



身体に優しい
順造選

順造選便り

vol.4

発行日:2012年11月号

順造選ショップ

http://www.junzosen.com/
http://www.rakuten.ne.jp/gold/junzosen/
〒550-0003 大阪市西区京町堀1丁目18-5

TEL.0120-103-712

E-mail:order@marukai.co.jp

お伝えしたいこといっぱい…の気持ちをこめて。

十一月のお便り

あつという間に寒い！と感じる朝晩となって来ました。この夏を振り返って考えますと「孫たちが来なくなったなあ？」でしょうか。

彼等も部活や、サッカーの練習やらで忙しそうでした。彼等と遊ぶ日々は過ぎ去ったという想いは皆さんもお持ちでしょうか。寂しいような、頼もしいような複雑な想いというのでしょうか。

昨年は二週間ほどハワイで過ごしましたが、今年は休みも取らず仕事をしてきたのには我ながら驚いています。

この年で、これはダメだと猛省。

この秋はずこゆつくりして、頭の中を空っぽにせねばと思っていますが、出来るはずがないと家内に言われそうです。働くことが趣味のような人間です。仕方がないでしょうが、一方で「仕事」趣味で生きてこれたことが「仕事」楽しむ人生ですから、これは素晴らしい人生はないと自画自賛。死ぬまで仕事を楽しむのだと、決めております。



四国の直島の旅 第一弾

数年前から直島の記事を雑誌で見たり、海外の人から聞いたりして、これは一度行っておかねばと思いつつ延び延びになっていました。ところがフランスから来た、ワイナリーのオーナー「ナオシマ」に行きたいのだと言ったではありませんか。「何故知ってるのだ？」と尋ねますと、「ナオシマはアンドウタタオだ！」それ位知らんのかという顔付き。それ位ワタシもシッテルヨ！という会話から、次来た時には「ナオシマデアンタノックウツワイナリーパーティーヤロウ」ということになり、急遽ナオシマなるものに行つて見ておかねばとなった次第です。

順造さんの旅日記



今回はここで終わります。

やっと宮浦港に到着です!



ここからフェリーなる船に乗って直島の港、宮浦に向かいます。

Start!

ここから歩くんです。十分ばかり、宇野港に着きました。

やっと宇野駅に着きましたよ!

まずは新大阪発新幹線「みずほ605号」で出発!



岡山駅乗換えて「快速マリンライナー19号」にて茶屋町へ。



茶屋町駅でJR宇野線で宇野に向かう。

各駅は無人!! 電車の中に運賃箱が!!! 代金は上の運賃表を見て、自分を入れる! 車掌さんもチェックせず!!! 日本は凄いぞ!!! 日本人よ! もっと自信を持とうよ! こんな国はないですよ!

またここで乗換えた! こんなことフランス人に出来るんかな?

夏も終わり、ホッとした今日この頃。ちよつと甘くて、ほろ苦い(いいですね!)甘夏スティックを、「過ぎし夏の思い出」の音色にスイングしながら如何でしょうか。七十七歳まだまだ若い気分!!! です。甘夏の皮をスライスして炊きあげ、砂糖をまぶしたものです。そんなに甘くはありません。コーヒーに、お茶にも合いますよ。

甘くてほろ苦い 国産甘夏使用 甘夏スティック



甘夏スティック(40g) 294円(税込) 詳しくは http://www.junzosen.com

カラフルで可愛い聴診器

ドクターが使つてる黒色のものとは違つてヘッドもストリングも赤、ブルー、ピンク、シルバー、とカラフルで可愛い聴診器が売れてるんです!! お腹の中の胎児の動きが聞こえるんです!! ベットのお腹の音を聞いてる人もいるみたい!



JCM-512/R アロマサーモ(保温ポット使用) 3,800円(税込)送料別 詳しくはフリーダイヤル:0120-103-712 お電話でお求めいただけます。

順造さんのおすすめアイテムをご紹介!

メリタのコーヒーメーカー

今までコーヒーは自宅で豆をグラインドしてお湯を沸かし、ポットに移して、紙に移したコーヒーの粉の上に少しづつお湯をドリップして、コーヒーを入れてきました。四、五カップ分を入れるとなると、これがなかなか手間も時間もかかり、最近邪魔くさいなと思ひ始め、コーヒーを入れる回数が減つておりました。そんな話を家族でしていると息子の一人がメリタのコーヒーメーカーが非常に良いというので、買って使つてみますと、なかなか良いのです。紙でドリップするのと味が変わらないほど、よく出ています。このお陰で簡単にコーヒーをろ紙で入れることができ、毎日飲めるようになり、喜んで使っています。中がガラスの魔法瓶のようになっていますし、かなり保温もでき、便利。珈琲好きの人に推薦します。

ハンドウォーマーミニ

(ZIPPOオイル・専用カバー付き) 3,780円(税込)送料別 詳しくは http://www.rakuten.co.jp/jun-collection/

冬がやって来ると一寸暖かいものが身近に欲しいですね。昔のカイロをご存知でしょうか。それが今、新しい装いで売られています。オイルを入れますと二十四時間以上保つ優れものです。勿論、途中で消すこともできるのです。使い捨てカイロとの違いはどんなでしょうか。暖かきの質が違いますよ。「使い捨てカイロと比べてみますと暖かきにも違いがあるんだと実感できるのも驚きです。柔らかい気持ちの良い暖かさというのでしょうか?」是非、今買にかけているこの感覚を味わつてみてください。冬はベルトに挟んで腰の所につけていますが、暖かいし、腰痛の予防にもなるかと思つて使っています。それに使い捨てではないのでエコの暖かさというのでしょうか。

ハンドウォーマー(カイロ)

冬がやって来ると一寸暖かいものが身近に欲しいですね。昔のカイロをご存知でしょうか。それが今、新しい装いで売られています。オイルを入れますと二十四時間以上保つ優れものです。勿論、途中で消すこともできるのです。使い捨てカイロとの違いはどんなでしょうか。暖かきの質が違いますよ。「使い捨てカイロと比べてみますと暖かきにも違いがあるんだと実感できるのも驚きです。柔らかい気持ちの良い暖かさというのでしょうか?」是非、今買にかけているこの感覚を味わつてみてください。冬はベルトに挟んで腰の所につけていますが、暖かいし、腰痛の予防にもなるかと思つて使っています。それに使い捨てではないのでエコの暖かさというのでしょうか。

大好評!!
詳しくは http://www.rakuten.co.jp/jun-collection/

ナーススコープ(聴診器)
(カラー:ブラック・グリーン・グレー・ピンク・レッド・スカイブルー) 1,470円(税込)送料別

過ぎし夏の思い出 NYトリオのCD

休みの日、木の中に埋もれたベランダでシガーをくゆらしながら、「NYトリオ」の(過ぎし夏の思い出)を聴いています。今の季節にぴったりの題名と思ひ、CDを入れる。昔聴いた懐かしきムーディーなピアノジャズの音色に身体は揺れる。この透明感のある音...。さすがNYトリオだ。いいですよ、このCD。

このような空き缶の利用方法が、雑誌で紹介されていましたよ!

POINT
ハワイフードの空き缶も上手にディスプレイ!

私はSPAMの缶詰が好きで、ちよいちよい食べます。昔四十七年ほど前アメリカに出かけ、会社を作つた時、お金がなく毎晩SPAMとキャベツを炒めて食べたものです。安くて美味しいので、貧乏な時はアメリカでは、みんな食べているのではないのでしょうか。それが癖になってお金も少し出来た後も食べますね。そのSPAMの空き缶の中にこのように植木屋さんで三百円くらいで売つている小さな土つきの花を入れますと、何となくアメリカの雰囲気が出ますね。これは雑誌に出していましたよ。

ガラスを組み合わせて上品に!

SPAM(340g) 346円(税込) 詳しくは http://www.junzosen.com フリーダイヤル:0120-103-712 お電話でお求めいただけます。



順造さんのウェルネス vol.04

順造さんが体調、健康維持、病気予防の為に
行っていることをご紹介します。

まず朝食を抜く



私はこの七、八年朝食を食べないように
努めています。それで何の不都合も健康上
ありません。

朝食をしっかり食べないと、健康に悪いと
書かれている本が、たくさん出ていますが、
正反対の方法で健康と体重維持に務めて
います。

それは八年位前に小山内博氏の「生活習慣
病に克つ常識—まずは朝食を抜く！」
という本との出会いから始まったのです。

著者は 東京大学医学部卒業、(財)労働科学
研究所所長の経歴を持つ人で、いい加減な
人ではありません。

体重も昼を軽く済ませているかぎり、体重
が増えることもないようです。
仕事の関係上昼を普通に取、それが二、三
日続きますと、体重は確実に増えますね。
増えたらすぐ食事を減らすの対応が
出来れば、体重というのはすぐ戻るよう
に思います。減らす努力をせず、そのま
ま一ヶ月も置いておくと、戻すには大変な
努力が必要になるのは間違いないとい
うのが経験上分かったことです。

詳しくはこの本を読んでください。



私は週末一日写真を撮ることに
当てています。
4年近く続けていますが、これを
続けてこられたのは多田幸二
先生という人のおかげです。
何かをするには、師匠をまず持つ
ことが一番大切なことと思っ
ていますが、毎週末撮った写真を先生
に送り、先生は「多忙の中、その
一枚一枚に講評をしてくださりと
いう年月が四年近く続きました。
何かをしようと思ったら、
まず師匠を...です。
師匠を見つけれない時は見つ
かるまでやらない。
これは私の人生から学んだことです。

「私の思い」
私は「生」という言葉が好きです。
「なま」とは読まず、
「き」というのが好きです。
「き」は生、気にも通じます。
まじりけがない気のもった、人の手を加えず、
自然のまま。まさに私の「順造選」の基本テーマです。
自然という、何も加えずそのままという感じで
簡単なように思えますが、これがなかなかの難物なのです。
一般的には、
●いつも変わらない味にする為に化学添加物保存料が使われています。
●「き」が分離しないように安定剤が使われています。
●自然な香りを出すと称して香料が使われています。
●自然の色を維持する為に色まてつけています。
「き(生)」ていくには、
世間一般にしていることを、あえてしないということになります。
したがって「自然な味」とは、
●いつも同じ味ではないのが普通。
●「き」は沈殿するのが自然。
●自然な香りはそんなにきつくはない、やわらかく、それ程判らない。
というわけです。

「私が撮ったカエルさん」



四年程前、オーストラリアのメルボルンに行き
ました時の日曜日、市内から電車に乗り、高級
住宅街に近接するサウスヤラ地域のショッピング
グ通りを歩いてみると、小さなオーガニックの
ドラッグストアがあり入ってみました。
棚を眺めて一番パッと目に停まったのが、
この赤黒のデザインです。
「HONEY」と書いてあるがその前の「MANU
KA」と「MF10+」の数字が5から上
五、六種類あり「一体何だろうと手に取っ
て見えます、隣に居たオジサンが
「この「MANUKA HONEY」知ってるか？」
と尋ねてくれ、「否知らない、これは一体何ぞや？」
というところから話が始まりました。
もともとオーストラリアの原住民が傷口に
塗っていたものだそうで、抗菌殺菌力があるん
だが、手術の跡を消すには、これは効果抜群
だ！とTシャツをまくり上げて、「手術後に
これを塗っているが、こんなに手術の縫い跡が
消えてきて、皮膚が綺麗になつてきたんだ」と。
「へえ、それは凄くないか？」
このUMF15とか10+とは何ぞや？
「それは抗菌力という修復力の強さを
言うんだ。」
「あなたは十何ぼを使ってその傷口が
きれいになったんだ？」
「10+を使っているが、これで十分効果
があるよ。」



マヌカハニー10+(250g)
3,990円(税込) 詳しくは
フリーダイヤル:0120-103-712



びっくり
はちみつ
の
効能！
傷が治る！
ニュージーランドの
マヌカ・ハニー

というところで初めてこれを買って使った
のです。
私の腹の小さな傷跡がケロイド状になっている
ので試してみる。
すると、段々小さくなっていくではないですか？
「これは凄くないか？」
これを紅茶に入れる、喉がおかしい時はこれを
なめる等々、いろいろやっています、結構
役に立ち、その後オーストラリア、ニュージー
ランドへ行く毎に買っています。値段は高いの
ですが、身体を治すマヌカハニーは凄くないか？

雑感



この大きな梨、高知県針木産の「新高梨」と呼ぶんだそう。

この大きな梨、高知県針木産の
「新高梨」と呼ぶんだそう。
これをいただき、鬱蒼と茂った
樹の下で食べる。大きなサイズ
なので大味なのかなあといい
ながら食べてみますと、これが結構
甘く、美味しいのです。
どうしてこんな大きな梨が木か
ら落ちずに、ぶら下がっておれる
のでしょうか？
不思議ですね。こんな大きなも
のが枝にいくつもぶら下がって、
枝は折れないのですかね？
自然の力には摩訶不思議なもの
があります。
ぶら下がっている所を
見てみたい！！！！

私の居場所

突然失礼します。
あんまり美味しいのでびっくりして、おもわず筆を
とりました。
五十路を越し、身体をいろいろ試してまいりましたが、
こんなに美味しいクランベリージュースは始めてで、
大好きになりました。これからはせめて
飲み続けていこうと思います。これからも美味しい身
体に良い製品をお願いします。

「順造さんからお返事」 魚油とか黒酢と混ぜて飲むのは
最高ではないでしょうか。聞いただけで効いているなあ！
と思いますよ。
効いている！助けられている！有難い！とまず思うことが、
一番大切なことだと私はいつも思っています。

「順造さんからお返事」 殆どの男性は年を重ねることに、
前立腺肥大、前立腺炎と関わってきますからね。ザクロジ
ュースが良いとかの発表がある大学の研究室から出たこと
もありますが、どれだけの効果があるのでしょうか。
私も後期高齢者ですから、前立腺肥大の心配もありますの
で、ザクロ、クランベリーのジュース、エキナシアのサプリ
などは飲んでみます。何でも良いと言われるものは、出来る
だけトライしてみたいというのが私順造の主義です。お蔭さん
で悪くはならず元気にやっています。
それにしても八十八歳で武道の指導をしておられるとは
素晴らしいです。最敬礼です。

「順造さんからお返事」 静岡県 男性 88才ーさん
幸い健康で現役の武術指導者として生活して、います、が、
以前から前立腺肥大で排尿に少し難があり、友人に
奨められてザクロジュースを飲んでみました。
未だ明確なところは判りませんが、少しづつ効果があ
るようにも思われますので続けて飲んでみようと思
います。

「順造さんからお返事」 私個人は世界一のクランベリー
ジュースだと思って、大好きなです。世界中を旅して、行く
先々でクランベリージュースを飲んできましたが、これ以上
のものはありませんでした。アメリカの女性からも日本で順
造選クランベリーを飲んで、こんな美味しいクランベリージ
ュースはアメリカでは売ってない、驚きのメールを頂いた
こともあるんですよ。

お客様のお声
クランベリージュース 兵庫 女性 0さん