

元気なカラダで美味しく食べて。健康な毎日を応援します！

太田胃散 ありがとう通信

2022
4
vol.8



小 泉 武 夫 の
健 康 食 談 義

第1回

梅干し

梅干しといえば、戦前派の人なら先ず「日の丸弁当」を思い起こすに違いない。戦時中の苦難期や戦後の混乱期に、露営や勤労工場で、焼け跡の整地場で、四角い弁当箱に詰めた飯の中央部に梅干し一個を埋め込んだ質素な弁当を食べながら、苦難と欠乏を耐え忍んだ日本人。この赤い小さな玉こそ、粗衣粗食の日本人を支えてきた食生活の原点といってもよいものである。

その梅は、中国からの伝播文化のひとつとして、薬木目的で奈良時代に渡来してきた。すでに平安時代の『医心方』には「烏梅」としてその薬効が説かれており、以後武士は出陣や凱旋の兵糧として、また家庭では食べものというよりは常備品として、大切に食べ続けてきたのである。

梅は塩漬けにすると、食塩の作用で浸透圧が高くなり、細胞の原形質分離が起こって梅の実から浸出液が出る。この液が梅酢で、平安時代・承平年間(931~938)の『和名抄』ではこれを「塩梅」とあり、この塩梅がやがて「あんばい」と読まれて味かげんを意味するようになった。この梅酢は当時、よほど重要な調味料であったのだろう。

梅干しの薬効を体験的に知った日本人は、疲れると元気回復にと食べ、風邪というと漬け込んだ紫蘇の葉と共に湯に解いて飲み、食あたりには下剤止めに良しと飲ませ、夏まけの防止にとしゃぶり、ツワリに良しと妊婦が好み、時にはこめかみに梅肉を張りつけて頭痛の特効薬にもした。また食べものが腐りやすい時期には、弁当やおむすびの中に入れて防腐も期待した。まさに梅干しは日本人にとって、オールマイティーの万能薬的存在であった。

梅干しに薬効があるのは、酸味の主体であるクエン酸やリンゴ酸、フマル酸など、現代医学でも疲れをいやし、整腸、食欲増進、殺菌作用などに効果のあることがわかっており、さらに梅の種子から出てきた薬効成分は鎮咳、解熱、利尿、健胃、発汗、解毒、精神安定などに効果があるとされている。

とにかく梅干しは長期間保存の効く食品で、いつでも、どんな時でも食べたりしゃぶったりすることができる。この小さな赤い玉に感謝を込めて、梅干しをいま一度見直したいものだ。



太田胃散 明治12年創業の太田胃散は、新たな発見で一步先の健康へ





担当スタッフ 向井



4月からの新生活! 「王様のヨーグルト種菌®」で 乳酸菌生活はじめませんか?

ヨーグルトが続かなかった方へ

健康維持のために人気のヨーグルト習慣。しかしその一方で「なかなか効果を実感できない」「消費しきれず賞味期限を過ぎてしまう」「添加物が気になる」などの理由で「続かない」というお声も多く聞かれます。太田胃散では、そんなお悩みを何とかできないかと考え、研究を重ねてまいりました。その結果、たどりついたのは「種菌をお届けする」という考え方でした。

「王様のヨーグルト種菌®」は、市販の牛乳に粉末を混ぜるだけ。ご家庭で、吸収がよく、新鮮でおいしいヨーグルトがいつでもつくれます。また一食あたりのコストは約22円※と超お得。さらにでき上がったヨーグルトで、新しいヨーグルトをつくることもできるので、とても経済的です。

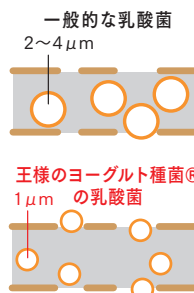
※1食80g、牛乳1リットル200円として

吸収◎	新鮮で無添加	1食当たり 約22円!※
一般的な乳酸菌の半分程度のサイズの乳酸菌を使用しているので、吸収◎。効率を考えました。	ご家庭の新鮮な牛乳からつくることができるので、つくりたてで安心のおいしいヨーグルトをお楽しみいただけます。	「王様のヨーグルト種菌®」1箱(3g×2包)で、14ℓ分のヨーグルトを作ることができます。1食当たり約22円※と経済的です。 ※1食80g、牛乳1リットル200円として



昔から伝わる プレミアム乳酸菌を配合

効果をしっかりご実感していただくために、菌のサイズにも注目しました。「王様のヨーグルト種菌®」の菌は、一般的な乳酸菌の1/4~1/2のサイズ。より吸収されやすくなっているので、健康づくりのお手伝いにぴったりです。



「王様のヨーグルト種菌®」には、コーカサス地方に伝わる菌「サーモフィラス乳酸菌KI-1」と、ブルガリアの王朝時代の貴族で伝わってきた菌「乳酸菌クレモリスBRF(DM-1株)」「乳酸菌クレモリスBRF(DM-2株)」を独自の割合で配合しています。やわらかな酸味、もっちりとした食感、飽きのこない味わいは、デザートとしてはもちろん、お料理などにも幅広くご活用いただけます。元気のための習慣に、ぜひご利用ください。



安心の日本国内培養・製造品 無添加

王様のヨーグルト種菌®

3g×2包 1,080円(税込)

3g×6包 2,916円(税込)

ご注文はお電話、または
ホームページで受付中!!



0120-13-3756

平日10:00~17:00(土・日・祝祭日、年末年始及び弊社の定めた休業日を除く)



お客さまから お便りをいただきました!

「王様のヨーグルト種菌®」を百貨店でのイベントで知って以来、6、7年続けて居ります。特に主人にはとても合っているのか、現在まで欠かすことなく、毎朝ヨーグルトをいただいています。ヨーグルトのお陰で健康でいられると、大のファンです! 6、7回で菌が弱くなると最近知り(時には半年以上菌を変えずにいました)、使用方法を改めようと思っています。お店には置いてある所が少ないのですが、こうして少しでも注文出来て有難いと思っています。これからも宜しく御願い致します。

M・S さま(女性)

長らくご愛用いただき誠にありがとうございます。これからも手づくりの新鮮なヨーグルトを、健康のためにお続けいただけますと幸いです。今後ともよろしくお願い致します。



皆さまからのお便り、お待ちしております

太田胃散ありがとうございます通信では、皆さまからの便りを募集しております。ご使用になったきっかけやご感想、ご使用期間、商品やサービスについてのご要望など何でも結構ですので、お気軽にお寄せください。なお、お寄せいただいた便りは、本誌「太田胃散ありがとうございます通信」で、お名前(匿名)とともにご紹介させていただく場合がございます。文章掲載については、スペースの都合上編集させていただく場合がございます。応募には同封のお便り募集専用ハガキをご利用ください。皆さまからのたくさんのお便り、お待ちしております。



お客様の個人情報について

※お送りいただいたお客様の個人情報は、関連情報のご案内のほか、個人を特定しない統計データとして利用させていただきます。詳しくはホームページをご覧ください。 <https://ohta-isan.co.jp/privacy/>