

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！

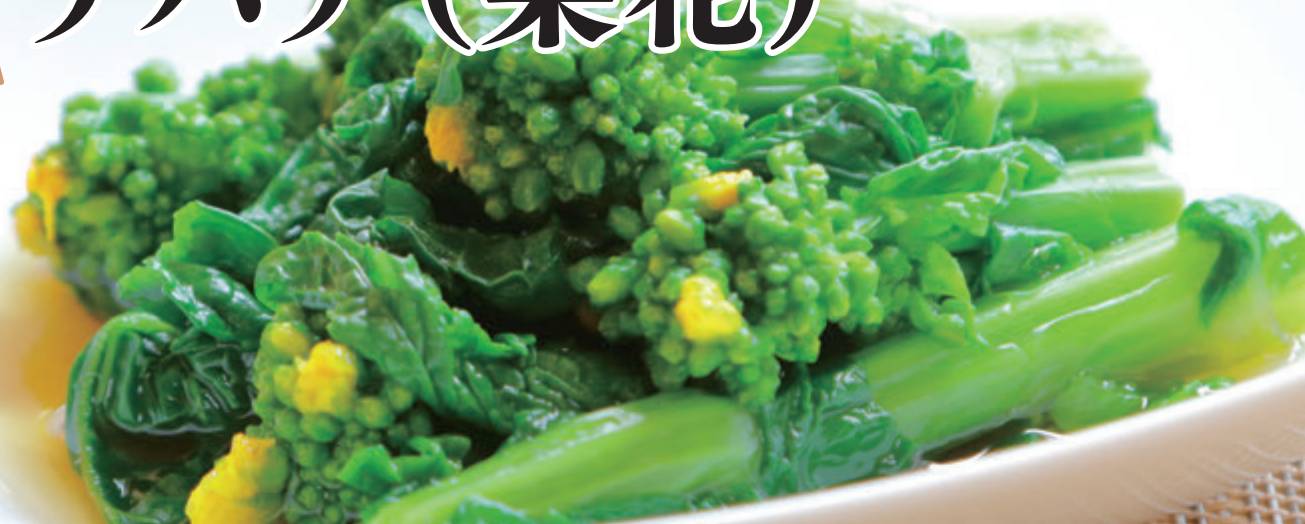
太田胃散 ありがとう通信

2022
2
vol.6

季節に合った
養生は食事から

ぴりっとした辛味が春の味わい

ナバナ(菜花)



早春の味覚・ナバナ(菜花)。青々としたナバナがスーパーや青果店の店先に並び始めると、いよいよ春。今回は、ナバナ(菜花)についての雑学をご紹介します。



一面に広がる黄色い花の絨毯

「菜の花」とも呼ばれるナバナ(菜花)は、アブラナ科アブラナ属の植物です。河川敷などに広がる黄色い花の絨毯はまさしく春の風物詩。ようやくやって来た暖かな季節を喜んでいるかの風景です。

3月25日(旧暦2月25日)には、大阪の道明寺天満宮で菜種御供大祭が行われます。これは道明寺天満宮の神様である菅原道真公の命日に因んだ行事で、ナバナ(菜花)とも深く関係があります。その昔、道真公は太宰府に向かう際、叔母の覚寿尼公のところに立ち寄りしました。辺り一面には菜の花が美しく咲いており、道真公は心を打たれたといひます。道真公が去った後も、覚寿尼公は、甥の無事を祈って毎日料理をお供えしました。また、その飯を粉にして黄色の団子をこしらえたところ、病気を癒す効果があると評判になり、参拝者が集まって

現在の祭りへと発展していったのでした。祭りの当日は、近所を練り歩いて菜種をお供えする子供たちの可愛い姿を見に、多くの人が集まります。

栄養豊富な春の緑黄色野菜

春の訪れを告げるナバナ(菜花)。ビタミンCやビタミンE、β-カロテンなどを豊富に含む緑黄色野菜で、蕾や茎や葉をおひたしや炒め物などで楽しむことができます。ぴりっとした辛味は抗菌作用のあるアリルイソチオシアネートという成分です。このほか、骨の健康を保つカルシウム、高血圧を防ぐカリウムも含まれています。たとえば、高たんぱくの豆腐と組み合わせると、栄養のバランスがさらにアップ。鉄を多く含むレバーと合わせると、ナバナ(菜花)のビタミンCが鉄の吸収を高めてくれるなど、組み合わせる食材によっても、さまざまな健康効果が期待できます。保存する時は、束ねてあるゴムやテープを外し、水で湿らせたキッチンペーパーに包んで、冷蔵庫の野菜室に入れてください。

旬のおいしいナバナ(菜花)をおいしく食べて、この春も元気に過ごしましょう。



太田胃散 明治12年創業の太田胃散は、新たな発見で一歩先の健康へ



担当スタッフ 向井



「新・おいしい桑の葉青汁」なら 乳酸菌もしっかり摂れます!

太田胃散こだわりの乳酸菌、
ナノ型乳酸菌KS-1が100億個も!

桑の葉を中心とした青汁研究から生まれた「新・おいしい桑の葉青汁」。この青汁には、植物由来の乳酸菌「KS-1」を、特許技術でナノ化処理した「ナノ型乳酸菌KS-1」が配合されています。ナノ型乳酸菌とは、粒子の直径が1 μ m(1mmの1000分の1)未満に加工された菌のこと。「新・おいしい桑の葉青汁」には1日の摂取目安量である2袋分に「ナノ型乳酸菌KS-1」が100億個も配合されています※1。これはヨーグルトに換算するとなんと約10個分の乳酸菌を摂ることができるのです※2。

そもそも乳酸菌には、身体を健やかに保つ働きがあるといわれています。私たちは、多彩な栄養価が期待される桑の葉と頼もしい乳酸菌を組み合わせることで、お客さまの健康維持をさらに応援したいと考えました。



1日で
乳酸菌
100億個
※1

= ヨーグルト
約10個分
※2

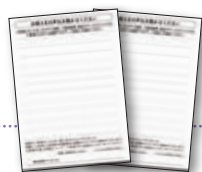
※1. 1日摂取目安の「おいしい桑の葉青汁」2袋での乳酸菌配合量
※2. 乳等省令によりヨーグルト1個100mL(生菌)あたりの乳酸菌を10億個として算出

『植物由来のナノ型乳酸菌KS-1』とは?

数多くの乳酸菌の中から桑の葉に加える素材としてふさわしい乳酸菌を探す中で出会ったのが、京都・上賀茂に伝わる漬物「すぐき漬け」から発見された乳酸菌KS-1です。真冬に収穫された作物の中から勢いのある良質のものだけを選び出し、塩だけで丁寧に漬け込みます。漬け込む「樽」や発酵を促す「室」にいる乳酸菌がお互い作用し合い、力強く発酵することによって醸し出される豊かな酸味が特長。江戸時代には、京都の高貴な人々の間で贈答品として珍重されました。この貴重な漬物から生まれる乳酸菌KS-1をナノ化処理し、桑の葉とバランスよく組み合わせた「新・おいしい桑の葉青汁」。「野菜不足が気になる」「飲み過ぎ、食べ過ぎで食生活が気になる」「健康・キレイを目指したい」など健康的な毎日を過ごしたいすべての方にオススメです。あなたの輝く毎日のために、ぜひ末長くご愛用ください。



『新・おいしい桑の葉青汁』は、国産の桑の葉、抹茶、鉄分、ビタミン(ビタミンB12・ビタミンD)、ナノ型乳酸菌(KS-1)の5つの要素を加えた、おいしくて飲みやすい青汁です。



お客さまから お便りをいただきました!

お便りさせてもらいます。私は、飲む前から青汁は苦手でした。青臭いと思っていました。でも胃散の薬の会社が考えられて出来た青汁と考え、注文しました。

約3年になります。良い青汁に出会えて最高です。これからも続けたいと思っています。

ペンネーム ケイ子さん

長年、ご愛顧いただき誠にありがとうございます!
「健康のためにできるだけ長く続けていただきたい」との想いを込め、おいしさにもこだわってまいりました。これからもケイ子さんの健康づくりを応援させていただきたいと思います!



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/>