

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

九州自然食品共同組合加盟店

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



令和4年2月号

2月

3月

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

◆◆◆◆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

春とは……

春は、新芽から青葉へと草木がぐんぐん成長していくよう、自然界には陽気が満ちてきます。人間もまた活動的になり、陽の気が上昇する季節。それを発散するのが春の養生法です。しかし、自然の気に逆らって室内に閉じこもり、発散しないでいると、陽の気がどんどん上昇して体内に滞り、そのため上半身に異常が現れやすくなります。このような春の症状を、東洋医薬学では、肝機能の異常亢進によつてもたらさると考えます。

春に起こりやすい不調……

めまい、のぼせ、気持ちの高ぶりによる不眠、頭痛、鼻づまり、のどの痛み、まぶたのむくみ、花粉症（鼻水、くしゃみ、目のかゆみ）、眼の疾患（疲れ、かゆみ、充血、炎症）など

「肝」の働きが弱つたら……

薬膳では、「肝」の働きが弱つたら、その働きを正常に戻し、補う酸味の食べ物を摂ります。ただ酸味は收れん作用があるため、「脾・胃」に負担をかけるので、「脾・胃」を補う甘味を添えて保護します。薬膳では、こうした組み合わせを「一味配合」といい、この調理法を行います。

辛味の木の芽を添えたり、からしで和えたり、この組み合わせも一味配合になっています。苦味の山菜の天ぷらを、山椒塩（辛味の山椒と鹹味の塩）で食べるのもすばらしい組み合わせです。

日本の伝統的な料理は、この配合で成り立っています。酢に甘味を加えた甘酢、そこに鹹味の醤油を加えたのが三杯酢です。春に貝やエビなどのちらし寿司、わかめやアサリの酢の物などに用いる三杯酢は、アサリの酢の物などに用いる三杯酢は、これは海の精クラブが「うみのせい」という名前で知られています。

日本オリーブ スペイン自社農園産
エキストラバージンオリーブオイル トルトサ

春にとりたい旬の食材

【酸味】梅干し、酢、伊予柑、ネーブル、レモン

【苦味】たけのこ、うど、ふきのとう、たんぽぽ、よもぎ、新ごぼう

【甘味】鯛、鰯、イカ、きやべつ、ジャガイモ、空豆、グリーンピース、アスパラガス

【辛味】菜の花、にら、玉ねぎ、クレソン、ミツバ

【鹹味】わかめ、アサリ、ハマグリ、シジミ、チリメンジャコ、シラス

※鹹味とは塩からみです。

ご予約期間中のみ
特別企画品
数量限定
生産品
スペシャル特典つき
ご自宅仕様 6本セット
450g×6本 税込19,440円



LINE 友だち追加



自然食品専門店和楽屋のLINEアカウント設置しました。
左のQRコードから友達登録をお願いします。



PayPay

各種キャッシュレス決済使え
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。

● 光食品 有機青椒肉絲の素

100g×3袋 定価 810円

有機惣菜の素 有機青椒肉絲の素の醤油調味料を使用せず、植物性の醤油酢をすこしに有機砂糖と有機ぶどう果汁の甘みを加え、広島産カキから作ったオイスターエキスなどで旨みを出しました。肉と野菜を炒めてあわせるだけの簡単調理です。

特別価格 **¥729**

(税込)



● 創健社 五穀大黒(分包)

20g×20 定価 950円

日本古来から食の中心だった雑穀の大麦、餅きび、餅あわ、ハトムギ、ひえをバランスよくブレンドしています。毎日の食事に取り入れて食物繊維、ビタミンB1、鉄分、亜鉛、マグネシウムの補給にお役立て下さい。分包なので手軽にごはんに炊き込むことができます。

特別価格 **¥855**

(税込)



● ムソー 旬菜健美・胡麻ドレッシング

390ml 定価 810円

生野菜、温野菜、和え物、冷麺、フライ物、鍋物など様々な料理に。添加物、乳化剤は一切使用していません。乳化剤不使用。砂糖は三温糖使用。☆生野菜、温野菜、和え物、冷麺、フライ物、鍋物など様々な料理にご利用いただけます。

特別価格 **¥729**

(税込)



● 創健社 マヌカハニー

6粒 定価(各) 1,080円

ニュージーランドの原住民であるマオリ族が薬草として使用していたといふマヌカの花蜜を吸ったミツバチが作り出す蜂蜜「マヌカハニー」には、多くの栄養素が含まれ、珍重されています。さらに、このマヌカハニーの一部に含まれる特有の成分UMF®は、殺菌性と抗菌性に大変優れています。風邪の季節にお勧めです。

特別価格 **¥972**

(税込)



● ムソー 全粒小麦粉使用くるまふ

55 g 定価 432円

北海道の大自然の恵みを生かし北海道産にこだわった全粒粉使用車麩です。グルテンから工場で一貫製造。

特別価格 **¥388**

(税込)



● 寿草 薩摩なた豆 齧磨き

125g 定価 2,090円

なた豆には身体の中の膿や毒素を排出する効能があるため、歯槽膿漏の改善や予防に効果があると言われています。また、口臭予防として愛されています。

特別価格 **¥1,881**

(税込)



● 光食品 有機回鍋肉の素

100g×3袋 定価 810円

有機惣菜の素 有機回鍋肉の素。化学調味料を使用せず、有機米味噌をベースに有機砂糖の甘み、広島産カキから作ったオイスターエキスや有機醤油の旨みを加えました。肉と野菜を炒めてあわせるだけの簡単調理です。

特別価格 **¥729**

(税込)



● 築野 圧搾一番搾り国産こめ油

600g 定価 1,296円

素材の持ち味を活かす、サラッとした風味の良さが特徴です。味わいにクセがなく、冷めてもカラッとした食感で美味しさが長持ちします。炒め物、ドレッシング、お菓子作りなど、どんな料理にもお使いいただけます。

特別価格 **¥1,166**

(税込)



● 新札幌乳業 北海道厚別 牧場バター

170g 定価 983円

北海道生産乳を100%使用し、塩分1.0%のまろやかな味となめらかで口あたりがやさしいバターです。防腐剤、安定剤、着色料は一切使用しておりません。パンに塗ったり、お料理にも幅広くお使いいただけます。

特別価格 **¥885**

(税込)



● UM理研 K-1乳酸菌 青汁

90g(3g×30袋) 定価 1,280円

九州産の大麦若葉とケールを使用し、さらにお米由来の植物性乳酸菌K-1、イソマルトオリゴ糖を配合した、口当たりがよく、スッキリとした味わいの美味しい青汁です。日本人の食生活の中心である「お米」由来の植物性乳酸菌K-1を、青汁の健康パワーにプラスし、健康的な毎日を応援します。

特別価格 **¥1,152**

(税込)



● AFC カスピ海ヨーグルトの素

23g 定価 1,296円

カスピ海ヨーグルトの種菌と食べるコラーゲンのセット商品。牛乳を用意するだけでご家庭で酸味が少なく、なめらかなカスピ海ヨーグルトが簡単に作れます。ヨーグルトの素1.5g×2本とコラーゲンペプチド20g(5g×4包)が入っています。

特別価格 **¥1,166**

(税込)



● 日本GP エコメイト洗濯槽クリーナー

250g*2 定価 715円

気になる洗濯槽の汚れがスッキリ解消します。1~2ヶ月に一度の定期的なクリーニングがおすすめです。天然ユーカリとオレンジオイルの爽やかな香り。合成界面活性剤・合成香料・着色料・保存料不使用。

特別価格 **¥643**

(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

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、吸収率に優れ、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 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 136 【メーカー】B&S

プラズマローゲン60粒

容量 90粒 定価 8,650円

●お勧めポイント

プラズマローゲンとは、あらゆる動物の全組織にあるリン脂質(細胞の細胞膜を形成している主成分)です。特に脳神経細胞に多く含まれています。ホタテから抽出したホタテ由来プラズマローゲンには、記憶力を維持する機能があることも報告されています。



【特別価格】

￥7,785

NO 139 【メーカー】太陽食品

板藍根<バンランコン>

容量 2.5g×60包 定価 3,186円

●お勧めポイント 12包 1,178円

板藍根は、板藍根・甘草・生姜・ビタミンC・ナイアシン等を配合した季節の変わり目や寒気が気になる方に！健康食品ですのでお薬の苦手な方や、お子様にも安心してお使いいただけます。



【特別価格】 12包 1,060円

￥2,867

NO 141 【メーカー】太陽食品

板藍根茶

容量 5g×14袋 定価 1,437円

●お勧めポイント

板藍根のお茶が新発売！季節の変わり目や寒気が気になる方に！健康食品ですのでお薬の苦手な方や、お子様にも安心してお使いいただけます。



【特別価格】

￥1,293

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、栄養の供給に重要な成分が豊富に含まれています。在庫限りの特醸特別予約販売です。



【特別予約販売価格】

￥6,804

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

胃の消化を樂にする、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 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が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 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。

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



エバヌール

原点は水。

たまごの卵ではござりません。
また、「お母さん」。

成分の約80%が
海水のクリーム
界面活性剤・植物油
エタノール・香料
不使用

アルコールフリー
パラベンフリー
ポリエチレンフリー



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**

数量限定
特別価格

スカルプリッチ限定BOX(3本入)

2021年2月1日(月)~なくなり次第終了

通常価格 21,450円(税込) →
特別価格 14,300円(税込)

抜け毛、枝毛
を防ぎ
髪ツヤツヤ!

ハリ、コシ、
ボリューム感
アップ!

安全で
やさしい*
6つのフリー



*...防腐剤・界面活性剤・シリコン・
着色料、香料、オイルフリー。

プルーラルESキャンペーン

プルーラルESを1本お買い上げごとに
(30ml)
下の5品の中からお好きなトライアルを1品プレゼント

ハリ
弾力

うるおい
透明感



プルーラルES(美容液)
30ml 5,500円



フローテA
60g
990円



サボンエフ
10g
352円



スキンローションA
40ml 880円



クリンミルクA
40ml 990円



プルーラルES
4ml 880円

※価格はすべて税込です。

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! 潤ってべたつかない!

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

天然保湿成分がお肌の潤いを守る

ご当地
コスメ

あなたはどっち派?

オリーブ果汁配合
果汁水

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

OR

オリーブ葉エキス配合
銀葉水

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

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)

