

～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。

3月11日(金)に発生した東北地方太平洋沖地震により亡くなられた方のご冥福をお祈り申し上げますとともに、被災された皆様とそのご家族の方々に心よりお見舞い申し上げます。

2011年
11月号
第82号

今月の沖縄の平均気温→25.2度

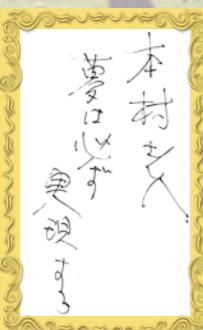
先日、福岡に日帰りでいってきました。
健康食品の大手通販会社「Y社」を長年、支えていらっしゃる
N氏にお会いするためだ。六年前、僕が、「沖縄一の通販会社を
つくろう」と決断したときに、目標にしたのが、このY社である。
当日、N氏は、同業他社である僕たちにも、自社事例を含め、
丁寧に色々とアドバイスをしてくださった。懐の深さをとても実
感し、また、温かい雰囲気の社屋や社員さんたちの対応をみてい
ると、ますます、「いつかこういう会社を創ろう」と想いを強く
した。実際に、憧れの存在に触ると、より目標が明確になる。
福岡に足を運んで、本当に良かつたと思える一日だった。Y社
には、まだまだ足元にも及ばないが、この六年間、多くのお客様
との縁をいただき、「通信販売会社」としての形ができてきました。
帰りの飛行機の中で、支えてくださるお客様に、あらためて感謝
の念が湧き、同時に、「夢に向かって、商品もサービスもお客様
への対応も、もっともっと磨き、がんばろう。」と力が湧いて
きた。

ここ数年、仕事が楽しく、「夢中」になれる自分がいる。「Y社
のような会社」そして、「沖縄一の通信販売会社」になろうとい
う夢があるからだと思う。それを、ただの夢で終わらせることがない
よう、今日も明日も、夢の中をひたむきに走り続けたいと思う。
今回、N氏よりいたたいたサインには、「お名前とともに、「夢は
必ず実現する」と力強く書いてあった。
僕の「心の支え」にしてゆきたいと思う。



代表 本村 周一

沖縄にこにこ元氣島



代表本村 ブログ

周ちゃん社長

検索

棚原 カナさん・92歳(大正8年生まれ)

私は、今とっても幸せさ。毎日の暮らしに満足しているよ。皆さんにも感謝しているよ、ありがとうねえ」と届けのない笑顔が可愛らしいカナさん。若い時は朝から晩までずっと働き通しで、いろいろご苦労もなさったそうです。でも、大阪や北海道を始め、台湾、オーストラリア、アメリカと海外にも旅行した楽しい思い出がたくさんあり、それが元氣の源となり、毎日充実していることです。そして、カナさんの目標は「100歳まで元気に長生きすること」。そのためには「何でも好き嫌いを言わずに美味しい食べているよ、また自宅周りのそうじを続けることを日課にしているよ」と、ニコニコと話してくれました。



今月の元気な
ご長寿さん

大好評！ ご紹介制度のご案内

お客様の友人(同級生・茶飲み仲間・サークル仲間)をご紹介してくださいよ

「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り、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。

ご紹介した方もされた方も
「まとう！」

もらえる
プレゼント！



チャンブルー
ウコン
93粒



すきっと
美味しい
ノニミックス
900ml



ノニザ★
プレミアム
100
900ml



生きる
フコイダン
150粒



かるいっぽ
30粒

step1 あなた様

ご紹介したい大切な方に、あなたの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・・・

- ★紹介したあなたの様の
- ご登録のお電話番号
- お名前

★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、必ず紹介を受けられた本人、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、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5種類となります。

- ①チャンブルーウコン45粒
- ②すきっと美味しいノニミックス300ml
- ③ノニザ★プレミアム100 300ml
- ④生きるフコイダン初回お試し半額
- ⑤かるいっぽ 10粒

*2「本商品」とは、以下の5種類となります。

- ①チャンブルーウコン 93粒
- ②すきっと美味しいノニミックス 900ml
- ③ノニザ★プレミアム 100 900ml
- ④生きるフコイダン 150粒
- ⑤かるいっぽ 30粒

プレゼントの発送について

商品券プレゼントは、商品代金の入金確認が取れてからの発送となりますので、商品購入後、2週間～1ヶ月後のお届けとなる場合がございます。あらかじめご了承下さいませ。

とってもお得!
とっても便利!
ご利用の方の
93%
が利用されています!
**定期お届け
コース**

特典1

割引価格にて
ご提供!

お二つ以上からはさ
らに割引率UP!
ご家族様でご愛用の
方はとってもお得!

特典2

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。

特典3

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。

特典4

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。

特典5

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
- 沖縄ノニ専門店
- 生きるフコイダン
- かるいっぽ
- にこにこ元氣島 スタッフブログ

- 検索
- 検索
- 検索
- 検索
- 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

離島元気島にこげー俱楽部

Nikogen Club

ご愛飲歴
5年 岐阜県 匿名希望さま

女性へくせに、毎日アルコール夕食は御飯いりせず
人休日ナシニ日本うらにナシチヤンブルーコンのあか
げだと思っています現在アマスマスえきて暑い毎日を
ハリ切つていま

お酒を飲むことで笑顔になれたり、ストレスを発散できたりもあるの、アーモードを飲むことが悪いことは私は思いません。そういう私もほぼ毎日お酒を楽しんでいます。悪い飲み方や飲みすぎには気を付けて、時には、肝臓をいたわりながら、これからも毎日元気に過ごしてくださいね。



ご愛飲歴
3ヶ月 東京都 匿名希望さま

主人と2人で毎日アルコールを飲むので購入してみました。
2袋目を飲んでから、朝がスッキリ目覚められるようになりました。だんだんケレなにならな気がします。

お酒を飲む前後に飲むと次の日に残りにくいみたいです。
今後も続けていくと思います。

お便りありがとうございます!
ウコンには疲労回復する効果もあり、またアーモードを飲む前に飲むと代謝が良くなり、二日酔い防止にもなります。毎日、ご夫婦でお酒を飲むなんて、すごく仲の良いご夫婦ですね!これからもご夫婦仲良く、素敵な時間を過ごしてくださいね☆



和歌山県 M・Sさま
ご愛飲歴
1年10ヶ月

いつも醉り気味で、歩きづら
いです。
私は、夫トドキの健康法を
いつもお守りして、夫の健康法は
とてもうれしくて、夫とも
よく話して、夫のいいところ
をよく見て、夫の健康法を
うけました。
本当にうれしいです!

M・S様、嬉しいお便りありがとうございます。
夫は殺菌・抗菌効果があることを言わせてもらっています。
100%のノイザ★プレミアムアムでしたら、肌に直接つけ
ても宜いんじよ。体に馴染んでお悩みを持っている方の
力ももっさるよう私達も頑張ります。



仕事も家事も体力勝負なので、痛みがあると本当に大変ですね。かるいっぽは痛みを起させるメカニズムに働きかけ、解消してくれるの、続けることが大事です!「1粒1粒の健康法」

いあのママ様、これからも「かるいっぽ」で快適な毎日をお過ごしください。



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・健康小物

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ます。お送りいただきましたお写真は随時、掲載させていただきます。

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

ご注文ハガキの表面も是非ご利用ください。

フリーダイヤル 0120-372-698

フリーフAX 0120-766-702

ハガキ

商品お届け時に同封されております
「お客様の声ハガキ」をご利用ください。

～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。

チャンブルー用の携帯ケースを「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ませ。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

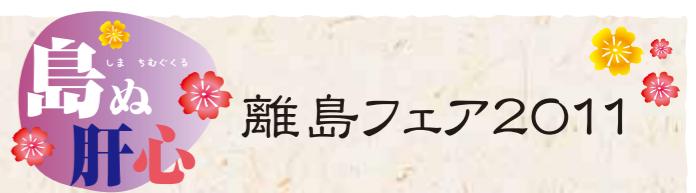
フリーフAX 0120-766-702

ハガキ

商品お届け時に同封されております
「お客様の声ハガキ」をご利用ください。



島々
ウチナー^{ウチナ}
めぐ



離島フェア2011

島々の多彩な特産物が一堂に。

沖縄には有人無人を含めた多くの離島があり、それぞれ島の魅力を発信するイベント。今年は「届けー島々からの恵み」をキャッチフレーズに、11月25日から27日までの3日間、沖縄セルラーパーク那覇で開催されます。35の島々から18の離島市町村が参加し、フェアは、毎年約12万人を動員する人気のイベントで、今年もさらなる来場者が予想されています。また、特産品以外に飲食が楽しめ

る屋台が立ち並ぶ「離島食堂」がオーブン。島の食材を使った素朴な美味やバラエティに富んだ味覚が楽しめるところ、こちらも大人気。さらに会場内に設けたステージでは島々に伝わる芸能が次々と披露され、雰囲気を盛り上げます。海に隔てられた島々の特産品を手にし、民謡や伝統芸能の舞台を楽しみながら島グルメを味わっていると、まるで島を訪れたよう気分。ゆるやかに時間が流れているようです。

今年もフェアは多くの人で賑わう予感。太陽香る島の恵みに誘われて出かけてみませんか。

肝心 (ちむくくる)

沖縄の方言で「真心」の意味です。
「真心」は「肝」に宿っているのかもしれませんね!「肝臓」をいたわって「真心」を育みましょう!!

医食同源 食はクスアイム

※沖縄の方言で「クスイ」は薬、「クスイム」は葉になるものをいいます。昔から沖縄で大事にされてきた「医食同源」の思想のこと。

材 料(1人前)

鰹節……………たっぷり
味噌……………適量
卵……………1コ
刻みネギ……………適量



- 1 大きめのお椀に材料を全て入れる
- 2 热湯を注ぎ、お皿などでふたをして2分くらい置く
- 3 お箸で味噌を溶かしながら召し上がり



カチューとは鰹のことよ。美味しいぬちぐすいさあ～
※鰹節は小さなパックに入った粉かつおではなく、花かつおや厚削りの方が香りや、うま味が楽しめます。
※沖縄の市場には塊のままの鰹節が売られています。もちろんお店で削って貰えますが、木の引出しがちな削り器がある家庭も多いようです。

カチュー湯

朝夕はめつきり寒くなつてきましたが、お風邪など引いておりませんか。

沖縄では昔から風邪の引き始めや、食欲がなくなんどなくだるいとき、「これ食べて早く寝なさい」とお母さんが作ってくれる料理がカチュー湯。料理といつてもお椀にたっぷりの鰹節と味噌を入れ、熱湯を注ぐだけの即席お味噌汁。好みでネギや卵、しょうが、またはにんにくや梅干しなど、その時の体調に応じてアレンジを加えます。鰹節の香りとうま味がダイレクトに味わえるカチュー湯は、免疫力を高め、疲労回復を促進して体温を調整する作用もあるのです。熱々をフーフーしながら飲めば風邪も吹き飛びますよ。一日酔いの時や朝食にもオススメの簡単スローフードです。

お客様の作品コーナー

大阪府 松山様の
絵手紙とレース編み



大阪府 松山様

いつも絵手紙を送ってくださる松山様、今回は素敵なレース編みも一緒に送っていただきました。すごく素敵です。私も何度か挑戦しようと、本を購入した事がありますが、編み方が全く理解出来ず断念しました。

松山様が近くにお住まいだったら、弟子入りしたいくらいです。額に入れて飾させていただきます。ありがとうございました。



江田

元気島写真館



「ちらさん」「テンペスト」に出演した
龍木勇人さんが披露宴の司会でした。



おめでとうございまーす！
琉球王朝時代の正装・琉装での登場！



AKB48のダンスで大盛況！

私事ながら9月23日に結婚式と披露宴を行いました。

沖縄にここに元気島のスタッフによる余興は大盛況で、関西から来た友人たちもお金もらって興業できると大絶賛。私達や来賓のみなさまに「にこにこ元気」を届けてもらいました。思い出に残る最高の披露宴でございました。感謝！



西田

本村代表の

わがるぐな 沖縄クイズ

Q 女性の髪の結い方を何と言うでしょう

どれか
わかるかな

- ① マルマゲ
- ② カンパー
- ③ カリアゲ
- ④ ウサゲ



もとむら
本村代表

スタッフ日記

今年の夏は海に山にアウトドア満喫。夏の締くりに、草野球メンバーと家族ともどもで、沖縄本島から車で行ける離島・古宇利島にある素敵なペンションフルーリーで1泊。

気の合う仲間と家族でワイワイと良い思い出が出来ました。



宮国



ペンション・フルーリー
オーナー夫婦が良い方です。



広い敷地で
大満足のわが娘。



帰りは疲れて
ぐっすりです…



11月のプレゼント

抽選で
5名様に

「飲む玄米 黒糖玄米
& 飲むライス ミキ
8本セット」



私が選びました！



フジテレビ「笑っていいとも」でも紹介されたご当地ドリンク！沖縄では昔から栄養食品として親しまれてきた飲み物です。見た目は少しグロテスクですが、甘くとろみがあり一度飲むとハマってしまうかもしれません。私も大好きな飲み物です。

ご住所・ご氏名・ご年齢をお電話番号をお書きになり、平成23年12月10日
下記のとて先までご応募ください。

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 沖縄にここに元気島『チャンブルー通信11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いについては
(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

スタッフのおすすめお店



グルメ編



よねやま
米山

昭和40年にオープンした、沖縄初のドライブインレストランで、店内の雰囲気、料理の味とともにアメリカンな感じのお店です。24時間営業で、テイクアウトもOK。国道58号線沿いにあり、真夜中のドライブでも立ち寄ることが出来ます。僕のおすすめは、ハンバーグとスープです。

シーサイドドライブイン

〒904-0415 沖縄県国頭郡恩納村仲泊885 TEL:098-964-2272



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!

食欲の秋!スポーツの秋!とはよくいったもので、一年でもっとも過ごしやすいこの季節。美味しいものを食べたり、山や公園など行楽地に出かける人も多いですよね。

近くの公園でも、休日になると多くの人たちが集まり、そして体を気持ちよく動かしている方を多く見かけるようになりました。最近は、ウォーキングやランニングを楽しむ方も多くなっているようで、スポーツ売場に行くと、色鮮やかなウェアーやシューズが並んでいて、なんだか気持ちが明るくなります。

運動していますか?

さて、皆さんは何か意識して運動されていますか?

体を動かすことが好きな方…体を動かすことが苦手な方…いろいろな方がいらっしゃると思います。でも、健康の為に体を適度に動かすことは、食事を毎日する事と同じくらい、とても大切なことです。

かつて、私たちは日常生活の中で、知らず知らずのうちに体を動かしていました。日常生活そのものが、運動だったと言っても良いかもしれませんね。それが最近では文明が発達し、掃除や洗濯など家電製品に任せてしまえる時代に…つまり、自らの体を使う時間が昔に比べ明らかに短くなってしまっています。

私たちの体は、まったく負荷をかけないと筋肉が萎縮し骨も減少してしまう事が分かっています。幸い地上には1gという目に見えない重力があり、私たちの体に負荷を与え続けていて、実は普通に生活しているだけでも、

多少は鍛えられています。ただし、ベッドに寝たきりの状態では、筋肉の萎縮と骨の減少が起こってしまう事も実験等でわかっていますし、何も意識しない日常生活だけでは、やはり運動量が少ないのも、また事実です。

無理をしない最適化の運動

では、どれくらいの運動が最適なのか?

これは、ズバリ! 皆さんが無理せず続けられる程度の運動…という事になります。たとえば、1週間に1度、休日の時だけ拭き掃除をする。出来るだけ手を肩から大きく動かして、窓拭きをする。通勤・通学の時に、エレベーター やエスカレーターを1度は使わないようにする。そんなちょっとした日常生活の心がけで最初は十分です。全く動かさないより、今よりもっとでも意識して動かす箇所が増えたり、動かす時間が増えれば、1年経てば随分違うはずです。それから、お勧めのがストレッチ。急に運動しようと思っても、今まで筋肉を使わなかった事で筋肉自体が硬くなっている場合があり、怪我をしやすくなります。ストレッチが苦手な人は、「1日1回伸びをする」これだけでも、伸びを全くしない事と比べれば、大きく違いが出てきます。繰り返しになりますが、

ポイントは「日常の当たり前にできる範囲の事から始める」ということ。そして、「常に自分のライフスタイルに合わせ、その時々の最適化を見つける」ということ。

本格的な冬が来る前に、いつもより体を多く、そして大きく動かす癖をつけておきませんか?



かしわばら ゆきよ
柏原 幸代

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、食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。



年末年始の配達について

平素より格別のお引き立てを賜り、
誠にありがとうございます。

年末年始の配達につきまして、交通機関の混雑、運送業者の年末年始の対応のため、

商品のお届けに遅れが発生する場合もございますので予めご了承ください。

特にメール便でのお届けにつきましては、お届け日の指定が出来ない為、通常より2日早く沖縄から発送いたしますので、多少お届けが前後する場合がございます。なにとぞご理解のほどよろしくお願ひ申し上げます。



※お振込みの期限につきましては、通常通りとなりますので、早めに到着した場合でもお急ぎになる必要はございません。



忘年会・新年会のお供に チャンプルーウコン

「お酒を飲む人にはウコン」と、
よく耳にしますがなぜでしょう?



お酒大好き
飯田がご紹介。

ウコンに含まれるクルクミンという成分は、肝臓の働きを助けてくれます。

クルクミンを摂取すると、アルコールの分解を通常の1.5倍にも早めてくれる働きがあると言われています。

二日酔い防止、「お酒を飲む前にウコン!」二日酔いになつてからでも症状を和らげる効果が期待できます。

お酒を飲まない人でも、偏った食生活などにより、肝機能は低下しちゃいます。美味しい料理を食べる機会が多くなるこれからの中、是非ウコンを摂って、楽しい時間をお過ごしください♪

ウコンを飲んだからといって、くれぐれも「暴飲」「暴食」にはご注意くださいね♪

