

# 新年のご挨拶

株式会社まほろば専務取締役  
株式会社まほろば自然農園代表

宮下 洋子

明けましておめでとうございます。

一年で一番寒い一月ですが、冬至を過ぎれば、少しずつ少しずつ日照時間が延び、生理の一番深いところでは、無意識に春を感じ取っていくのでしょうか？

驚くほど雪が少なく明るい冬ですが、お客様にはどんな新年を迎えられましたでしょうか。

30年以上も前から培ってきたまほろば流健康法（インテグレート・マクロビオティック）は、自然食品業界では異端児的な存在でしたが、今ではどうでしょうか？この間、社会一般の常識や流行もどんどん変わってきたように思います。

しかも、世界の最先端の医療や栄養学の分野がどんどん変わってきているのです。特に腸内微生物の研究では、心の領域まで関連付けて考えられるようになってきたり、運動不足や生活習慣の乱れも、糖尿病を初めとする成人病の原因として重要視されるようになって来ました。最早、まほろばが異端児でなくなる日も近いのでは、と思われる今日この頃です。

## まほろば流健康法

- ①農薬や添加物を使わない安心安全な食物や水の重要性
- ②肉や魚、玉子や牛乳など、良質なタンパク質やコレステロールの重要性
- ③摂り過ぎのリノール酸系植物油やトランス酸を減らし、反対の性質のアルファ・リノレン酸系の植物油（シソ油、インカインチオイル、ヘンプオイル）や魚の推奨
- ④ブドウ糖の多い炭水化物や糖분을減らし、果糖（果物やひふみ糖）を摂り入れ①、②を増やす事
- ⑤適度な運動や心の持ち方、早寝早起きの生活リズムや太陽の大切な事

以上が老化物質のAGE（終末糖化産物）や過酸化脂質を体内に増やさない健康法だと啓蒙宣伝し、商品構成にも反映し、何処にもないものは、主人が何でも創ってくれました（浄水器エリクサーを始めとして、ひふみ糖、七五三塩、サプリメントのアルカヌムやアスタジー等々・・・）



そして、去年の4～5月にかけての連休を利用し、人体実験の被験者になってくれる人が現れました。自宅に寝泊りしながら、私が料理を作り、以上の5項目について、使用前、使用後の科学的データを取りながら、10日間、まほろば流健康法（インテグレートマクロビオティック）の人体実験をするという機会に恵まれました。

### 被験者（IT企業の経営者 男性41歳）

●血液検査と尿検査……東大病院・札幌「響きの杜クリニック」

●血流・自律神経・AGEの検査……「クラッセホテル」の嘱託医師

●糞便（腸内微生物）検査……テクノスルガラボ

### 協力者・立会人

●映画『降りてゆく生き方』のプロデューサー森田弁護士を始めとする5人のメンバー

### 実験のねらい

●まほろばが提唱するインテグレートマクロビオティック理論と0-1テストの信憑性を、人体実験によって検証する

●体質改善が10日間で出来ることを実証する

### 実験の結果

●ねらい通りの結果を出す事ができました。

詳細は2月号で……お楽しみに!!

以上の事は、まほろばが、創立30周年を節目として、従業員にもお客様にも一層の安心と信頼をお届けし、さらに、次の時代を切り開いていく為の踏み台として大きな一歩になったと確信しています。

これまで、0-1テストという怪しげな指標を振りかざし、それでも信頼して付いて来て下さった、従業員やお客様に感謝し、何か少しでも恩返し出来たのではないかと、少しほっとした気持ちです

どうか今年も、叱咤激励、お引き立てのほど、よろしく願い申し上げます。

# この様な時代だからこそ 安心・安全な食や情報を

常務取締役 本店店長 大橋 和則



新年明けましておめでとうございます。旧年中は多くのご愛顧承りました事、心より感謝申し上げます。

昨年を象徴する漢字に「安」が選ばれましたが、安保法案、異常気象、テロ、偽装問題、等々、不安な世の中のイメージが多い一年だったように思います。

そんな中で、野菜の仕入れをしていますと現実的な問題として、昨今のエルニーニョによる異常気象は頭を悩ませます。当たり前と思っていた天候が予想をはるかに超え、予定通り野菜が入荷しなくなって来ているからです。

例年ですと日本列島は長いので、南から北、北から南へと出荷できる産地がスムーズに移行していきますが、近年は高温、低温、干ばつ、集中豪雨、爆弾低気圧等により予定変更がかなり多く、その都度産地情報や長年築き上げたネットワークをもとに価格、ロット、送料、産地の気温を一週間分把握し、クール便か、常温便かの判断をしながら発注をしていきます。

例年は11月後半から入ってくる野菜は凍結の心配しながらも常温便で大丈夫なのですが、年末は本州が高温の為、品質劣化も多くクール便での発送を余儀なくされた品目は、運送費の値上がりで価格に反映せざるを得ない状況もあり苦慮しています。今後も安心して生命力が高く感動できる農産物を、少しでもお安く提供したいと努めてはいますが、年々厳しさを増して来ていることをご理解いただきたいとも思います。

まほろば農園も例外ではなく露地野菜は特に水と温度の管理が出来ない為に、異常気象の影響は出易く、干ばつや多雨の場合は栄養バランスが崩れ、虫食いや痛み生理障害の原因になってしまいます。

又、朝どり野菜は鮮度が良くても朝露が付いたまま袋詰めをしますと、蒸し暑い夏には夕方には蒸れてしまい痛みが生じる場合も有ります。

朝露が多い時や雨の日はなるべく水分を切ってから袋詰めをするように指示はしていますが、授産施設の人達に作業を依頼している関係上どうしても目が行き届かずに、検品が疎かになったり、綺麗な袋詰が出来ていない場合があります。不都合がありました際はぜひお申し出頂きましたら、ご返金や交換にて対応させて頂きたいと思っております。

昨年の有機肥料の偽装問題も有機農産物の原料不足に拍車をかけ、原料確保に翻弄した一年でした。一生懸命取り組んでいる有機農家にしてみれば熱意の冷めかねない裏切行為であり、有機農産物への信用問題にも大きく影響しかねない事件でした。世の中が合理的、効率的に変化しつつある影で、人としての生き方が益々問われて来ているようにも思っています。

この様な時代だからこそまほろば独自の仕入れ基準を元に、安心して安全な「安」を食品や情報を通し、「笑顔」を従業員を通しお届けできたらと思っておりますので、更なるご愛顧のほど宜しくお願い申し上げます。

本年が皆様にとって幸多き年になりますようお祈り申し上げます。

（従業員挨拶の次に「ホセ・ムヒカ大統領の言葉」を掲載しました。ぜひご覧下さい。）



あけましておめでとうございます。