均気温→26.6度

3月11日(金)に発生した東北地方太平洋沖地震により亡くなられた方のご冥福をお祈り申し上げますとともに、被災された皆様とご家族の方々に心よりお見舞い申し上げます。

「跡継ぎ問題」

企業の合併や吸収の大きな理由の一つに、「業績は悪くないのだが、後継者がいない」という例が増えているという。

先日、父(弊社会長)と、雑談中、後継者の話になった。僕は、現在、39歳。息子は、1歳。「うちも、大丈夫かなあ?」というと、父はなんと…。「孫は、もっと『大物』にさせる。アメリカに留学させる。」とビックリ発言をした…。

僕は、「自分の息子は、『小物』とでもいいのかわーっ。(怒)」と反論したくなったが、言われて小物の気分になってしまったため(この時点で小物の証、心の中にとどめた。(笑))

それはさておき、「後継者教育」とは何か?と考えた。もちろん、「継いでほしい」という気持ちはあるが、「会社は社会の公器」なので、本人に実力がなかったり、その気がなければ、無理。幼少のころから、「お前は、この会社の後を継ぐんだぞ。」という教育も一つの方法だが、無理やり親から押し付けられても、果たして、本人や周りにとっていいことなのだろうか?そういうことを考えながら、一つ結論に達したのは、息子のほうから、「お父さん、この会社を継がせてください」といってもらえること。つまり、会社を魅力的に、楽しくやりがいのある会社にするか?結局は、僕自身の力量の問題だということに気づいた。

また、経営者にその意気込みがあれば、後継者のためだけではなく、お客様やスタッフにも永久に魅力的な会社になるだろう。

「後継者」問題は、実は、会社にかかわるすべての人々の幸せづくりに関わっているし、継ぐほうでなく、継がせる方の力量の問題なのである。子に頼る思考より、

今は自分を磨く時期である。



代表 本村 周一

代表本村 ブログ

周ちゃん社長

検索

今月の元気な
ご長寿さん

桃原 トシ子さんさん ●82歳(昭和4年生まれ)

美しい海が間近にある自然いっぱいの環境で育ったトシ子さんには、子どもの頃の忘れられない素敵な思い出があるそうです。「私の小さい頃は、毎日学校から帰ったらすぐに家の手伝いをして、休みの日には畑仕事と遊ぶヒマもなく一生懸命働きましたよ。楽しみは月夜の晩に海で泳ぐこと。月明かりで海がキラキラ輝き、その中で泳ぐ私は人魚でしたよ」と、照れながら話すトシ子さんは、いまでも夢みる少女のように可愛らしい笑顔です。これからも家族やお友達と一緒に、楽しいことや嬉しいことをたくさん経験して、ロマンチックな思い出をいっぱい、作ってくださいね。トシ子さん。



ご紹介制度のご案内

お客様の友人(同級生・茶飲み仲間・サークル仲間)をご紹介してください!

「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、沖縄にここに元気島の商品をご購入の方へご紹介下さり、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。

ご紹介した方もされた方も
もらえる
プレゼント!



◀◀ チャンプルー
ウコン
93 粒



◀◀ すきっと
美味しい
ノニミックス
900ml



◀◀ ノニザ★
プレミアム
100
900ml



◀◀ 生きる
フコイダン
150 粒



◀◀ かるいっぽ
30 粒

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



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、沖縄にここに元気島にお電話下さい。☎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



※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、ご紹介者様と同居にお住まいの場合。
- 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5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 300ml
- ④生きるフコイダン初回お試し半額
- ⑤かるいっぽ 10粒

※2「本商品」とは、以下の5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 900ml
- ④生きるフコイダン150粒
- ⑤かるいっぽ30粒

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
93%
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

生きるフコイダン

検索

かるいっぽ

検索

にここに元気島 スタッフブログ

検索

お問い合わせはコチラまで!
(株)沖縄美健 沖縄にここに元気島

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

にこげん倶楽部

Nikogen Club

ノニザ☆プレミアム100

効果が早く伸びていきました。

北海道 K・Tさま (愛飲歴: 1年4ヵ月)

札幌もやっと夏らしい時期になって来ました。早いもので「ノニザ☆プレミアム」を飲み始め、1年4ヵ月になりました。主人も定期検査で高かった中性脂肪も低くなり喜んでいました。知り合いからも検査で「下がった!!」と報告があり、早い効果にびっくりしています。ご夫婦で愛飲しているこの事。紹介した甲斐がありました。私共もこれからもう一つと続けて飲んで行きたいと思っています。感謝。



K・T様 嬉しい報告ありがとうございます。

やはり、飲み始めて2ヶ月を過ぎると継続し飲まれている結果が表れたのではないかと思います。ノニには沢山の栄養成分が含まれております。1日キャップ1杯を目安に、これからも愛飲してくださいね。K・T様ご夫妻ご友人ご夫妻がずっと健康でいられるように。



チャンブルーウコン

ウコンに出会えて良かったです！

千葉県 田口 武夫さま (愛飲歴: 6年)

ウコンを飲み始めてからとても肝臓の数値が良く、8月17日に人間ドックを受けましたが安心していきます。ウコンに出会えて本当に良かったです。ウコンを入れる容器がありましたら、お願いしたいのですが…。



田口様、肝臓の数値が良いとの嬉しいお声を寄せていただき、ありがとうございます。人間ドックの結果はいかがでしたでしょうか。また、良いご報告をお待ちしております。今後とも、田口様の健康のお供に「チャンブルーウコン」を宜しくお願いします。



かるいっぽ

かるいっぽに出会えて良かったです。

沖縄県 T・Kさま (愛飲歴: 4ヵ月)

何年も前から膝が痛く、あちこち治療院通いをしましたが治りませんでした。知人の紹介で、「かるいっぽ」を飲んで、かなり良くなりました。これからも続けて飲んで、治したいと思います。「かるいっぽ」に出会えて良かったです。



膝が痛いのは、ソライ症状のひとつですね。膝関節の病気や予防のためにも、これからも積極的に「かるいっぽ」を続けてお飲みいただけると嬉しいですね。

お便りありがとうございます。



すきと美味しいノニミックス

子供と一緒に飲んでいきます。

神奈川県 K・Nさま (愛飲歴: 2年)

毎日、ノニミックスジュースを子供と一緒に飲んでいきます。大変飲みやすくお陰様でとても健康です。これからも飲み続けたいと思います。



小さなお子様から大人まで、どなたでも気軽に召し上がっていただける「すきと美味しいノニミックス」は、とても人気があります。ただ、ジュースを混ぜているのではなく、体に良いとされる成分がたくさん含まれているので、ノニ以外の良い成分も摂ることができ、さらに美味しい。一石二鳥ですね。これからもご家族でぜひ愛用くださいませ。お葉書ありがとうございます。



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。



すべてのお便りのあて先

〒901-1304 沖縄県島尻郡与那原町東浜95-6
(株) 沖縄美健 沖縄にこにこ元気島
『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。

～にこにこ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。
- ※お引越予定のあるお客様へ
お引越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 商品お届け時に同封されております「お客様の声ハガキ」をご利用ください。

伊良部島の美しいサンゴの海を堪能する青の洞窟ツアーなどマリンスポーツが楽しめますよ。

ウチナー島めぐり

伊良部島

島データ

周長	約26.6km
面積	約29.08km ²
人口	約5,899人(2010.3現在)

毎年10月になると渡り鳥のサシバ(ワシ・タカの仲間)が飛来してきて秋の風物詩としてニュースで紹介される伊良部島は、宮古島から北西へ約5km、定期船で15分ほどの距離にあります。宮古諸島の中では宮古島について大きな島で、平成17年に宮古島周辺の自治体と合併するまでは宮古郡伊良部町の中心でした。

主な産業は、宮古唯一の漁港で伊良部島の海の玄関口佐良浜港からでる南方カツオ漁を中心とした漁業とサトウキビなどの農業。また切り立った断崖が続く海岸線や、真っ白な砂浜がどこまでも広がる渡口の浜、夕日の名所で日本の渚百選にもなった佐和田の浜など、ダイナミックなダイビングスポットや美しいビーチが数多くある伊良部島はマリンスポーツを楽しむ方たちの憧れの島として多くの観光客が訪れます。なお現在、伊良部島と宮古島とを繋ぐ伊良部大橋を建設中で、利便性の向上により医療や教育面の充実、物流の拡大、観光の活性化など暮らし良い島に向かって進んでいます。

世界のウチナ〜ンチュ大会

世界で活躍するウチナ〜ンチュがやってくる

沖縄では戦前から戦後にかけて夢を求めて多くの人が移民として海外へと旅立ち、現在、世界各国には約40万の県系人が在住しているといわれています。「世界のウチナ〜ンチュ大会」は、そんな世界で活躍する県系人が故郷である沖縄に集い、その功績を称え合うとともに、ウチナ〜ンチュのネットワーク発展を目指す5年に1度開催されるビッグイベントです。第1回目の開催となった1990年には世界17カ国41地域から2千397人が参加、回を重ねるたびに参加人数を増やし第5回を数える今大会は前回の4千937人を上回ることが予想されています。

また、ウチナ〜ンチュのアイデンティティを次世代に継承すること、も目的のひとつとして挙げられ、異国で生まれ育った世代にルーツを教えるようと孫やひ孫を連れて来県する方も少なくありません。大会は10月12日に前夜祭を含め、13日の開会宣言から16日の閉会式までの5日間、ビジネスフェアやシンポジウムなどをはじめ、ゲートボールやフットサル大会、世界エイサー大会など、さまざまなイベントが目白押しで大いに賑わいます。

この特別な5日間は世界中からやってくるウチナ〜ンチュとともに沖縄が熱く盛り上がりそうです。

肝心 (ちむくろ)

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ネ!!「肝臓」をいたわって「真心」を育みましょう!!

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。

材 料 (3~4人分)

沖縄そば……………400g
 ポーク缶……………1/3缶
 キャベツ、ニンジン、ピーマン
 モヤシ、玉ねぎなど……………適量
 ケチャップ……………大さじ4
 塩コショウ……………少々
 炒め油……………適量

1 野菜類は洗って、食べやすい同じ形に切り揃え、ポークは細い短冊切りにする

2 沖縄そばはタッブリのお湯の中に1分程入れ湯通したらザルに移し水切りする

3 フライパンに油を敷きポークを入れ少しこんがり焼き一旦とりだす。火の通りにくい野菜から炒めはじめ最後のモヤシを入れる時にポークと沖縄そばも加え、一気に炒め、ケチャップを回し入れ塩こしょうで味を調える

※沖縄そばが手に入らない場合は中華麺で、ポーク缶は豚肉やベーコン、ソーセージなどでもOK
 ※お好みで目玉焼きや紅しょうが、刻みネギなどをトッピングするとより美味しい

スタッフのおすすめお店



今回は、那覇市
泉崎にある Cafe
Bar La mia (カ
フェバーラミー

ア)を紹介したいと思います。
県庁から、バスターミナルの
中間ぐらいの少し路地に入っ
た場所にあります。カクテル
コンテストを受賞した「泡盛
マイスター」がいるお店で、
手作りピザや美味しいパスタ
を食べながらお好みの泡盛カ
クテルを作ってくれます。
ネットで調べていくとお得な
情報もいろいろありますよ。

Cafe Bar La mia
(カフェバーラミーア)

住所:〒900-0021

沖縄県那覇市泉崎1-8-6

与世川ビル2F

電話:098-861-9227



金城



スタッフ日記



お風呂もだいすき!



笑顔で元気いっぱい!

最近の伊礼の癒しは…

3月4日(三線の日)に生まれた甥っ子でございます。

一週間に一度、実家にお泊りに来る日に合わせて、私も実家に
寄るのが日課となりました。男の子ですが、愛嬌たっぷりでニ
コニコ笑うので、スーパーなどで買い物の時に、見知らぬ人か
らも可愛がられております。完全なる“伯母バカ”で
すが、韓流スターやジャニーズよりも、この可愛くて
しょうがない小さな男の子に夢中な日々です。



伊礼

本村代表の

わがやな 沖縄クイズ

Q 「祖国復帰記念の碑」が建っているのは
どこでしょうか。

- ① 真栄田岬
- ② 東平安名崎
- ③ 喜屋武岬
- ④ 辺戸岬



どれか
わかるかな



本村代表

10月のプレゼント 抽選で5名様に

私が選みました!



喜久川



すういっつわ

ターナムパイ

主に南西諸島各地で栽培される「田芋」は水田で栽培
することから「水芋」とも呼ばれ、沖縄方言では「ター
ナム」と親しまれています。田楽にしたり、から揚げに
して砂糖醤油味など、正月料理には欠かせない素材の
一つです。そんな「ターナム」をスイーツにしたのがコレ。
ずっしりと重みのある「ターナムパイ」はとてもあっさり
して、程よい甘さで美味しいですよ。

ご住所・氏名・ご年齢・お電話番号をお書きになり、平成23年11月10日
下記のあて先までご応募ください。

〒901-1304 沖縄県島尻郡与那原町東浜 95-6

(株)沖縄美健 沖縄にこにこ元氣島「チャンプルー通信10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★

恩納村 名嘉真にあるビーチです。
白い砂浜とコバルトブルーの海がとてもキレイな静
かなビーチです。
歩いて5分の場所には、数多くのペンションが立
ち並び「希望ヶ丘」があります。夜はペンションでB
BQや花火を楽しみ、昼は、このビ
ーチで潮干狩りや泳ぎ、ダイビング
できるのでオススメです。



米山



波が穏やかで朝陽がたつを
忘れてしまいます。



海水浴、バーベキュー
みんなでビーチでワイワイ!

元氣島写真館



おすすめ商品のご案内

黒糖しょうがぱうだー

毎年寒くなると、ご注文が殺到する

黒糖しょうがぱうだー

3ページ 柏原 幸代先生のコラムでも紹介され
ていますが、『病気の原因は体の冷えから』とも
言われるほど、体を温めることはとても大切な
ことです。『黒糖しょうがぱうだー』で芯から体
を温めて、健康に快適に過ごしましょう。

● 黒糖しょうがぱうだー 200g

1袋 490円(税込) 送料別途105円

3袋 1,350円(税込) 送料無料

10%
割引
まとめてお得!



冷え性さんにも
おすすめです!

体の芯から
ポカポカ

食べて元気！ 食べてキレイ！！

～あなたをニコニコ元気にするちょっとイイ話～

あなたの健康を応援します！

残暑とは、立秋(8月8日頃)から秋分(9月20日頃)までの暑さの事を言います。

今年は、8月に入り猛暑が続き、8月中旬過ぎに一時的に涼しい日が続く等、例年以上に温度差のある残暑ですよ。

さて最近、夏の猛暑によるダルさ(つまり夏バテ)ではなく、8月の終わりもしくは9月に入り気温が涼しくなってきた「なんとなく疲労感が残っている」「食欲が出ない」等と感じる方も増えているようで、「残暑バテ」なんて言葉も生まれています。

残暑バテの原因

「残暑バテ」の原因として、様々なことが言われています。

たとえば、①室内と室外の温度差が激しい事による体温調整に対するストレスや、湿度によるストレスによって自律神経に負担がかかる。②睡眠の質の低下。暑さによる寝苦しさ、もしくは、涼しい一定の温度内で眠ることによってかえってカラダを冷やしてしまっている等③水分の取りすぎ④食欲低下によるエネルギー不足…等

特に今年は、節電の影響で扇風機(サーキュレータ)が非常に売り上げを伸ばしたようですが、この扇風機(サーキュレータ)も、寝苦しいからと体に風が直接あたるようにしてしまう事で、かえってカラダを冷やしてしまい、ダルさを残してしまう原因にあるようです。

カラダ冷えていませんか？

この暑い夏に「冷え」なんて、無縁だと思っていらっしゃる方も多いかもしれませんね。でも、私たちは暑さ対策として①エアコンや扇風機(サーキュレータ)を使う②冷たい飲み物を飲む機会が増える③冷やし麺などを食べる機会が増える④湯船に浸からずにシャワーで済ませてしまう事が多くなるなど、快適に過ごしたいと考え実行している事が、かえって気づかないうちにカラダを冷やしている事があります。

カラダが冷え、食欲不足でエネルギーが十分にカラダに入っていないと、代謝力が落ち疲れやすくなったりします。大人になると、なかなか熱を測る機会もなくなるとは思いますが、少し疲れているな?…と、この時期思うのであれば、一度ご自身の体温を測ってみてはいかがでしょうか。実は免疫力が活発に働く体温は、36度5分とされています。そしてこの体温が下がるにつれ免疫力が低下することが分かっています。

最近は男性でも35度台の平熱の方が増えてきています。健康のためには、まず免疫力が活発に働きやすい36度5分前後にご自身の平熱を維持することも大切です。

季節は「食欲の秋」。夏の疲れを取るためにも、体温を維持するためにも、美味しく、楽しく、旬を味わい、エネルギーをきちんとチャージしたいですね。

☺「カラダの冷え」におすすめ『黒糖しょうがばうだー』詳しくは前ページ(P2)下部をご覧ください。▶▶▶



かしわばら ゆきよ
柏原 幸代

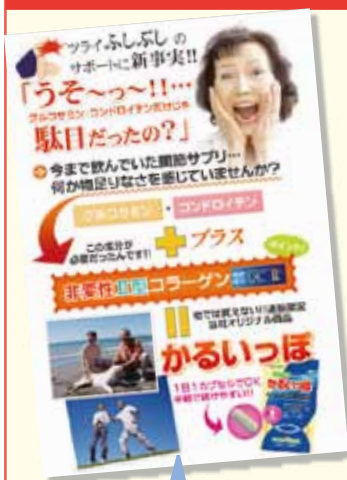
管理栄養士
食ライフデザイン株式会社 代表取締役
健康食育検定協議会 理事長

共立女子大学食学科管理栄養士コース卒業後、流通業界で働きながらスポーツインストラクター養成スクールに通い、身体のことを学ぶと共に心身を鍛える。現在は、食ライフデザイン株式会社を設立し、栄養士の育成と栄養士の活動フィールドを広げる取り組みを行っている。



インターネット最大級の総合ショッピングモール

楽天市場



楽天 かるいっぽ



楽天 すきと



楽天 ウコン

楽天 プレミアム



ここに元気島出店いたしました！

どうぞご利用ください。

インターネット検索窓

沖縄にここに元気島 楽天市場店

検索