身体に優しい 順造選

順造選便り

お伝えしたいこといっぱい…の気持ちをこめて。

順造選ショップ 2016年7月号 vol.47

無料配信（郵送）をご希望の方は
0120-103-712 受付時間 9時～18時（土・日・祝日を除く）
FAX.06-6443-2025 24時間受付
http://www.junzosen.com/
ネットでも配信中!
〒550-0003 大阪市西区京町堀1丁目18-5

七月のお便り

もう早や七月。飛ぶように月日が過ぎていくのに驚いています。エイ、ヤァ!と「時」を止めたくなりませんか!しかし、止めた時は死んだ時ですね。それは困る!私のこの世での持ち時間は日一日と確実に減っていくのですから、この残された時間を更に有効に使うしかなさそうです。フランスの作家、ポリス・ヴィアンは言っています。「失った時間とは、他人の意のままになっていた時間のことを言う」と。付き合いのため仕方なく出ている夕食会や会合がどれだけあったことか!!他人の目を気にして、自分が受けているのです。自分にとって重要でないものはきっぱり断っていかねばと更に思います。できる限り、もう気の合わない人、気の乗らない会合には近付かないのです。(出来るかなぁ?)つまらないが、やらねばならぬ小さなことはそのつど片付け、「後で」と先に延ばさないことも重要なことと気付いてきました。鞄の中には、不要なものが一杯。その日必要なものだけにすると鞄は軽くなり、中身をゴチャゴチャ探すこともなくなり気分もすっきりです。何でもシンプルに単純にすることで、どれだけ時間とエネルギーとストレスを減らせることか。週末は、全く何もしない自分の気ままな時間を確保する。ベランダの椅子に足を延ばし、時の流れに身をゆだね、かすかなピアノの音をバックに、シガーをくわえ、半分眠りながら流されていく生と死の境目か。このような時間を持つことで、意欲的にチャレンジャブルに私は生きていけるように思います。八一才まだまだ捨てたものではありません。

ひとくちメモ

「ながしまクリニック」の永島先生のこの言葉が忘れられません。ある時、私が「突然、こんなに悪くなったのですが…」「突然、こんなものができたのです…」と言いますと、先生いわく「病気は溜まってたものが、ある日突然弱い所に出てくるのですよ」そうなんだ!桜の花もある日突然、咲くんだ!そのように見えるんだと変に納得。地下に溜まってきたマグマが一番弱い箇所を突き破って、噴き上げてくるんだ。病気もそうなんだ。

至言

暁鳥敏師の

血にまみれた手負いの中から
「これからだ」と叫ぶのであります。
闇に迷って溜息の中から
「これからだ」と叫ぶのであります。

この言葉に出会ったのは、四十才前後、どん底を這いづり廻っていた時でした。この言葉に勇気づけられ、救われでしょう。魂の言葉には人を揺り動かし、震えさせる力があります。

あなたに感動の一冊 本便り

丁先生、漢方って、おもしろいです。

丁宗鐵、南伸坊　朝日新聞出版

イラストレーター、エッセイストの南伸坊さんが生徒になり、漢方専門医の丁宗鐵先生に漢方や身体の事を尋ね、先生があちこち脱線しながら、漢方と病気の話や医療全体の問題やら、人間の身体について、面白く、解り易く話し合っている本です。身体と病気について、これ程面白く役に立つことが書かれている本に初めて出会いました。読まれたら病気や身体についての考え方が変わりますよ。

ワインの話

ワイングラスとワインの味

家でどんなグラスで、ワインを飲めば良いかとなると、どうしたらより美味しくワインを飲めるかということにつながりますので、さてどうしたら良いでしょう？
ご自宅で小売3,000円以上のワインを飲まれる場合は一寸グラスにこだわって飲まれませんか？不思議な程、ワインの味がより美味しくなったと思われ、味わいが全く異なってくるのに驚かれる筈です。
さて、どんなグラスで？となりますと、まず下記のよく知られていて、百貨店やワインショップで売られている「リーデル(RIEDEL)」というブランドのグラスで、型は

Ⓐ【ボルドー】タイプのグラス
厚みのあるボディのしっかりした赤ワインに向いています。
Ⓑ【ブルゴーニュ】タイプのグラス
酸味の強いライト～ミディアム中程度のボディの赤ワインに向いています。

まずはこの２つのグラスを揃えて置けば安心です。理由などはいろいろありますので、ここではより美味しくワインを飲むためのグラスの紹介にとどめますが、簡単に言いますと空気の流れ、口への入り方、ワインの舌への当たり方により味が変わってくるのです。
この2つのグラスしかない時は、白ワインはⒷで飲んでみましょう。

【Aタイプ】
リーデル ヴィノム
ボルドー
ワイングラス
6,048円(税込)

【Bタイプ】
リーデル ヴィノム
ブルゴーニュ
ワイングラス
6,048円(税込)

2倍位、美味しく感じられると思いますよ。
一度お試しあれ！

順造さんの旅日記

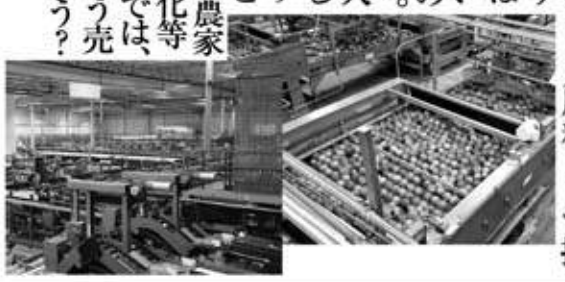
順造選ザクロジュースを求めて♪

ザクロの旅

順造選ザクロジュースのザクロの旅の話をしましょう。
ザクロを栽培している会社がロサンゼルスのサンタモニカ空港から四人乗りの単発プロペラ機(自家用小型機)で四十分位の所のザクロの畑まで連れて行ってくれます。飛行機の上から見ますと大きな砂漠のような光景が拡がり、その

一部に黒く見える部分がザクロの畑です。到着しますと畑の中に滑走路、まさに砂漠の真中にザクロ畑を作っているのです。水は一〇〇km以上のはるかかなたの山から水路を作り、その畑まで運んでいます。このザクロを見て下さい。直径十五cmもある大きなザクロにびっくりします。これを手で割って食べてみますと

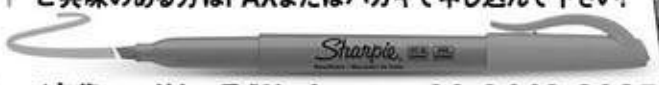
美味い!日本のザクロとは全く違います。収穫期の十月頃になりますと、この畑から日に大きなジャンボダンプカーのようなトラックで一〇〇台分のザクロが洗果、選別工場に運ばれるのです。それも巨大な工場で最盛期には三、〇〇〇人もの人が働いていますよ。その多くは生食としてスーパーで売られ、一部ジュース原料として搾汁されます。アメリカの大規模農業は会社が経営していて、とにかく農業の規模が違うのです。日本の農業は個人が中心で、会社としては出来ないのですから食を世界にと言われても、農協が農家を支配して、効率化等夢のまた夢の農業では、世界市場の中でどう売っていけるのでしょう？不思議です。



50名の方にプレゼント!!

私愛用の Sharpie Accent® Highlighter - Pocket アメリカの蛍光マーカー

私は本にマーカーで線を引きまくりますので、よく蛍光マーカーペンを使ってきましたが、どれも1ヶ月も使えば情け無いくらいすぐドライアップします。しかし、アメリカのこのACCENT社の蛍光マーカーは半年も、長ければ1年も使えます。
そして高くないのです。
6月にアメリカに行き、少し買ってきました。
先着順50名の方に無料で1人1本お送りしますので、ご興味のある方はFAXまたはハガキで申し込んで下さい!



ご応募はハガキかFAXで!►FAX:06-6443-2025

おすすめの音色♪ CD

「BEAUTIFUL DAYS」 BRIAN OWENS AND DEACONS OF SOUL

ブライアンオウェンズ、今ニュークラシックソウルの最先端を走る新たなソウルスターの最新作です。この春、ウットォシイ元気のない日が続きましたので、ソウルミュージックでも聴いて元気を出そうとネットで探し、このCDに出会いました。タップを踏み、リズムに頭が動き、血が流れ始めたと感じた。この音に身体が動く自分に「まだまだ行けるぞ!」と思いを新たにしたのです。

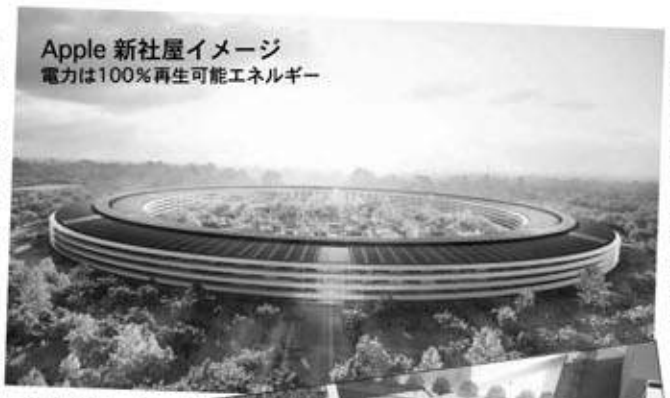
順造さんのウェルネス vol.45

『加齢と向き合い、チャレンジ』

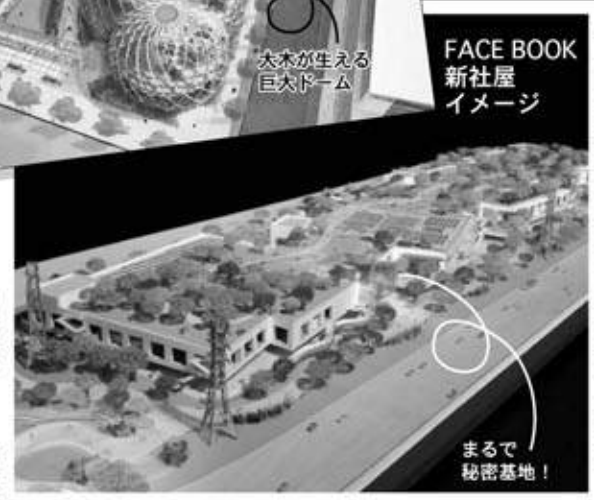
先月6月で81才になりました。
頭の中は若いままで衰えを全く感じず、肉体は日々、月々衰え、弱っていくのを実感しながら過ごすのですから年をとるとは変なもんですよ。
「アンチエイジング」という言葉が新聞紙上、特に女性化粧品の広告によく使われています。
「抗老化」、「抗加齢」という意味なのですが、どう抵抗することができるんだろう？
「できないと思うな」というのが私の実感です。
「加齢」に伴い、見た目と中身、どちらが気になりますかという質問に対し、女性は「見た目」を選んだ人が75％位だそうです。
身体はボロボロでも、顔は見た目若々しくありたいというのが女性の気持ちなのだろうと思います。男の私などは身体そのものが若々しくあって欲しいのですが、何をやってもそうはいかず情け無いかな年相応の身体そのものです。
見た目は若く見えるそうです。
身体のいろんな箇所がどうやっても年を重ねるごとに衰えていくように思えてなりません。
特に運動を激しくやってきた人は腰や足に不具合が年とともに多く出てくるようです。
どうも運動をして居れば、身体は衰えてこない、若々しい身体を保てるというのは現実的ではないように見えます。
私はただ身体も心も健やかに生きたいと思うだけで、いろんなものを飲んだり、食べたり、ストレッチをしたり、十字式健康法、整体、漢方等のお世話になっています。
身体の不具合はあちこちに出来てきますが、その不具合に負けて落ち込むことなく、生きることにチャレンジしたいですね。
（できるかどうか自信はないのですが…
やらねば！）

私の居場

最近、雑誌や本を見てますと、アップルが建設中の新社屋は写真のように四階建てのUFOというか宇宙船型のような建物で、ドーナツ型の中庭・外にも何千本もの木が植えられ、土地の八〇％が緑で覆われるそうです。

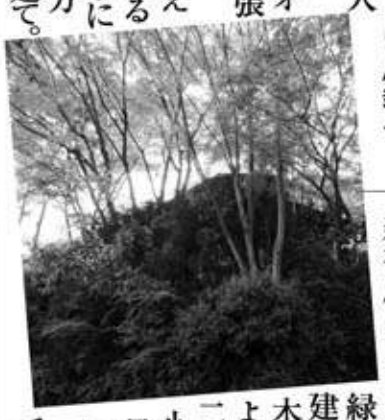

Apple 新社屋イメージ
電力は100％再生可能エネルギー

AMAZON
新社屋
イメージ
大木が生える
巨大ドーム


FACE BOOK
新社屋
イメージ
まるで
秘密基地！

FACE BOOKも負けずに秘密基地のような新社屋計画を発表。屋上には木を植え、林のようにし、まわりにも木を植え、周囲の環境に調和し、低層です。目立たないものになるそうです。

収容人数は二六、〇〇〇人となるとのことですよ。
また、AMAZONも新オフィスを計画中でガラス張りの丸いドームが三つ、くっついて、中には木が生えているそうです。外から見ると大きな植物園のように見えます。二〇キロ平方メートルの敷地の中に五階建て。



アメリカの大手IT企業がいずれも超高層ビルを否定し、低層の前衛的な建物デザインを採用し、オフィス環境を緑の中にうずくまるようにしようとしている。先日行った二子玉川の楽天の新社屋は旧ビル風の高層ビルで主張も緑もZEROのつまらん建物でした。
木々の中にうずくまるような家に住みたいと二五年以上前に立てた小さな我家は時代の最先端を行っていたのかもしれない。

順造逸選

順造さんが今、お薦めしたいこと

国内産（〇〇％）二十八雑穀米

雑穀米と聞いただけで、まずいだろうなぁ…！と私は思いました。誰でもそうだろうと思いますよね。家内に「これを入れて一度炊いてみてよ」と言い、今晩のご飯はまずいなぁ！と思いながら出来上がったご飯を食べてみますと、「エッ！」です。そんなにまずくないのです。食欲が減るというのでもなし、結構これ食べられるなぁ！と話をしながら食べ終え、びっくりします。なんと言っても二八種の国内産（〇〇％）雑穀が入っているのですから、健康に悪い筈がないと思うと、週に二～三回は食べられそうだ！と思う。一度食べてみて下さい。なるほど、そんなに悪くないなぁ！と思われる自信がありますよ。

FOD9639
国産の二十八雑穀米（300g）
本体価格714円／税込み771円
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

スタッフ森下の順造選の「トロピカルドリンク」

第二十九回

『買ってよかった！ちょこっとご紹介♪』

真夏の昼下がり、日射しが照りつける外出を避けてお部屋でまったりと濃厚なトロピカルジュースをゴクリ！ちょっとお洒落なグラスを選び、氷を入れてカララン♪出来れば窓際から青空が見えるといいですね。
午後ホッと一息つく時間が、まるで南国リゾート気分になります。
「自画自賛」になってしまいますが、順造選のトロピカルジュースは濃い！果汁含有率が高いことも相まって果物を丸かじりしたような旨みがジュワ～。
実はお子様にも大人気なマンゴやパイナップル。夏休みに集まる機会があれば、冷やしておいて家族みんなで南国気分を味わってはいかがでしょうか？

GFT60874
トロピカルジュース4種
（180ml×20本）
本体価格4,538円／税込み4,900円
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

これぞ昔風たくあん ぬか漬け二年沢庵

大根を干して、二年漬け込んでいます。噛むとバリバリとタクアンを噛む音がして、タクアン食べてるなぁ！と思いますよ。甘くありません。昔のタクアンの味、これぞタクアン！と言いたい。いいタクアンを求めていろいろ食べ、これ迄二～三点これはと思ったタクアンを紹介してきましたが、やっと満足できるタクアンにたどり着きました。これぞ私が求めていたものです。毎晩食べています。今スーパーで売られているものは食べられません。是非一度食べてみて下さい。嬉しいタクアンですよ。

FOD9621
ぬか漬け二年沢庵（一本）
樽出し二年漬け昔風たくあん
本体価格650円／税込み702円
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

雑感

アメリカの大統領選挙で注目のトランプさんは日本駐留米軍の費用は全額日本が負担すべし、でなければ引き上げると言われ、話題になっています。
いろんな意見はあるようですが、私はそれなら全額日本が全てを払い、アメリカ軍隊を傭ってアメリカ軍を傭兵化してやればよいと思いますが如何でしょう？日本の意のままにアメリカ軍隊を動かすと言えば、どうなるのでしょう？面白いではありませんか。引き上げられたら困るという発想ではあの人種とは対抗できないのです。堂々とどうぞどうぞ全額負担で傭ってあげますよと言えばいいのになぁ！胸がスーッとしますね。アメリカ大統領選挙のトランプ氏の言動を見ていますと、あれこそがアメリカ人、アメリカの原点だと思うし、そこにアメリカは回帰し始めているように思えてなりません。

お客様のお声

にんじんジュース・人参りんごミックス

埼玉県　男性　45歳　S・E様

思ったよりすごーくおいしいです。
にんじんジュースとにんじんりんごミックスを飲んでいます。毎日は飲めてないけど本当にうまい。
にんじんは食べるけど、にんじんジュースはあんまり好きではありませんでした。なんかイメージは、くさい気がしていまして…だがこれは飲みやすくすごーくうまい。これなら近所のちびっこやプレゼントに最適だね。

【順造さんからお返事】
男性の方からのお言葉は非常に珍しく、嬉しいですね。この人参ジュースは優れものだと自慢のジュースです。世界で一番美味しい！！！！！！！！にんじんジュースと言いたいのですが…
男性の人からお褒めにあずかり、喜んでいます。

ジュースギフトセット

50代　女性

お世話になった方へ、お礼としてお送りしました。ご年配のご夫婦ですが、とても美味しかったと、喜んでいただけて嬉しかったですね。
こんな重いものは、なかなか購入しないと思っていたので良かったと思っています。

【順造さんからお返事】
大手の会社が作っているジュースではインパクトが無いですもんね。無名で、ちょっと変わった果肉の入った美味しいジュース、受け取られた人がその良さを解ってくださり、ホッとしています。

マヌカハニー

神奈川県　女性　T・E様

美しい新緑の候となりました。本日はお葉書をいただきまして、有難うございました。三年前、胃の検診でピロリ菌による胃炎と言われまして、悩んでおりました所、貴社のマヌカハニーを飲用し調子が良くなり驚きました。昨年十二月の検診では何も言われませんでしたので、いい方に向かっているのだと思います。今後も油断せず続けて行きたく思いますので、宜しくお願いします。

【順造さんからお返事】
このニュージーランドから来ました蜂蜜はチョット違いますね。炎症に良いようで驚きます。
私の腹の切り傷後のケロイド状が消えていきます。胃炎も口内炎も喉痛も私はこれです。プロポリスと共に我家の常備薬ですよ。

◎お客様の声・お手紙お待ちしております！　採用された方にはもれなく粗品進呈中。