

ゆうぴーサポーターのみなさま、お元気ですか!?
 小社の面々もたまに風邪をひく事もありますが
 おかげ様で、みんな元気です!!
 皆様のゆうぴーは、20歳を迎える事ができました。

これも偏に、小社の製品をお使い頂いているお客様、
 熱心に仕事をしてくれる社員、
 カタログや伝票などを作ってくれる印刷屋さん、
 受け取る人の都合に合わせて、きちんと配達してくれるヤマト運輸さん、
 商品を提供してくれるメーカーや卸屋さんなど、
 多くの皆さまのおかげで、20年を迎える事ができた事をお知らせすると共に
 改めて御礼申し上げます。

「20年を迎える事が出来たのは、皆様ののおかげです。
 本当にありがとうございます。」

さて、今回のゆうぴー通信は、「みんなが元気になる」と、
 いつもの「ほっ」をテーマに作りました。

読み終わった後に「今日は一日家にいようと思ったけど、外出しようかな!」
 とか...
 活動的になって頂けたらうれしいです!!

HealthyUp* 腹式呼吸でダイエット!!

特別なお運動ではないけど...
 健康的にダイエット効果が期待できるのをご存知ですか?

- * 背中の筋肉を意識して、背のびをしながらかお腹を思いっきりふくらまして5秒間中、くり息を吸う。
- * お腹がへこんだ状態まで息を口から出しきる。
- * 食事の前は一分間行う。

基礎代謝量が高く「ちせちせく、太りにくい体」になっていきます。
 姿勢も良くなる。一石二鳥です♡

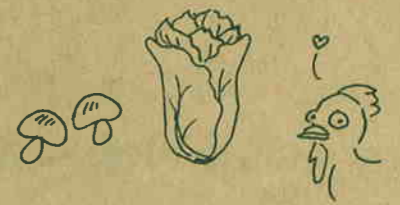
ユーピー女性軍が実践して、男性軍は春を楽しみにしています♡

All Up* お客様感謝イベント 中嶋貞治シェフにある料理教室レポート -2009.9.12-

シーガルフォー浄水システムをご愛用頂いているお客様を中心に
 ご来場頂き、料理番組などでおなじみの、
 新宿割烹中嶋 店主 中嶋貞治氏をお招きし、
 中沢フーズ(株)様、グランドデュクス(株)様のご協力の元、
 開催いたしました。

「教えて頂いたレシピ」

- ① 1.5番だし
- ② きのこの炊き込みごはん
- ③ 白菜と鶏もも肉のスープ煮



中嶋シェフから、レシピに載っていない秘しワザを
 伝授していただきながら、
 とても美味しい品が出来上がりました。
 ご質問にも丁寧にお答え頂き、お写真を一緒に撮ったり
 とても和やかなイベントとなりました。

〜今回ご参加頂けたあなたお客様、
 今後もイベントを企画して参りますので
 ぜひ よろしくお願ひいたします。〜

Zoom Up. 水素水は脳に良い!

水素を含んだ水を飲むと、パーキンソン病などの予防や治療につながる可能性があることも、九州大のパーソニック電工の研究グループが発見した。脳の細胞の破壊が抑えられ、細胞を壊す原因とされる活性酸素も減ったことが30日付の米科学誌「プロスワン」に論文を発表された。

九州大の野田百美(まみ)准教授らのグループは、マウスに薬を投与してパーキンソン病患者に見られる症状と同様に、脳の神経細胞を破壊させる一方、前もって水素を添加した水を飲ませた。その結果、水素を0.08ppm(800ppb)含んだ水を1週間飲ませたマウスでは、細胞死の進行が抑えられていたことを確認。薬の投与後から水を飲ませても同じ抑制効果が見られ、活性酸素の量も減っていた。

2009年9月29日 朝日新聞朝刊より

＝ アルツハイマー病も活性酸素が原因 ＝

脳の中心付近に海馬と言われる領域があり、歳を取るとともに脳全体が老化する。つまり酸化して脳細胞は減少する傾向にあります。アルツハイマー病は、この海馬が酸化される事によって引き起こされると言われています。脳細胞は、活性酸素に非常に弱い性質を持っているのです。

水素水は、脳の血液脳関門(脳の関所)を通る数少ない抗酸化物質。抗酸化力を持つビタミンCやβカロチンなどは、脳に入っていくことは出来ませんが、水素水は、脳の関所を自由に透過できるため、水素水をお使いの方々は、脳が若々しい抗酸化状態を保てる様に、朝、コップ一杯の水素水から、一日をはじめましょう!!

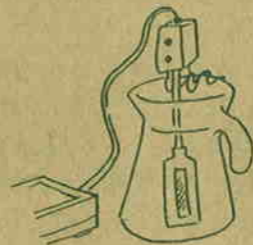
Line Up. H(水素)な生活しませんか!?

《新製品紹介》水素水生成機 マドラータイプ 銀水

シーガルフォーを代表とする浄水器をお使いの方も、既に水素を溶存させるタイプの機能水生成器をお使いの方も、作りたての豊潤な水素水が「家庭で」、お出かけ先で、旅行先でも簡単に作れます!

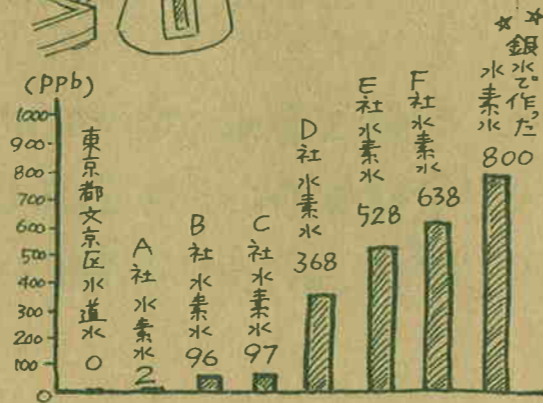
→ 飲用水は、スキントップ、フル活用できます!! ←

”水素水が持つ交感神経効果は、体内やお肌に発生する過剰な活性酸素を中和する事が近年の研究で解明されてきています。”



標準価格 ¥56300

2-サ-様価格 ¥49350



Get Up. ニュートラルシンキングの薦め

マイナス思考とプラス思考。ネガティブな人、ポジティブな人。出来事や物の見方、感じ方、心のあり方を表す言葉だが、人によってその感じ方、取り方は竹を割った時の様に《陰》と《陽》に二分化されるのではないだろうか。



マイナス思考の人は、どちらかと言うと「自分についていけない」と思っている人が多く、プラス思考の人は、「自分についている」と思っている人が多いようだ。

たとえば... 車のバンパーを電柱にぶつけてしまった時に、マイナス思考の人は「たんでついていけない」と思う。プラス思考の人は、「バンパーで済んで良かった」と考えをシフトする事が出来る。マイナス思考とプラス思考を上比べてみると、人が生物として生きて行く限りは、極端な事でも困りものだが、プラス思考のほうで得た事が多いのではないだろうか。生まれ持った性格や失敗の経験などから、消極的な考え方には絶望的な考えが首を擡げてる人も少なくないだろう。

そんな人にお勧めなのがニュートラルシンキングである。ニュートラルシンキングとは、出来事、現象を一旦マイナスとプラスの両方から見つめる。

★ 力の力を抜いて ~ 二つのうちどちらか自分に或いは家族に、もっと大きく言えば地球に良いか悪いか、プラスとマイナスの間に立って両面を眺めて見る。そうすると自然にプラス要素とマイナス要素が浮かび上がってくる。こうなると後は簡単、自分にとって得になる方を選ぶだけである。

出来事に感情が支配されない、楽な生き方を試してみませんか!? これは

Follow Up. 社会貢献レポート

- 2009年12月 神奈川県社会福祉協議会を通じて県内の各施設へ大人用・子供用・幼児用マスク 合計 99,000枚を寄付させて頂きました。
- 中古製品買い取り、下取り時再販金額の一部をユニセフ協会へ。再販金額の1% 6,805円 買い取り、下取り時、お客様からお預かりした1% 1,870円 アフリカで井戸を掘る資金の一部として募金させて頂きました。

施設の子供たちから、いっぱいお手紙をもらって、逆にこちらの方が厚かまされてしまいました。

浄水器生成器の下取り大歓迎です。みなさまのお知り合いで「今の浄水器が古いから買い替えを検討している。」使わない浄水器が倉庫に眠っている方などいらしたら、ご紹介ください!!

Tel. 0120-367-255

Back Up. おお願い

お引越しなどで住所や電話番号が変更のお客様へ、アフターサービスを価値あるものにするために! 住所、電話番号、X-MAILアドレス etc... 変更の場合は、ご連絡いただけますとありがたいです!! Tel: 0120-367-255

Brush Up.

— 簡単!おいしい!

果のあさりバター —

《材料》 あさり … 2パック
バター … お好み
日本酒 または 白ワイン … 50cc程度

- ① あさりは、塩水につけて 砂抜きをする。
- ② フライパンを熱し、あさりを入れてふたをする。
強火で 殻を焦がす勢いで 火焼きつけるのがポイント♡

- ③ あさりの口が 2、3個開きたしたら、日本酒または、白ワインを入れてふたをする。
↓
あさりの口が全部開いたら 火から あげる。

煙が出るので
換気して
下さいね♡

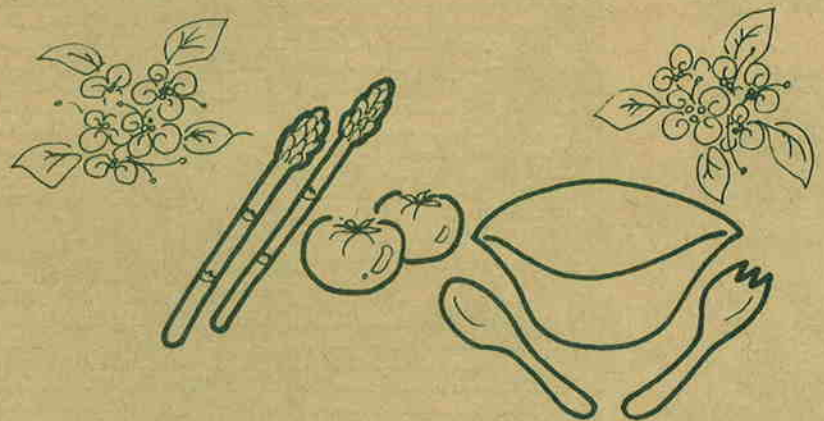
- ④ 塩、コショウして 完成!!



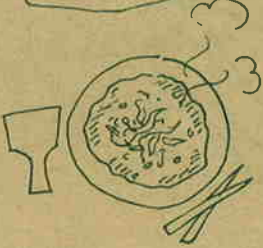
— アスパラ・トマト・チーズの 彩りサラダ —

《材料》 グリーンアスパラ … 2~3本
トマト … 1個
クリームチーズ … 100g
オリーブオイル … 大さじ1
① 塩 … 少々
コショウ … 少々

- ① アスパラは、3~5cmに切って 1分ゆでる。
- ② トマト、クリームチーズを四角く切って ゆでたアスパラとボールに入れる。
- ③ ①を混ぜあわせて かけ、冷まして 完成!!



List Up * おいしいお水の おいしいお店の ご案内 **



マトリョーシカ上野丸井店	東京都台東区上野6-15-1-9F	03-5688-6811	ロシア料理
赤丸チンギス	東京都新宿区赤丸町7安藤ビル1F	03-5919-3435	チンギスカン
レストラン様の木	東京都港区2-17-29オースロラ三田105	03-5443-1309	中国料理
淋里奈本店	東京都港区六本木3-12-2	03-3402-1051	カニしゃぶしゃぶ、日本料理
六本木モンシェルトントン	東京都港区六本木3-12-2	03-3402-1055	神戸牛ステーキ、シーフード
新宿モンシェルトントン	東京都新宿区西新宿2-6新宿住友ビル52F	03-3344-6761	神戸牛ステーキ、シーフード
新宿淋里奈	東京都新宿区西新宿2-6新宿住友ビル52F	03-3344-6761	神戸牛しゃぶしゃぶ、日本料理
銀座淋里奈	東京都中央区銀座2-7-1万丸ビル銀座ビル地下1F	03-3562-6211	神戸牛しゃぶしゃぶ、日本料理
麺や丸め	東京都東区豊洲市前沢2-11-13	042-453-8840	ラーメン
ケンちゃん餃子	東京都認島市武蔵野3-10-20	042-543-0806	餃子 通信販売
ラーメン番取	東京都三鷹市下連雀4-7-14	090-2941-0622	ラーメン
らーめん奴力	東京都江戸川区松島3-42-11	03-3654-5157	ラーメン
古無門 (こなもん)	東京都世田谷区弦巻4-14-1	03-5451-8800	お好み焼 もんじゃ
虎幻庭 (こげんでい)	東京都世田谷区弦巻4-14-1	03-5426-1166	鉄板焼
うどん丸吉	東京都千代田区神田小川町3-16ニュー・明治ビル1F	03-3294-1320	うどん
めん屋 八蔵	東京都世田谷区若林3-16-1 1F	03-3418-2145	ラーメン
BLUE TEA	東京都渋谷区笹塚1-61-8ホテルラガー1階	03-3375-1474	カフェ
OSTERIA OFIGIA (オスターリア・オフィギア)	東京都中央区京橋3-4-1TM銀座ビル1F	03-3516-6842	イタリアン
ビュッシェフ藤沢店	神奈川県藤沢市南藤沢2-1小田急ビル7F	046-626-6360	ステーキ ハンバーグ
DINING BAR&MUSIC 葉音 (ハノト)	神奈川県藤沢市南藤沢2-2 マタリビル3F	046-628-9050	和食ダイニングバー
バルブ・ブランシュ	神奈川県横浜市中区井天通4-67-1馬車道17ビル2F	045-681-0250	洋食
イアムブシャナー	神奈川県横浜市中区若葉町3-41-7	045-243-0377	タイ料理
レストランマルコ	神奈川県藤沢市藤沢109-51カサノビル330藤沢内	046-622-1199	カレー、ハヤシライス
AQUA OLIVINE (アクアオリブ)	神奈川県横浜市中区海岸通1-1昭和ビル2F	045-681-9009	フレンチ
無添加ラーメン舗 星	神奈川県横浜市中区上溝5-12-4	042-760-0092	ラーメン
華正楼	神奈川県横浜市中区山下町186	045-681-2918	中国料理
藤原園 利久	神奈川県藤沢市相模が丘1-11-28	046-298-0456	ラーメン
デザートカフェケーキマニア	神奈川県横浜市中区新港2-2-2 横浜カナルビル1F	045-222-2156	コーヒー ケーキ
チャメル	神奈川県横浜市中区新港2-2-2 横浜カナルビル1F	045-324-1588	コーヒーショップ
コーヒーハウスW1	神奈川県横浜市中区新港2-2-2 横浜カナルビル1F	046-836-9835	コーヒーショップ
カフェール	神奈川県横浜市中区新港2-2-2 横浜カナルビル1F	045-583-2253	コーヒーショップ
よね駒	神奈川県横浜市中区小野町33	045-501-6559	寿司
すし処 駒	神奈川県横浜市中区太田町5-68	045-641-9786	寿司
まつ秀寿司	神奈川県横浜市中区三ツ境13-11	045-391-5291	寿司
関西料理いらか 横浜西口店	神奈川県横浜市中区南幸1-5-1	045-321-6900	和食
鎌倉山納豆 本店	神奈川県鎌倉市穂積4-10-8	0120-07-2632	納豆販売
和彩 八倉	神奈川県鎌倉市小町2-7-28 2F	0467-61-3070	和食
茶近	神奈川県鎌倉市小町2-7-28 1F	0467-61-3090	カフェ
あさひ そば屋	神奈川県大和市上草柳541	046-263-1422	そば
かつ稲穂の木	神奈川県平塚市見附町42-11	0463-35-3454	どんかつ
オステリア・ダ・ピエリーノ	神奈川県横浜市中区新羽町1395金本ビル1階	045-545-5509	イタリアン
鍋だまりへーカレー	神奈川県横浜市中区本郷台1-14-49	045-894-7884	ハン
和食番井	神奈川県横浜市中区太田町5-69山田ビル101	045-664-2885	和食
ハミングバード	神奈川県横浜市中区二ツ橋町309-1イーモール2F	045-363-1405	カフェレストラン
ぐりとよ	神奈川県横浜市中区上大岡西1-11-2吉田ビル1F	045-845-2517	やきとり
ビュッシェフ南越谷店	埼玉県越谷市南越谷1-11-4ビル14F	0489-85-7444	ステーキ ハンバーグ
アンジェリカ	千葉県夷隅郡大多喜町小土呂255ハーブガーデン内	0470-82-2789	ハーブを使った洋食
パリエント	栃木県那須塩原市南郷屋2-145-10	028-736-2622	洋菓子 パン
飛沢パン店	群馬県伊勢崎市緑町11-16	027-025-0017	洋菓子 パン
牛ムラメン	愛知県名古屋市中区中田井4-174	052-501-8312	ラーメン
レストラン松屋	滋賀県大津市津原町14-17	077-534-2901	ステーキ しゃぶしゃぶ 鉄板焼き
貴やす	兵庫県西宮市山崎町上山口2-7-6幸ビル2F 201	078-904-1033	割烹
万福ラーメン	鹿児島県指宿市瀬の浜2-18-14	0993-24-3603	ラーメン

