



~沖縄にこにこ元氣島より~

チャンブルー通信

※チャンブルーとは…もとは「混ぜ合わせる」という意味の沖縄方言。様々な歴史を背景に、沖縄の人々が培ってきた異なる文化を受け入れる、寛大な心や、様々なものを「混ぜ合わせ」、さらに良いものに発展させていく沖縄独自の融合文化のことをいいます。

2011年
4月号
第75号

今月の沖縄の平均気温→21.5度

東北地方太平洋沖地震による影響について

3月11日(金)に発生した東北地方太平洋沖地震により被害を受けられました皆様に、心からお見舞い申し上げます。一日も早く復旧をされますことを心よりお祈り申し上げます。今後も地震の影響によりお届けに遅れが予想されますので、何卒ご理解のほどよろしくお願ひ申し上げます。

「食洗機」
深夜に帰る日かけっこう多い。
夕食は、当然一人。その後、僕の使った食器が残る。
嫁は、できたもので、起きてきて、片付けてくれるが、
最近、僕かすすんで洗うようになつた。二つの理由かうだ。
一つは、冬場から嫁の手荒れかひどく、少しでも、水や
洗剤に触れる回数を減らしてやりたいということ。
もう一つは、ながらく暮らしてきた実家を離れるとい
うことだ。(現在、僕の家族は実家で暮らしている。)
保育園のころから、慣れ親しんだ実家。そして、キッチン。
僕の母は、電電公社へ今のNTTの電話交換手で、深夜勤務や
食事を温め、後片付けもやっていた。
母は、この面だけは、すごく厳しかつたが、今思うと、生活の
基本的な部分を大切にできたのは母のおかげと感謝している。
新しい住居には、「食洗機」なるものに入るそうだ。すごく便利
なものらしい。
最近、深夜に食器を洗いながら、実家やその思い出たちと顔
を洗機か洗うのだろうか?...と考えている。

このコーナーは皆様に少しでも「心」を伝えたいと思い、手書きにております。乱筆・乱文、ご了承ください。

沖縄にこにこ元氣島
代表 本村 周一

今月の
元氣な顔



呉屋 ツル子さん・84歳（大正15年生まれ）

ツル子さんは、小学校を卒業して中学校に進級して、すぐに家庭の事情で住み込みの家政婦の職に就きました。子守りが主な仕事で、兄弟のいないツル子さんにとっては弟のように可愛く、その人がお医者さんになって活躍されていることが嬉しいとニッコリ。また、学校に行けないことが辛かったが、住み込み先が教員宅で本当の子どものように読み書きを教えてもらったおかげで、今も日記を付けたり本を読むことが好きですよ。人と人の出会いを大切にご縁に感謝ですと、ツル子さんは素敵な人生を楽しんでいます。

2011年
4月号
第75号

今月の沖縄の平均気温→21.5度

ご紹介制度のご案内

お客様のお知り合いやお友達をご紹介してください♪

おトク!
ご紹介した方も
された方も

もらえるプレゼント!

「紹介制度」はすでに「本商品^{※2}」をご購入いただいているあなた様が、沖縄にこにこ元氣島の商品を大切な方へご紹介下さい。その方が「本商品^{※2}」をご注文下さった場合、あなた様と大切な方に素敵なプレゼントをお送りする、とてもおトクな制度です。

step1 あなた様

ご紹介したい大切な方に、あなた様のお名前とご登録のお電話番号をお伝え頂きます。

大切な方にお伝え下さい

あなたの様の

- お名前
- ご登録のお電話番号



step2 ご紹介を受けられた方

ご紹介を受けられた方から直接、沖縄にこにこ元氣島にお電話下さい。☎0120-302-797
9:00~17:00(日曜・祝日を除く)

受注スタッフにお伝え下さい

「紹介されたんですけど・・・」

★ご紹介したあなた様の

- ご登録のお電話番号
- お名前

★ご紹介を受けられた方の

- お名前 ●お電話番号
- ご住所 ●お誕生日
- ご注文商品



※個人情報保護のための注意点

個人情報保護のために、必ずご紹介を受けられたご本人、もしくはそのご家族の方からののみの受付となっております。

step3 ご紹介したあなた様、受けられた方お二人様へ

JCB商品券
1,000円分を
プレゼント!

ご注意!

ご紹介を受けられる方は、初回購入時に必ず紹介された旨をお伝え下さい。購入後の紹介制度の適用は出来かねますので、お気をつけ下さい。下記の場合は、紹介制度の対象外とさせて頂きます。誠に申し訳ございません。

- ①ご紹介を受けられる方が、ご紹介者様と同住所にお住まいの場合。
- ②ご紹介を受けられる方、もしくはその方のご同居者様が、すでに当社にご登録頂いている場合。
- ③商品が「お試し商品^{※1}」のみの場合

*「お試し商品^{※1}」のみを購入後、「本商品^{※2}」をご購入された場合は、紹介制度の対象となります。スタッフへ一声かけて下さい。

ご紹介された方のご購入商品が「お試し商品」のみの場合も、弊社からのちょっとしたプレゼントを差し上げております。

*1「お試し商品」とは、以下の4種類となります。

- ①チャンブルーウコン45粒
- ②すきと美味しいノニミックス300ml
- ③ノニザ★プレミアム100の300ml
- ④生きるフコイダン初回お試し半額

*2「本商品」とは、以下の4種類となります。

- ①チャンブルーウコン93粒
- ②すきと美味しいノニミックス900ml
- ③ノニザ★プレミアム100の900ml
- ④生きるフコイダン

プレゼントの発送について

とってもお得!
とっても便利!
ご愛用の方の 90%
が利用されています!

定期お届け コース

割引価格にてご提供!

お2つ以上からはさらに割引率UP!ご家族様でご愛用の方はとってもお得!

毎月自動的にお届け!手間いらず!

うっかり切らしてしまう心配もありません。

送料は日本全国無料!

いくつ注文をいただいても送料全国無料。お一つからでももちろん送料無料です。

いつでもお休み・解約ができます!

お届けする回数や期間にお約束はございません。次回お届け日の10日前までにご連絡ください。

節目ごとに沖縄県産品の素敵なプレゼントをお届け!

続けていただいているお客様には節目ごとに素敵なプレゼントをご用意しております。

ホームページもぜひ見てください!!

チャンブルーウコン

検索

沖縄ノニ専門店

検索

にこにこ元氣島 スタッフブログ

検索

周ちゃん社長

検索

お問い合わせはコチラまで!

(株)沖縄美健 沖縄にこにこ元氣島

フリー
ダイヤル ☎ 0120-372-698

フリー
FAX 0120-766-702

新社屋が完成しました!!

沖縄県南部にある与那原町東浜（アガリハマ）に沖縄にこにこ元気島の新社屋が完成いたしました。自然も多く、静かな環境で、とても素敵なところです。

先月3月19・20・21日に、みんなで力を併せて引越し作業。一同新しい事務所で心機一転しております。新社屋完成の大好きな感謝を込めて、お客様皆様へのサービス品質を向上のために更に頑張ってまいります。沖縄へ観光なさる際は、是非お立ち寄りくださいませ。

余談ですが、2階は本村の自宅となります。これから僕は24時間営業かもしれませんね（笑）。



本村代表



〒901-1304

しまじりぐんよなばるちょうあがりはま
沖縄県島尻郡与那原町東浜 95-6

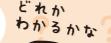
※お電話番号は変更ございません。

本村代表の

わがるがな 沖縄クイズ

Q 国道58号線が通っている市は？

- ①糸満市
- ②沖縄市
- ③宜野湾市
- ④豊見城市



本村代表

供たちは吸い込まれるようにそのまま海へ入っていました。

お見せできないのが残念です。子

うな岩が海岸に広がっています。透き通った海、カラ

町奥武島にある「畳石」です。まるでカメの甲羅のよ

うな秋に久米島へ家族旅行へ行きました。久米島



キレイな海に
子供たちも大はしゃぎ♪

元気島写真館

スタッフのおすすめ店



沖縄そば好きの飯田がおすすめする沖縄そば屋さんは、「沖縄そばと海産物料理の店 楚辺」です。とくにソーキそばが絶品!! とにかくソーキが大きくて別皿で登場してきます。スープはあっさりですが出汁がしっかりしているのでおいしく、ソーキの味は濃いめなので、スープの中に入れるとまた違う味わいになるから2度おいしい!! ぜひみなさんも召し上がってみてくださいね。

沖縄そばと海産物料理の店「楚辺」

住所:那覇市楚辺2-37-40
電話:098-853-7224
営業:11:30~21:00(年中無休)



スタッフ日記

名前の「うまんちゅ」とは
沖縄方言で多くの人の
名の意味です。

地元でどれた新鮮な野菜が並ぶ店内。私が
とれたての野菜は生産者の方のお名前入り
で、安心ですし、ボリュームもあって安いつ!
末の買い物に利用する事が多いお気に入りの直
売店です。
沖縄、糸満市にお越しの際は定
を伸ばしてみては?
いので新たな発見もあるかも!?

お土産や、地元ならではのおもしろい食材も多
くあります。

伊礼
新鮮な野菜が
お手頃価格ですよ

食べて元気! 食べてキレイ!!

~あなたをニコニコ元気にするちょっとイイ話~

あなたの健康を応援します!

お肌の衰えや体力の低下を年齢のせいにしていませんか?

イライラしたり、気分が落ち込んだり、集中力がないのを、能力やストレスが原因だと思っていませんか? 肥満や生活習慣病を体質や遺伝だからとあきらめていますか?

もちろん、老化やストレス、遺伝も、それらの不調の要因のひとつではあります。でも、それ以上に「食事」が影響しているケースは意外と多いものです。

「食べること」は明日の自分をつくること

私たちの体は約60兆個もの細胞の集合体です。お肌も筋肉も骨も・・・すべて細胞からできています。そして生きている限り、細胞は毎日新しく作られ、古い細胞は捨てられて入れ替わっていきます。

この新しい細胞を作る「材料」となるのが、私たちが口から食べたり飲んだりするもの。つまり「食事」なのです。「食事」から作られているのは、実は細胞だけではありません。神経伝達物質や消化酵素、代謝酵素、ホルモンなどを作るのも、すべて食べたものからです。体質や体調、精神状態に意外と「食事」の影響が大きい理由、少しおわかりいただけましたか? 今の自分は、今まで自分自身が食べてきた「食事」の結果と言っても言い過ぎではないのです。

「食べることは明日の自分をつくること!」普段、意識する

機会などあまりないかもしれません、改めて毎日の食事の大切さに気づいていただけたらうれしいです。

「食べること」をストレスにしない!

では早速、健康や美しさのために食事改善をしよう!と考えてみてください。皆さんは何から改善しようと思いますか? 人それぞれの考え方があると思いますが、私がよく耳にするのは、「健康診断までお酒をやめる」「体重が落ちるまで甘いものをやめる」など何かを制限するタイプの改善です。食事にこうした「制限」のようなルールを作ると、なかなか継続できず一時的に改善してもそれを維持できないケースがほとんどです。これではあまり意味がありませんよね。基本的に1日に3回、しかも一生続く食事がストレスになっては、体にとってプラスになるとはいえないのです。健康や美しさのために何かを我慢する食事をするのではなく、食事を楽しくおいしく食べて健康と美しさを実現したくありませんか?

日本には、季節や風土に合わせた様々なお料理が食卓を飾る素晴らしい食文化があります。

おいしいものが沢山あるのだから、楽しく食事をしなければもったいないですよね? このコラムでは、皆さんの健康と美しさを叶えるための「食事」のコツやポイントをこれからわかりやすく、楽しくお伝えしていきたいと思います。

かしわばら ゆきよ
柏原 幸代

管理栄養士
ライフデザイン株式会社 代表取締役
健康食育検定協議会 理事長



共立女子大学食物学科管理栄養士コース卒業後、流通業界で働きながらスポーツインストラクター養成スクールに通い、身体のことを学ぶと共に心身を鍛える。現在は、ライフデザイン株式会社を設立し、栄養士の育成と栄養士の活動フィールドを広げる取り組みを行っている。

4月のプレゼント

抽選で
5名様に

琉神マブヤー

マブヤー&ガナシー チョコクランチ



おが運びました!
きんじょう
金城

沖縄で子どもはもちろん大人にも絶大な人気を誇るキャラクターショーのヒーロー(琉神マブヤー)をかたどったお菓子。中身は、チョコクランチになっています。



ご住所・ご氏名・ご年齢・お電話番号をお書きになり、
下記のとおりお問い合わせください。

平成23年
5月10日
当日消印有効

〒901-1304 沖縄県島尻郡与那原町東浜 95-6
(株)沖縄美健 沖縄にこにこ元気島「チャンブルー通信4月号プレゼント」係
ハガキに記入された住所・氏名・電話番号などの個人情報の取扱については
(株)沖縄美健ではプレゼント当選者への賞品発送以外に使用いたしません。

*当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます★

ノニオリジナルギフト『絆』

ギフト用
化粧箱
無料

お母さんやお父さんに「これからも元気でいてね」の感謝の気持ちを込めて、健康ギフト贈りませんか。



- ノニザ★プレミアム 100
- すきっと美味しいノニミックス 300ml 各1本セット

2,900円(税込)



- ノニザ★プレミアム 100 300ml 2本セット

3,200円(税込)

- すきっと美味しいノニミックス 300ml 2本セット

2,600円(税込)

*900mlタイプもございます。詳しくはお電話にてお問い合わせください。

お届け先1件につき5,000円(税込)以上お買い上げのお客様へは、全国どこでも無料配達いたします。5,000円(税込)に満たない場合は、送料として一律525円をご負担いただきます。

送料

ニコニコ元気島 NIKOGEN CLUB

皆様元気な毎日を送るための情報発信元気島 NIKOGEN CLUB



すながわ
砂川



にこにこ元気な写真・お便り募集中!

私の孫自慢・あなたの好きな言葉・あなたの住む町の風景・健康状況

お客様からお寄せいただいたお便りを紹介するコーナーです。日々の暮らしの中で見つけたちょっといい話や感動したことなどを教えてください。また、お客様の可愛いお孫さんや町の風景写真なども大歓迎です。お便りが採用された方には沖縄のささやかなプレゼントをご用意しています。お申し込みの際はお客様のお名前、お孫さんのお名前、年齢、性別を書いて、所定の内容を記載、画像データを添付し、下記までお送りください。なお、生写真でも受付いたしております。

すべての
お便りの
あて先

〒901-1304 沖縄県島尻郡与那原町東浜95-6
(株)沖縄美健 沖縄にこにこ元気島
「チャンブルー通信『お便りコーナー』」係
E-mail info@nikonikogenki.com

違
いを教
えて下
さい!

主
に何に効くのでしょうか?

埼玉県 K・Sさま

～にこにこ元気島からのご案内～

※通信記事リクエスト!
チャンブルー通信に載せて欲しい記事、とりあげて欲しい「モノ」・「コト」などがありましたら、ぜひお教え下さい。

※チャンブルー用の「携帯ケース」差し上げます。
チャンブルー通信をご利用のお客様で携帯ケースを「無くした」、「コワレタ」、「もう一つ欲しい」など必要がありましたら遠慮なくお申し付けください。次回お届時に同封させていただきます。

※お引越し予定のあるお客様へ
お引越しの際は事前にお知らせ下さい。住所変更のお知らせがないと、商品のお届けに不備がでてしまいますが、ご協力宜しくお願いします。(※郵便局のような自動転送はございません)

お問い合わせはコチラまで!

フリーダイヤル 0120-372-698
フリーフAX 0120-766-702
ハガキ 売上明細書についている「お客様の声ハガキ」をご利用ください

ご注文ハガキ
の表面も
是非ご利用
ください。

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肝機能も良好です!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい

ノイザ★プレミアム100

チャンブルー用

肌までキレイに一ノ二つでスゴイ!

山形県 高橋 えさま

北海道 K・Tさま

秋田県 M・Wさま

沖縄県 伊礼 いれい