


一気にあたたかくなり、花粉も飛んでいます。  オーガニックコットンマスク発売中!
M・L 各1200円

風の便り



3月に入り急に暖かくなりました。
桜の便りが楽しみです。
2016年3月前半号

✂️ オーガニック種など
販売中! ブログもごらん下さい

発行元 **オーガニックマートよこい**

住所 鎌倉市手広2-25-8 マリオンハウス 1F

tel 0467-38-1337 faxフリーダイヤル 0120-4513-55

(メールアドレス) よこいさん ogm-4513@plum.plala.or.jp



ブログ

にて日々の情報公開中!

前回もお知らせ
しましたか もう一度

もう一度 連休のお知らせです...

3月20日(日) / 21日(月・祝) / 22日(火)

上記の3日間を連休とさせていただきます。

迷惑をおかけして
申し訳ございません

ご迷惑をおかけして申し訳ございません。

月曜と火曜の配達のお客様へは大変ご迷惑をおかけします。

どうぞよろしくお願い申し上げます。



月曜日配達のお客様へ...

3月21日(月・祝)をお休みさせていただきます。

3月17日(木)又は24日(木)に代わりの配達を致しますので、ご希望の方はスタッフへお申し付けください。

火曜日配達のお客様へ...

3月22日(火)をお休みさせていただきます。

3月18日(金)又は25日(金)に代わりの配達を致しますので、ご希望の方はスタッフへお申し付けください。

お問い合わせはTEL 04367-38-1337までお願い申し上げます。

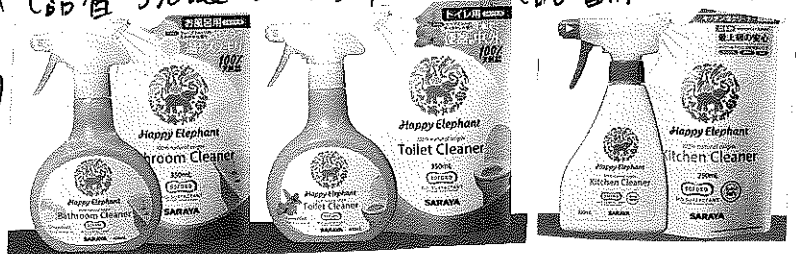


Happy Elephant
safe and sustainable


ハッピーエレファントさんのトイレ用・お風呂用
洗剤にようやく! 詰替用ができました!
キッチン用クリーナーも新登場!

・お風呂用・トイレ用
(スプレー 400ml 500円)
(詰替 350ml 300円)


・キッチン用
(スプレー 300ml 400円)
(詰替 250ml 300円)



① ① ①
① ① ①

ハトムギ商品113113セール中ですよ!  セールチラシをごらん下さい
ハトムギ…これがいいんですよ〜♪

食べてよし
飲んでよし!

ご家族みんなで
どうぞ!!

ハトムギも

昔から、ハトムギは肌にとっても良いと言われています。皮を剥いた種子をヨクイニンと呼んで薬用に用いられ、いぼ取りの効果、利尿作用、抗腫瘍作用などがあるとされています。漢方ではヨクイニン湯などに使われます。

ハトムギの効能の1つに「イボ取り」がある事は有知ですが…
本当にイボが
取れたという方
たくさんいます!



ハトムギには、タンパク質、カルシウム、カリウム、鉄、ビタミンB群、ナイアシン、脂質、糖質などがバランス良く含まれており、皮膚の新陳代謝を高め、皮膚細胞を新しく作り替える効果があります。新陳代謝が活発になるので、肌のザラザラ感が改善しその効果は魚の目など足裏にまでも及び驚き…!

ハトムギのヨクイニンは新陳代謝を上げる効果があるので、皮膚を新しく作り変えることでニキビにも効果があります。ニキビは青春のシンボル、大人には…ところがどっこい、大人のニキビの原因となる「いらぬ角質」をとり除き、角質層の保湿力をアップさせてくれます。さらに、ヨクイニンの利尿作用により、体の中の有害な物質などを対外に排出されます。このデトックス効果はニキビ改善にもつながります。

肌のトラブルで
お悩みの方
(ニキビ・シミなど)
ぜひ毎日の食事
に
ハトムギを
取り入れて
みて下さい!




肌を美しくするのは
外側からのケア
だけではありません



ハトムギは昔からシミや肌の老化防止にもいいとされています。皮膚や粘膜の血流や、リンパ液の流れをよくする働きがあるため、皮膚に酸素や栄養成分を含む血液がいきわたります。その結果、新陳代謝も活発になり、シミや老化に効果があると言われています。シミや肌の老化は女性にも男性にも気になる場所ですね。

ハトムギはシミや肌のほかにも昔から身近な例として「イボトリ」がよく知られています。ハトムギの成分で免疫反応が起き、イボが消失する効果があるとされています。イボは良性の腫瘍の一種ですが、それに効果があるハトムギは悪性腫瘍(がん)にも効くのではないかと考えられ、その抗腫瘍効能も注目されています。

加齢で
首すじにイボが
できる方も…

これには
とても
効果大!

おなかの中から
美しくなる
まさにハトムギの
力です



また、ハトムギは精米に比べて2倍以上ものたんぱく質や、約8倍もの食物繊維を含み、そのほかにも脂質やカルシウム、鉄分、ビタミンB1, B2などを豊富に含んでいます。たんぱく質には良質なアミノ酸も多く含み、タンパク質とアミノ酸の含有は穀物の中でナンバーワンと言われているほど。ビタミンB1以外の栄養素はほとんどが玄米を上回るという、栄養価に優れた穀物です。疲労回復・滋養強壮に良い食材であると言われています。

その昔、ハトムギが大ブームになりました…はて、さて、その訳は…
ダイエットです！昔・昔(10年ひと昔といいますが20年ほど前です)
人気の女子プロレスラーがいました。その方がハトムギダイエットを
し大減量、ハトムギが大ブーム。昔も今もダイエットは大注目の的。

この頃
また人気の
ハトムギです



オススメは
ハトムギ倍粒

ポリポリと
おかしのように
そのまますく
ま

シリル
の代わりに



ハトムギは食物繊維も多いためコレステロールの吸収を遅らせ、便秘
を解消します。これらのことからハトムギは肥満の防止や、成人病の
予防に優れた効果が期待できます。さまざまな薬効が認められている
ハトムギは、肥満防止にも役立っています。中国医学では、肥満の原因
は体内の「水」のバランスがくずれた「水毒症」であると考えていま
す。つまり、体内の水分がうまく体外へ排出できずに、水太りとな
ってしまいうわけです。ハトムギは利尿効果が高いため、ダイエット
にすぐれた効果をあらわします。

また、ハトムギは良質のタンパク質を多く含み、とくに血中のコレ
ステロールを低下させる働きのあるアミノ酸の量は、あらゆる穀物
の中でも最も多く含んでいます。そして、血中の老廃物を体外に排
出し、血管を丈夫に保つ植物性脂肪（オレイン酸）も、穀物の中
では群を抜いて多く含まれています。

ほうじ粉末は
豆乳などに
まぜて飲むと
おいしい！



ハトムギ酵素は
1袋で
酵素と青汁の
働き…

胃腸にも
良い！



ハトムギには、胃の健康を保つ効果もあります。水分を補給する
と、一度胃に溜められて、胃から少しずつ十二指腸、小腸、大腸
へと送られて吸収されます。水分を補給しすぎると、胃の中に大
量に溜まってしまいます。すると、過剰な水が胃に負担をかけて、
胃液を薄めることで消化不良を引き起こします。ハトムギは体内
の余分な水分を排出するため、胃の健康を保つ効果があります。

余分な水分や便秘は、老廃物を蓄積させ血液の循環を滞らせるため、む
くみや冷え、肩こりや疲れを引き起こします。ハトムギには、大腸まで
届いて便の量を増やす食物繊維が豊富に含まれています。また、ハトム
ギには、尿の排出を促進する効果があり、むくみ、脚気（かっけ）、
腎臓、膀胱結石などの改善も期待できます。ハトムギには、余分な水分
や便の排出を促進し、毒素を排出するデトックス効果があります。

ハトムギ酵素
ぜひおためし
下さい！



1日1~2包 (セール中!)
60包入り ¥4300 → ¥3655

冬の間のためこんだ
ものをデトックスする春

今こそハトムギを
おためし
下さい！



健康は一日にして成らず。日々の食生活と生活習慣の積み重ねで
得られるものです。認知症やがんなど、病は発症してからの完治
はなかなか難しいものです。明るく楽しく年を過ごすためにも
日々の食生活は大変大事なことです。健康はまず食生活から…！
さあ～、皆さん、ハトムギをバンバン食べましょう！

みなさ〜ん、米粉のブラウニー、チョットお高いですが… グルテンフリーでとてつもなく美味しいんですよ〜

今回別紙で米粉のブラウニーをお知らせしていますので是非ご覧ください。今、アレルギーで食べ物を制限されている多くの方がいらっしゃいます。特に小麦アレルギーの方は制限される食品が多く、食べるものも限られてきています。

米粉のブラウニー



ホトトギス

パッケージもかわいいのです！



いわゆる・一つの洋菓子系統のほとんどには原材料に小麦粉が使われています。パンやケーキ・クッキーなどなど、思わず喉が鳴るような美味しそうな食べ物ばかりですね…！ところが小麦アレルギーの方々は喉は鳴っても食べられない…厳しい状況です…

今回お知らせの米粉のブラウニーは工房内でも小麦粉を使わないグルテンフリーですので小麦粉アレルギーの方も安心して食べられます。うん、グルテンフリー、で、味は…？と素直な疑問をお持ちの貴方へ。お答えします。ブラウニーを食した時に驚愕の顔&ほころび、思わず「おいし〜い」と叫ぶ顔見えます。

何にもいえない
もちりした食感
素材の味が
生きています



プレゼントにも
オススメですよ



そうなのです。思わず「美味しゅうございます」といってしまうほどの驚愕・至高・究極(春なのにオーバー)のおい・し・さ…なのです。多少の誇大表現は♪笑って許して〜♪

美味しさの訳は…原材料にこだわり、自分たちで育てています。農園菓子工房・ホトトギスは岡山にあります。ブラウニーの原料となる米は岡山の在来種の米を殺菌剤・殺虫剤などを使わず栽培しています。黒大豆や鶏も自分たちで育てています。

米は在来種
アケボノ米

極小粒黒豆

土せ元の小米や
野菜クズも食べて
育った鶏の卵

若い夫婦
二人だけ
作っています



そんな・こんな、美味しい訳はいっぱいありますんで、是非チラシをご覧ください。ただ残念なのは一つ一つ丁寧に作りますので、数も多く作れません。よこいでも通常はわずかな量しかありません。そこで今回はこの米粉ブラウニーの美味しさを皆様には是非・是非味わっていただきたく、予約販売を致します。

3月15日(火)迄にご注文
いただきましたら、4月1日(金)以降にお届けいたします。
夫妻で心を込め・丁寧に作る米粉のブラウニー、是非・是非お試しください。
(お店にも少し在庫しています)

月に1回しか入荷
しませんので
3/15(火)までの
ご注文を
お願ひ
します。

