

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



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

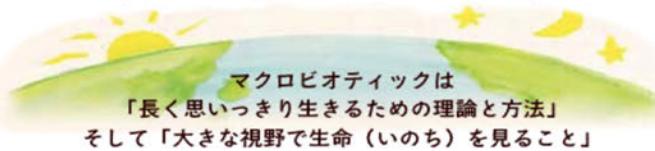
和楽屋からのメッセージ

●マクロビオティックについて

初めてこの言葉を聞いた人は、なんだか難しそう…と思うかもしれません。でもマクロビオティックは、本当はとてもシンプルなもので

この言葉は、三つの部分からできています。「マクロ」は、ご存じのように、大きい・長いという意味で

MACRO + **BIO** + **TIQUE**
大きい・長い + 生命 + 術・学



す。「ビオ」は、生命のこと。生物学=バイオロジーのバイオと同じ語源です。「ティック」は、術・学を表わします。

この三つをつなげると、もう意味はおわかりですね。「長く思いっきり生きるためにの理論と方法」というわけです！そして、そのためには「大きな視野で生命を見ること」が必要となります。

マクロビオティック実践の基本は、まず「食」です。それを実践していくうえで大切な3つのキーワードがあります。「身土不二」「一物全体」そして「陰陽調和」です。「身土不二」とは、身体と環境（土）は切り離せない（不二）という意味です。人が健康に暮らしていくには、その土地、その季節にあった食べ物をとることが大切という考え方です。「一物全体」はその言葉通り、一つの物を丸ごと全体を食べる、という意味です。野菜なら皮、根、種も含め丸ごと食べましょうということです。「陰陽調和」とは東洋の伝統的な世界観で、食べ物にあてはめて考えると、体を縮めるものは陽性で、緩めるものは陰性、体を温めるものは陽性で、冷やすものは陰性、といったような分け方をします。暑い季節には陰性の食べ物、寒い季節には陽性の食べ物が向くなど、陰陽のバランス、調和が大切という考え方です。

難しい理屈はともかく、あなたが「食生活を変えたいな」と思っているところだったら、まずは変えてみませんか？きっと日常生活の中で、小さな癒しの奇蹟が起こるでしょう。この内容は日本C.I.協会マクロビオティックWebを参照しました。

令和3年8号

8月

9月

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

今話題の板藍根のおはなし

コロナ禍の今、お薦めの健康補助食品です。お申込みは「今月のおすすめII」からお願いします。



本誌掲載中の内容は、医師による監修を受けたものです。

ハトムギ酵素お勧めです。

ハトムギとはヨクイニンとも呼ばれ、漢方として活用されています。消炎作用や体の水分バランスを整える作用があると言われ、肌あれや、いぼに効果がありおすすめです。この先も健康長寿のためにお勧めです。お申込みは「今月のおすすめII」からお願いします。



■ おしらせ

■ 特別予約販売

- ・申し込み締め切り 8月21日
- ・商品引渡し日 8月26日

今月のおすすめ商品 I

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。

- ムソー 口福広場・豚まん
4個 定価 875円
新鮮な豚肉・新鮮な野菜とその旨みを生かしたジューシーでボリュームのある豚まんです。



特別価格 **¥787** (税込)

- 創健社 植物素材パスタソース
140g 定価 411円
植物素材だけで作ったボロネーゼ風パスタソース。濃厚なトマトペーストとトマトピューレ使用。国産大豆から作った大豆ミート使用。化学調味料、増粘剤、香料着色料不使用。



特別価格 **¥369** (税込)

- オーサワ カットわかめ
30g 定価 745円
鳴門産100%の肉厚で歯ごたえが良く味噌汁やスープなどにそのまま入れて使えます。和え物やサラダには2~3分水で戻してからお使いください。塩抜きは不要



特別価格 **¥670** (税込)

- 健康フーズ 氷砂糖
1kg 定価 843円
従来の氷砂糖とは違い、今まで技術的に難しいとされてきたビートグラニュー糖からの結晶で作り出された商品です。お口に入れるとすつきりとしたまみ甘味が口一杯に広がります。



特別価格 **¥758** (税込)

- オーサワ 有機栽培ブルーンエキス
260g 定価 2,160円
カリフォルニア産有機ブルーン100%。まろやかな甘みと酸味芳香な香り。鉄分補給に!



特別価格 **¥1,944** (税込)

- オーサワ プロポリスマウスウォッシュ
200ml 定価 1,320円
ダマスクバラ花油。プロポリスエキス配合。国内洗浄口臭予防。食品成分使用。低刺激性。



特別価格 **¥1,188** (税込)

- まるも ベっぴんパン3種
3個 定価 757円
ずつしり11種+α。小麦粉、豆乳、米糠、米酢、てんさい糖、ふすま、おから、マンナン、スーパー玄米、グレープシードオイル、クリスマス島海の潮使用。何といっても原料となる全ての素材が植物性100%であるうこと!牛乳、卵、チーズやバターなどの動物性食材は一切不使用。植物性の素材に徹底的にこだわりました。別添チラシをご覧ください。



特別価格 **¥681** (税込)

- オーサワ ベジカレー(中辛)
210g 定価 357円
植物性素材でつくったこだわりカレー。野菜の旨みたっぷり 程よい辛さの中辛タイプ植物性素材で作ったベジタブルカレー。国内産特別栽培野菜使用。動物性原料、化学調味料不使用。



特別価格 **¥321** (税込)

- 創健社 マーマレード
200g 定価 454円
国内産のいよかんの皮とみかん果汁使用。素材の持ち味を大切にし、鮮やかな色と果実本来の風味を損なわずに仕上げました。着色料不使用。マイルドな味わいで。甘さひかえめ、糖度50度。



特別価格 **¥409** (税込)

- 波動法製造 極楽きび糖
1kg 定価 972円
種子島のサトウキビを原料に使用。さとうきび本来のミネラルと風味を残したお砂糖です。黒糖ほど味にクセがなく、料理にコクがでますので
野菜・魚・肉などの煮物に特にお薦め致します。



特別価格 **¥874** (税込)

- シクロケムバイオ マヌカハニーMGO400+
250g 定価 7,020円
マヌカハニーはニュージーランドの先住民のマオリ族が、愛用してきた「癒しの木」マヌカから採れるハチミツで、ほかのハチミツには無い独特の香りとコク、そして群を抜いて多いMGO(食物メチルグリオキサール)が魅力です。自生マヌカ花蜜100%の純粋はちみつです。



特別価格 **¥6,318** (税込)

- オーサワ オーガニックコットンマスク用
100枚 定価 1,430円
オーガニックコットン100%のふくらとした心地よい肌触り。マスクを長持ちさせ清潔に保つ。飛沫、ファンデーション、口紅がマスクに付着するのを防ぎます



特別価格 **¥1,287** (税込)

今月のおすすめ商品Ⅱ

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
130g ￥4,104

お勧めポイント



【特別価格】 360g ￥9,720 115g ￥3,694

NO 142 【メーカー】(株)命泉本舗

命泉

容量 240粒 定価 2,376円

お勧めポイント



にんにくを蒸黒焼きにしたものに、真珠貝微粉末(カルシウム)を加えた滋養優秀な健康食品です。にんにく特有のにおいがありません。毎日6粒ぐらいを続けてください。

【特別価格】

￥2,139

NO 135 【メーカー】大和酵素

NO 133 【メーカー】やまと酵素Crest(株)

セイエイ

容量 1,200ml 定価 7,560

お勧めポイント



【特別予約販売価格】

￥6,804

NO 136 【メーカー】B&S

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(リバーゼ)、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 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

NO 140 【メーカー】島本微生物工業(株)

ハトムギ酵素(顆粒)

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、美容によい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 141 【メーカー】フジワラ化学

NO 142 【メーカー】大和酵素

オイスターFゴールド

容量 2g×30袋 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

容量 2g×30袋 定価 7,560円

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

容量 2g×30袋 定価 6,804円

NO 142 【メーカー】大和酵素

オイスターFゴールド

容量 2g×30袋 定価 4,104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、酒席の前にもお薦めです。

【特別価格】

￥3,694

KATWRA

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。

100%純粋なオリーブオイル

天然純粋オリーブオイル100%純粋の化粧用オイルで完全無添加です。

赤ちゃんから大人まで、肌質問わず幅広くお使いいただけます。オリーブオイルはヒトの肌成分と近い性質なので、浸透力がよく、さらっとなじんでべたつかないやさしい使い心地です。

髪や手の肘、足の踵やネイルケア一家に一本是非いかがですか。

シンプルケア派の方へお勧め



化粧用オリーブオイル
30ml (税込)

1,100円

化粧用オリーブオイル
200ml (税込)

4,180円

ビューティーチャージミスト

細かい霧状の
ミストが広がって
肌のすみずみまで
しっとり

肌に均一に
吹きかけられて
パウダーの重ね塗りも
簡単キレイ

たっぷり使える
80ml



マスクによる
肌アレも
シュッとひと吹きで
うるおう

ビューティーチャージミスト 1,760円(税込)
カツウラスキンローションA(しっとりタイプ)
容量:80ml サイズ:直径約36×149mm

オリーブ農園から誕生したフレッシュな天然成分使用
オリーブ葉なら
しっとりさらさら!
潤ってベタつかない!

乳液要らずの天然化粧水!
岡山牛窓自社農園産オリーブ果汁配合

しっとり滑らかなお肌へ

あなたはどうっち派?

オリーブ果汁配合 果汁水 OR オリーブ葉エキス配合 銀葉水

しっとりとした
使用感が好き
シンプルにケアしたい
ボディにも使いたい
油分も水分も
不足気味
ローマカミツレの香り

お肌を
引き締めたい
くすみが気になる
インナードライ肌
皮脂が出てるのに
肌がつっぱる
ローズマリーの香り

天然保湿成分がお肌の潤いを守る

ご当地コスメ

さっぱりタイプの化粧水

オリーブマノン オリーブリーフローション (銀葉水) <化粧水> 180ml 本体価格¥1,000 (+税)
オリーブマノン グリーンローション (果汁水) <保湿化粧水> 180ml 本体価格¥1,000 (+税)

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): **2,200円**

80g 価格(税込): **1,100円**

吉備のオリーブの記念
上質のオリーブオイルで作られる
5つの自然の恩恵

スキンケア
導入美容乳液

オリーブマノン
ラグラシアオイル

紫根
オリーブ
当帰
甘草
玄米

Nippon Olive

