

健康家族のおてつだい！！  
食べものこだわりショップ

# 和楽屋

SAFETY & QUALITY FOODS

熊本市北区武蔵ヶ丘8丁目6番5号

Tel 096-339-3604 Fax 096-339-3647

定休日 毎週 日曜日 営業時間 午前10時～午後7時



<http://www.warakuya.com/>

平成30年10月号

10月

11月

日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6					1	2	3
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	

◆◆◆◆営業のご案内◆◆◆◆

ピンクの網掛けがお休みです。  
毎週木曜日はWスタンプセールです。店頭にて  
お買い上げの際にはスタンプを通常の2倍差し



毎週木曜日はWスタンプセール実施中です。

## 和楽屋からのメッセージ



### 食べ物と肌の関係

最近お肌の調子はいかがですか？くすみや肌荒れ、気になりませんか？肌は体の健康状態、内臓の状態を映す鏡といわれます。

最近の研究で、腸内菌が健康に大きな影響を与えているのがわかってきました。

肌のトラブル解消、美肌づくりのキは『腸』にあるといえましょう。

そして、腸を健康にするもしないも、あなたが食べる物しだい。

今回は、食べ物と肌の関係を探ってみました。

### 腸の状態は大きな便りが教えてくれる

体の中の見ることはできませんが、その状態は便でわかります。嫌な臭いがほとんどなく、バナナのようなうんちがするりと出れば、腸は善玉菌優勢で健康。反対に下痢や便秘、臭いがきつい便は悪玉菌が優勢のあかし。



女性は便秘になりやすく、そのため悪玉菌優勢になりがち。そして、女性の死因第一位がガン、中でも大腸ガンがトップというのはこわい話です。

### 腸のケアは食物繊維と発酵食品で



善玉菌を優勢にして腸を健康にするには、食べ物選びが第一。まず、悪玉菌を増やす肉類は控えます。そして、善玉菌のエサになり、腸内の老廃物を排出してくれる食物繊維をたっぷり摂ること。ただし、ごぼうなど野菜に多く含まれる不溶性食物繊維と、海藻やきのこなどに多く含まれる水溶性食物繊維の両方を摂るのがポイントです。また、発酵食品を積極的にとり入れるのも大切。発酵食品の菌は生きてそのまま腸に届かなくても、善玉菌を殖やしてくれます。

(日本CI協会発行LifeisMacrobioticvol28から。)

## 季節限定チョコ入荷しました。

### ジャンプボックスチョコレート

“甘さすっきり・少しほろにが”

秋冬限定のチョコレート商品に、少し大きめの一口タイプが加わります。持ち運びしやすい箱入りですので、おやつやおつまみ、行楽のおともにもお楽しみいただけます。



季節限定 ビッグアーモンドチョコレート  
砂糖の代わりにパラチノース・還元麦芽糖水飴を使用。  
価格:1,577円(税込)



ミルクチョコレート  
北海道産牛乳をたっぷり使ったミルクバターを使用。  
価格:346円(税込)

## おしらせ

### ★ 特別予約販売

- ・ 申し込み締め切り 10月8日までにお願いします
- ・ 商品引渡し日 10月11日から行います





# 今月のおすすめ商品

和楽屋は安全でおいしい食べ物・安全な化粧品をお届けします。

## ● チョーコー 本場長崎ちゃんぽん鍋つゆ

30mlx4袋 定価 378円  
 チョーコー醤油が作り上げた、「本場長崎ちゃんぽん・白湯(パイタン)ベースの鍋つゆ」です。ポークとチキンの絶妙なブレンドで「本場仕込み」の濃厚な味わいをお楽しみいただけます。



特別価格 **¥340** (税込)

## ● チョーコー チョイ辛旨みそ鍋つゆ

30mlx4袋 定価 378円  
 三種のみそ(麦みそ、米みそ、豆みそ)のこだわりブレンドにポークとチキンの旨さをプラス。コク深い味わいをお楽しみいただけます。チョッピリ辛口でほかほかあたたまる。鹿児島県産「南国元気 鶏」・北海道産ホタテ使用、化学調味料無添加です。



特別価格 **¥340** (税込)

## ● 健康食品 和砂糖

800g 定価 524円  
 国産のサトウキビの旨みを残した風味豊かなお砂糖です。上品なほのかな香りとじわっと広がる癖のない甘味! 滋養分(ビタミン、ミネラル)。色々な料理に使って頂ける身体にやさしいお砂糖です!



特別価格 **¥471** (税込)

## ● コジマフーズ 有機活性発芽玄米

500g 定価 778円  
 有機JAS認定米を原料とした発芽玄米です。有機栽培で育てられた米の生命力と活性化された栄養をあわせてご賞味下さい。



特別価格 **¥700** (税込)

## ● ムソー 練り胡麻(白・黒) 240g

240g 定価 713円  
 軽く炒り上げた白胡麻・黒胡麻を、皮を剥かずにより潰しペースト状にしました。苦味が出ないよう、軽く炒り上げた胡麻を、粒子の細かいクリーム状にしました。ごまの香りが生きています。ペースト状ですので、和え物やごまだれ等が手軽に作れます。



特別価格 **¥641** (税込)

## ● ムソー 地鶏めしの素・2合用

166g 定価 512円  
 地鶏肉に国内産の人参、ごぼう、まいたけ、椎茸を合せた炊きたてご飯に混ぜるだけの地鶏めしの素です。炊立てご飯(2合)に1袋を混ぜるだけで、本格的な地鶏飯が出来上がります。☆国産の野菜(にんじん、ごぼう、まいたけ、しいたけ)を使用しました。☆常温保存可能なレトルトパウチ商品です。



特別価格 **¥460** (税込)

## ● サンコー ミルクキャラメル

180g 定価 324円  
 ミルク風味の美味しさに三温糖を加え、フレッシュアップしたひとくちサイズのキャラメルです。癖になる美味しさです。



特別価格 **¥291** (税込)

## ● マルクラ 国産 黒米あま酒

250g 定価 357円  
 国産産米のみを使用し、岡山県矢掛町の黒米を混ぜて造った甘酒です。黒米は、中国の歴代の皇帝が長寿のお米として、大切に食してきたお米です。収穫量も少なく、脱穀にも手間が非常にかかるためたいへん高価なお米です。2倍から3倍程度に薄めてお召し上がりください。



特別価格 **¥321** (税込)

## ● 寿草 大豆からあげ

80g 定価 378円  
 植物タンパク100%。鶏肉のような食感ですのでお肉の代用として利用できます。下味がついていないので、からあげ、炒め物、煮込み料理などの料理にアレンジできます。下味をつけて揚げると、鳥のからあげそのものの風味です。炒め物、煮込み料理にもどうぞ。



特別価格 **¥340** (税込)

## ● ミトク バルサミコ酢

250ml 定価 1,058円  
 モデナ産の有機栽培ぶどうの果もろみ(ワインとなるブドウジュース)と、熟成状態が様々なピネガーから得られたバルサミコ酢です。濃厚なコクと旨味で、肉・魚料理、煮込み料理の隠し味やソースに使えば、料理が一層美味しくなります。酸度 6%



特別価格 **¥952** (税込)



# 今月のおすすめ商品

# 和楽屋が自信をもっておすすめする健康維持食品です。

NO 131・132 【メーカー】スカイフード

## スカイCa(顆粒・粒)

容量 360g 定価 ¥10,800  
115g ¥4,104

お勧めポイント

発酵法で砂糖大根を原材料に作られるL型乳酸カルシウムは、動物由来の原材料は一切使用していません。だから、体に優しく、吸収率が優れ、お料理に使えるカルシウムです。ご飯を炊くときに混ぜれば家族全員が補えます。



【特別価格】 360g ¥9,720 115g ¥3,694

NO 133 【メーカー】やまと酵素Crest(株)

## セイエイ

容量 1,200ml 定価 7,020円

お勧めポイント

植物原料に含まれる植物性酵素群はもちろん有機アミノ酸群、ビタミン群有機ミネラル等健康の維持、栄養の補給に重要な成分が豊富に含まれています。



【特別価格】 ¥6,318

NO 134 【メーカー】中国大和酵素

## 幸うん爽美茶 30包

容量 30包 定価 3,888円

お勧めポイント

ほうじ茶タイプのデトクティですので、日本人に飲みやすいお茶となっております。そして原材料も安全安心な13種類を使用。センナ・ダイオウなど薬事法に抵触する原料は一切使用しておりません。一日の終わりに飲めば翌朝スッキリ。



【特別価格】 ¥3,500

NO 135 【メーカー】大和酵素

## 酵源

容量 30包 定価 3,780円

お勧めポイント

胃の消化を楽にする、たんぱく質分解酵素(プロテアーゼ)、脂肪分解酵素(リパーゼ)、炭水化物分解酵素(アミラーゼ)などの消化酵素を、簡単に手軽に補給することができます。



【特別価格】 3g×30包入り ¥3,402

NO 136 【メーカー】ミドリムシカンパニー

## ユーグレナ(和名:ミドリムシ)

容量 90粒 定価 7,020円

お勧めポイント

栄養満点で、吸収の良いユーグレナ。たっぷり59種類の栄養素が含まれているのは動物と植物の両方の性質を持ち合わせている珍しい藻だから。和名ではミドリムシと呼ばれていますが、虫ではなく、藻なのです。



【特別価格】 ¥6,318

NO 137・138 【メーカー】オーサワジャパン

## 植物性乳酸菌生成エキス

5ml×30包 定価 4,860円

お勧めポイント

腸内乳酸菌をサポートする植物性乳酸菌のサプリメント。16種類の乳酸菌を豆乳で発酵させ1年間熟成後、有効成分のみを独自製法で抽出しました。液体タイプ植物性乳酸菌。そのまま、または水などで薄めて、1日1~2包を目安にどうぞ。しいタイプの乳酸菌食品。



【特別価格】 ラクティス(5ml)30 ¥4,380

NO 139 【メーカー】太陽食品

## ハトムギ酵素

容量 2.5g×60包 定価 4,644円

お勧めポイント

ハトムギ酵素は、美容によりアミノ酸を多く含む国産ハトムギと、国産有機殻付きハトムギ、国産有機ハトムギ若葉、そしてお腹の健康をサポートするフルーツ酵素、オリゴ糖、有胞子性乳酸菌の6種類の原料をブレンドした「体の内からきれい」を提案する美容サプリメントです。



【特別価格】 ¥4,180

NO 140 【メーカー】島本微生物工業(株)

## バイエムコーソ(粉末)

容量 300g 定価 3,086円

お勧めポイント

天然野生の強力な酵母菌と好気性食用微生物を総合培養し、醗酵させ粉末状に加工した強力植物性醗酵食品です。ピンを食卓に置いて、食後等にスプーンで一口と手軽に酵素補給ができます。



【特別価格】 ¥2,778

NO 141 【メーカー】フジワラ化学

## オイスターFゴールド

容量 2g×30袋 定価 7,560円

お勧めポイント

カキ肉エキスには、現在注目の核酸関連物質や亜鉛、タウリン、アミノ酸などがバランス良く含まれています。また、酒席の前にもお勧めです。



【特別価格】 ¥6,804

NO 142 【メーカー】大和酵素

## シェリール

容量 5g×30包 定価 4,104円

お勧めポイント

60種類以上の野菜・果物・海藻より発酵抽出した植物酵素に、食物繊維を豊富に含んだインド原産のサイリウムと、腸内の善玉菌である胃酸に強いロンガム種ビフィズス菌を配合した食品です。



【特別価格】 ¥3,694



# OLIVE OIL For Beauty Care

無添加

ベビーオイルとしてもお使いいただける、  
100% 純粋オリーブオイルです。

無添加

バージンオイル200mlお  
買い上げに20ml小びん1個プ  
レゼントします。数量限定

さらっとなじんで、  
べたつかない  
100%純粋オリーブオイ

お顔だけでなく身体や髪、肌など  
全身のお手入れ。またベビーオイルとしても  
お使いいただけます。

オリーブマン  
化粧品用オリーブ油  
＜化粧用＞

30ml (1.014oz)

1,080円  
（税込）

200ml (6.76oz)

4,104円  
（税込）



## 日本オリーブ

天然保湿成分オリーブオイルを配合したシャンプーやせっ  
けんは、肌にかかる負担を少なく、マイルドに洗いあげます。

ナチュラルマインド  
ボディシャンプー

ナチュラルマインド  
ヘアリンス

ナチュラルマインド  
シャンプー



オリーブの美髪  
成分と海藻のエ  
キス配合のリンス

1,080円

フレッシュシトラス  
&フローラルの香り  
のボディーション

1,296円

天然保湿成分配  
合でトリートメント  
効果の高いシャン

1,080円

## シコリーブ 薬用スキンクリーム

天然保湿成分シコン、オリーブを  
配合したクリーム。手だけでなく、  
顔や全身の肌荒れでお悩みの方  
におすすめします。

180g 価格(税込): 2,160円



## カツウラ化粧品 ビューティアップセミナーのご案内

日時: 10月19日(金) 13:30~/18:30~

場所: くまもと県民会館バレー9F 会議室3

共催: カツウラ美学研究所  
カツウラ化粧品  
カツウラコスメプラザおおき

### Program

- 1.カツウラ講習会  
カツウラ化粧品 社長 勝浦が  
「カツウラのあれこれ」をお話します。
- 2.カツウラコスメのお手入れガイド  
お手入れ法と商品の説明をいたします。
- 3.お楽しみ抽選会

参加者全員に、素敵なプレゼントをご用意しております。

皆様のご来場をお待ちしております。

【お問合せ】

セミナーへの参加を希望され  
る方は店頭までお願いします。



KATURRA

数量  
限定

## フローテセット

KATURRA

2018年9月 日( )~なくなり次第終了

フローテAとサボンエフのW効果で、  
くすみをすっきりリセット!  
透明感を感じる、  
しっとりなめらか肌に。

しっとり  
すべすべ



+

なめらか  
すべすべ  
透明感



サボンエフ(石けん)  
1,728円(税込)

吸着効果で汚れを落とすスキンゲ  
ア石けん。  
低刺激で洗い上がりしっとり。

フローテA(角質ケア洗顔料)  
4,320円(税込)

保湿成分でつくった角質ケア。  
古い角質を吸着しておだやかに取りのぞ  
き、なめらかでうるおいが続く肌に。

特別限定価格

通常価格  
6,048円(税込) ▶ 4,320円(税込)

フローテAの価格でサボンエフも試せるチャンス!