

いつもありがとうございます。

W8 青果発注書をお送り致しました。

御注文のほど、何卒よろしくお願い申し上げます。

・w8 受注締め切りは 11 日木曜日祝日の為、2 月 9 日火曜日になっています。

何卒、よろしくお願い申し上げます。

・宮崎県 特別栽培 大葉・誠の香り



生産者の野中誠社長。

この人もまた、『**本物の味**』を作り上げる一人です。この大葉の商品名は「大葉・誠の香り」です。

皆さんもいろいろな産地の大葉を見て、触って、香って、食べてこられてきたかと思いますが、是非、この大葉も見て、触って、香って、食べてみてください。

商品名に誠の香りと名付けた理由が、必ずわかって頂けると思います。

この強い香りにもちゃんと納得できる理由があります。

それは自家採取している種にありました。

圃場の中で香りの強い木と普通の木の見分け、種を採取する際は、

もちろん香りの強い木から種を採取し、翌年にその種を撒きます。

それを前社長であるお父さんの代から、何年も何年もコツコツと繰り返し、
代替わりした今も継続している結果、誠の香りと名付けてしまうほど香りの強い大葉が出来
上がりました。

えぐみもなく、とても美味しい大葉なので、薬味にするだけでは勿体ありません。



大葉ジュース



暑い夏にスッキリ。簡単にできる夏の飲み物。スト
レートでお飲みください。

材料：大葉、水、グラニュー糖、クエン酸

まだまだ寒い日が続いているのに、ジュースの御提案ですみません。

<https://cookpad.com/recipe/3341021>

URL はアルファーズキッチン（クックパッド）になります。

アルファの商品を使用した様々なレシピが盛りたくさんです。

薬膳キットのレシピも載っておりますし、薬膳素材を使用した一品料理も載っているので、
料理提案される場合はご参考になるかと思います。(有安海)

大葉について



中医学 では、しそ（赤しそ、青しそ）は 1.散寒解表、2.行気寛中、3.鮮魚蟹毒などがあります。

- 1.寒さの邪気からの風邪の場合、体表の邪気を追い出す、
- 2.気の流れを良くして、胃腸の吐き気や張りを和らげる
- 3.魚介類による中毒の予防になる。

刺身のつまに添えるのは、その効果を昔の人は知っていたという事になります。

西洋医学 では、

花粉症などのアレルギーを抑える効果があると言われています。

αリルレン酸 抗アレルギー

ピリルアルデヒド 抗菌

ルテオリン 抗アレルギー

風邪と花粉症対策に

水と砂糖と煮てジュースにすると、クエン酸を入れると、ピンク色に変わります。（変わらない時もあります。）（中澤佐江子）

・高知県産 山本さんたちの 特別栽培 ミネラルピーマン



米国ブッシュ政権がバクダッドを空爆したあたりから、原油価格が高騰したと記憶しています。

冬期のハウス栽培は、ハウス温度を上げるため重油を焚きます。

その重油価格と、ピーマンの収穫量との相関関係で、重油を沢山焚いてハウス内温度を高温に保つと収穫

量が増えます。

収穫量が増えると市場相場が下がります。

せっかく重油を焚いて収穫量を増やしたのに、相場が下がれば高い重油代に食われて利益が上がらなくなります。

重油燃焼をセーブして、収穫量が減少しても、その分相場が上がれば利益は確保できます。

こういう相関関係の元、この数年間はこの時期判で押したように、相場が高騰してきます。

ところが、考えてみて下さい。

相場が高い時ほど品質が低下し、相場が安い時ほど品質が良いということは経験されていると思います。

つまり、ピーマンが旺盛に成育する温度に達していなければ、収量だけではなく品質が低下していることとなります。

それが市場原理です。

ピーマン嫌いの子供さんが多いのは、窒素だらけの低品質のピーマンを子供の頃に食べた記憶がトラウマになっている事も要因のひとつだと思います。

別にピーマンを食べたからと言って、身体にどれだけメリットがあるのか分かりませんが、自身のお子さんだけでなく、買い物に来て頂くお客さんの子供さんにも、真面目なピーマンを食べさせてやりたいと思います。

農家には、その程度の気概が無いと困りますし、お店にもその使命はあるような気がしますが如何でしょうか。

「良い物をより安く」なんて曖昧なことではなく、はっきり良い物を適正な価格で販売することが、長い目で見れば、商売上手だと思います。

今のコロナ禍は、その答えが直ぐにでも出て来るチャンスだと思います。

可処分所得の多い人も、今は外で食事が出来ないので、みなさんのお店に買い物に来られています。

その人たちの要望されている商材を品揃えする事で、来店定着を図ることが出来れば御の字ではないかと思います。

で、このミネラルピーマンの話ですが、昨シーズンはアチコチのお店でお客さんから褒めてもらったと言って来られるようになりました。

ポイントは、品種選びと海洋深層水を散布している点です。

もっとも、ベースの畑にどれほどの微生物がいるかです。

・吉田果樹園の柑橘 はるか・スイートスプリング・津之輝



吉田果樹園の柑橘 3 種類を社内で糖度測定し、試食しました。

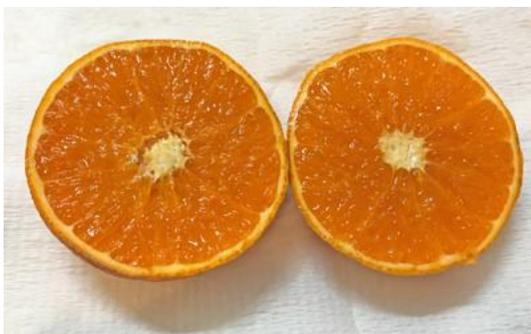
皮をむいただけで、部屋に良い香りが広がり、それだけでいい気持ちになりました。

柑橘類はビタミン C やクエン酸が豊富で、皮はリラックス効果が期待できる生薬（陳皮）として重宝されてきました。

香り成分である「リモネン」にはリラックス効果や気の巡りを良くし、胃の働きを活発にする理気作用があります。



3 種類とも甘くて美味しいことは間違いないのですが、何といても味がとても濃いのです。
はるかはレモンのような見た目ですが、とても優しい甘みでいい意味で期待を裏切られる味です。
私はいつも騙されて、美味しさにうっとりします。



津之輝はちょっと皮は固めですが、一般的な温州ミカンと同じように、手で剥いて食べられるミカンです。これが味が濃くて、程よい酸味がありとても美味しいです。
私はすぐに 2 つぺろっと食べてしまいました。



甘さで言えば、スイートスプリングが今回は一番糖度が
高く甘かったです。

POP の紹介文には『「甘い春」が感じられる、
爽やかな香りと優しい甘み』とありますが、酸味が苦手な
方はこちらをおすすめします！

…残念ながら、今季は終了ですので来年は是非よろ
しくお願いいたします。(馬場真美)

・薬膳キット商品 杏仁豆腐について



左が北杏、右が南杏です。

『杏仁豆腐』とは、杏(あんず)の種の中の仁(じん)を粉末にしたものを使って、
牛乳で溶いて、寒天やゼラチンで固めたものです。

苦みの強い北杏と、苦みの弱い南杏を混ぜて作るのが本場中国なのですが、
北杏には青酸を発生するアミグダリンが含まれていますので、

日本では食品としては販売できません。

このキットは、牛乳だけご用意いただければ、

南杏をミキサーで潰して使いますので、たいへん本格的な味を堪能できます。

Alphar's Movie では北杏と南杏を使って動画を作っていて、北杏は、流通していませんので、テロップは南杏としています。

In Yan YAKUZEN 杏仁（南杏）で作る杏仁豆腐
<https://youtu.be/LJUUMqS1XRY>

薬膳キット商品用の動画は、南杏のみを使用した『薬膳キット商品 杏仁豆腐』の作り方を含めアップしています。

薬膳キット 杏仁豆腐 https://youtu.be/RJ41ESLVv_A (中澤佐江子)

・薬膳キット商品 コンポート

七種類のアイテムを揃えていますが、
実は、このコンポートが一番薬膳らしいと思います。

スイーツというジャンルでは、『杏仁豆腐』がありますが、
親しみ過ぎていて、あまり薬膳っぽくないです。
ただ、この杏仁豆腐は革命的な、美味しさです。

元々の原材料である杏仁には、
「北杏」と「南杏」があります。
北杏は、成分が強く日本では、医薬品扱いになっている為、
食品には使用不可となっています。
開発初期に、北杏と南杏を半々にして、
この杏仁豆腐を作ってみました。
その後、それでは商品化出来ませんので、
南杏のみで製品化しています。好みかも知れませんが、
私は北杏が入っている方が、味が濃く美味でした。



今では、幻の味です。

でも、南杏のみのこの商品も、
食べて頂ければ、今まで食べられたことのない、
「杏仁豆腐の本当の味」はこれか、
とって頂ける味になっています。

私の想像ですが、それは粉末ではないからです。
粉末にすると、扱いやすいとは思いますが、
どうしても風味も、味そのものも落ちてしまいます。
この差は絶大です。

コンポートから杏仁豆腐に話が移ってしまいました。
こちらは、薬膳スイーツを食べている感じがします。
もちろん、左の方の投稿のように美味しいです。
私はホットでは食べていませんが、
食べた時は、どれだけでも食べられる勢いでした。

何となく、この商材が売れて来そうな
感じがしてきました。

先日、私どもの物流センターに、
73歳の方が面接に来られました。
青果の袋詰めパートの募集です。

チームの最高齢は今年3月に80になられます。

めっちゃ元気で、原チャリで通勤されています。

で、73歳の方は、キャリアからあまりこの作業が、似合いそうにない方ですが、
どうも自身の健康の為に身体を動かす機会を、

自分に強制することが動機らしいです。

私自身と同じです。

しばらく、パソコンに向き合っているか、

出掛けて誰かと話しをしているだけの仕事でしたが、

これを4年もやれば身体がおかしくなってきました。

去年は初めから小豆島に週末二日間毎週通って、

身体を使ってきましたが、

それでも足りず4月頃から物流センターで、

毎週火曜日は荷物を担いでいます。

薬膳に取り組んだころ、

弊社中澤が「健康への早道は腹八分目と、ちょっときつめの運動」との情報を出していました。何を食べるか、どのように食べるかと共に、必要な事だと皆さん早い人から順に気がつかれて来たという事です。

若い方にはリアルじゃないかも知れませんが、『最後まで元気でいたい』という願望が強いのだと思います。

私共が取り組んでいますのは、安心安全ではなく、**地金の強さを手に入れる**ということです。

この後は、「軽度認知障害」について取り組みたいと思っています。

もちろん、遺伝的な影響も強くありそうな気がします。

でも、どうやら、生活習慣、特に食生活を改めることで、かなり改善あるいは進展を遅らせることが出来るとの情報が多く出ています。

私は、遺伝的な事柄の中にも、長く生きて来た者の勘として、その家に伝わる食習慣が大きく影響しているのではないかと考えています。

最終的には脳の問題だとは思いますが、脳とて身体の一部なので生活習慣の影響は強く受ける筈です。

長年積み重なった無自覚な生活習慣で、認知障害は自覚もしくは他覚的に顕在するまで、水面下で進んでいるのではないかと思います。

私事で恐縮ですが、20年ほど前、私40半ばを過ぎた頃で、強いストレスを受けている時期のある日、

午前中、急に頭がおかしくなったことがあります。

一瞬前の記憶が飛んでしまうのです。

考え事をしていても、何について今考えようとしているのか分からなくなってしまいます。

スタッフが相談に来て、話しをしていても、途中で何の話しをしているのか分からなくなってしまうのです。

頭の中で、何か、化学的な変調か、物理的な変調かは不明でしたが、とにかく思い出せないどころか、まったく記憶が消えてしまう症状です。

これじゃあ仕事にならないと思い、帰宅する事にしました。

眠れば元に戻ると思えたからです。

つまり、コンピューターとかiphoneに不具合が起こって、再起動するようなものです。

思った通り、それで治りましたが、私の聞ところの軽度認知障害は、あの時の症状に近いのではないかと考えています。

それで、今現在はあの時ほどではありませんが、そういう瞬間は普通に起こるようになりました。

脳内のシナプスの連携が途切れるような感覚です。

30代前半で飲酒を一時期していましたが、その時、脳の中の毛細血管から

染み出た血液が、毛細血管に戻って来ない現象を知覚したことがありました。

「これは、頭がボケる」と思い、それからしばらくして風邪を引いた事を機会に飲酒の習慣は無くなりました。

身体もそうですが、頭も最後の瞬間まで明晰でいたいと思います。

それを食べ物屋として、特に八百屋として、緩和できることを提案できるなら、それも職務と
思い中医学・薬膳に取り組んでいる次第です。

・奈良県山口農園様のハーブ

多少の前後はしますが、3月いっぱいだったん終了となります。
理由としては葉物の方が人手不足で、そちらに人員を回すためだそうです。
体制が整えば再開する予定だそうです。いつごろ再開になるかは
現状見通しはありません。
リピート率が非常に高く、置いて頂いていた店舗様からは
毎週ご注文を頂くほどに需要が高かっただけに
非常に残念であり申し訳ない事があります。
再開できそうであれば改めてこの場で連絡させて頂きたいと思います。
宜しくお願い致します。

・今週の特売

青森県産特裁津軽りんごもりのかがやき(訳アリ)

・商品案内変更

熊本県産特別栽培南柑・・・特売終了。販売終了まで、もうしばらくあります。
山形県産農薬化学肥料不使用遠藤さんのキクイモ・・・休止。
鹿児島県産特別栽培上川さんのピーマン・・・休止。再開は6月ごろです。
高知県産桐島さんの南瓜・・・終了。あっという間でした。申し訳ございません
熊本県産特別栽培吉田さんのスイートスプリング・・・終了
高知県産博田さんの黒潮ナス・・・価格変更。値上げ。相場だいぶ上がっています。
長崎県産名水ニラ・・・再開延期。w9再開予定。

それでは、今週も御注文の程、何卒よろしくお願い申し上げます。

有限会社アルファー

吉田清一郎