

第2号

有機健康 つうしん

遠赤青汁通信（H17.8.1発行）
第二工場が完成し今まで以上に
生産体制が強化される遠赤青汁
の今後をお伝えいたします。

遠赤青汁株式会社

〒791-0390 愛媛県東温市則之内甲2225-1
TEL フリーダイヤル 0120-148-162
ホームページ <http://www.enseki.com>

皆様に新鮮な青汁をお届けするために

地域再生に取り組み丹原地区で収穫される
ケールは、同地区内に完成した第二工場で、
新鮮なまま青汁へと加工されます。

皆様には日頃よりご愛顧を賜り、心
より御礼申し上げます。

地域再生によって圃場整備された丹
原地区の農地は、今年の秋有機認定を
受け、有機ケールの生産が可能となる
予定です。

私達は、これまで安心・安全な青汁
製品をお届けして参りましたが、新し
く有機認定圃場が増えるにあたり、よ
り新鮮で、より自然のままに近く、そ
して、今まで以上に満足いただける
青汁を皆様にお届けしたいと存じます。
そのためには圃場から近い場所で、収
穫後、すぐに青汁製品へと加工できる
施設が必要となります。

おいしくて栄養満点の青汁ができる
どうかは、土作りや栽培方法以外に、
収穫してから加工するまでの時間も非
常に大切なのです。

日頃皆さんが口にするお野菜は、農
家で収穫された後、市場に出荷され仲
買人を経由してスーパーなどの店頭に入
並べられます。実際に皆さんの口に入



第二工場全景。今年の秋からは、本格的に稼働を始めます。

るまでには数日の時間が経過していま
す。残念ながら、その間に色は変わり
お野菜が本来持つ持っている栄養価は低下
してしまっているのです。

私は地域再生を始めた当初から『丹
原地区で収穫した原料を新鮮なうちに
同じ地区内で青汁製品にできることが
た。

現在は、農林水産省から登録を受け
た認証機関に、有機農産物の加工工場
としての認証手続きをしている最中で
近々、有機農産物加工工場として認証
をされる予定です。

地域再生によって丹原地区には、今後
更に有機認定を受ける圃場も増えて続
けて参ります。

これからも、皆様に安心・安全の青
汁製品をお届けできるよう、社員一丸
となって努力して参りますので、どう
ぞ末永くお付き合いいただきますよう
お願いいたします。

遠赤青汁株式会社

代表取締役 高岡照海

桜物語

今年もまた、終戦記念の日が近づい
てきました。

今、こうしている間にも、争ってい
る地域があります。大切な人を失って
悲しんでいる人達がいいます。

いつもどこかで戦争が行われている
のはとても悲しいことです。

亡き父正明の意志を引き継ぎ、世界
の平和を願って陽光桜の苗木を贈り続
けている高岡ですが、この秋、「日本
さくら交流協会」の方々と共に、トル
コの地に陽光桜を植樹することになり
ました。

「日本さくら交流協会」は、桜を通

じて世界中に平和の大切さを訴えて行
きたいと設立された特定非営利活動法
人で陽光桜が縁となり、高岡も協会の
活動に積極的に取り組んでいます。
現在、協会では桜の植樹活動へ協力
していただける方を募集中です。
ご興味のある方は、「日本さくら交流
協会」ホームページをご覧ください。
[http://www.b-forest.co.jp/~sakura/
top.html](http://www.b-forest.co.jp/~sakura/top.html)



高岡正明の陽光桜を巡る
感動の物語が、たちよう
こさんの美しい挿絵と共
に絵本となって文芸堂よ
り発売されています。
本体価格 1,500円



一つの枝に、いくつもの花を咲かせる陽光桜。

～遠赤青汁の個人情報の取り組みについて～

当社では商品の発送、健康情報のご案内、その他何らかの理由によりお客様に連絡
をとる必要が生じた時などのために、お客様の氏名・郵便番号・住所・電話番号な
どをお伺いしております。

お客様からご提供いただいた個人情報は、ご本人の同意なく無断で利用することは
ありません。また、同意いただいた場合でも、同意を得た範囲でのみ使用し、当該
個人情報は同意がある場合及び法律上要求されている場合以外は、第三者に提供は
いたしません。

【個人情報保護方針】

私たち遠赤青汁株式会社（以下、当社といいます）は、お客様第一をモットーに、
優れた商品とサービスによって、お客様の満足と信頼を得ることを経営理念とし
ています。

この理念のもと、お客様からご提供いただいた個人情報を適切に取り扱うことが
社会的責務であると認識し、自ら積極的・継続的に個人情報の保護に全力で取り
組んでまいります。

また、従業員の個人情報もおお客様の個人情報と同様に保護致します。

1. 当社は、お客様からご提供いただいた個人情報及び従業員の個人情報の取り
扱いに関して、法令その他の規範を遵守致します。
2. ご提供いただいた個人情報は利用目的に応じ、必要な範囲内において正確か
つ最新の状態で管理するものとします。
3. 当社は個人情報の取扱規定を制定し、体制を整え、定期的な見直しを行い、
漏洩防止の継続的な推進・改善に努めてまいります。
4. 当社は個人情報の収集、利用及び提供を必要とする場合には、「個人情報保
護に関するコンプライアンス・プログラムの要求事項」に準拠したコンプラ
イアンス・プログラムを遵守し、厳正な管理の下で行います。
5. 収集した個人情報は不正アクセス、個人情報の紛失、破壊、改ざん及び漏洩
等の防止並びに是正に努め、厳正な管理の下で安全に蓄積、保管いたします。
6. 当社は定期的に監査を行い、この宣言を実践遵守する事に万全を尽くします。

2005. 4. 20 遠赤青汁株式会社
代表取締役 高岡 照海

地域再生に挑む

整備された圃場で、様々な農作物が
元気に育っています。
今、地域と一体となった新しい農業が始まります。

耕作放棄地が目立つようになった丹
原地区に明るい未来を・・・という
思いで始めた地域再生活動。

協力者もなく、高岡と数名の社員だ
けで始めた活動は、次第に大きな輪と
なり地域全体へと広がっています。

その輪はついに、行政までも動かし、
西条市の協力を得るまでとなりました。

今回は、昨年の夏、うだるような太
陽の下で整備した農地のその後を追っ
てみました。

ジャングルを切り開き、整備した六
ヘクタールの土地。何年も放置され
たままだった農地は、そのままでは使え
ません。

常に作物が作られている農地では、
収穫が終わると農家の方々の手によつ
て肥料や新しい土が入られ、いつで
も次の作物を育てることができるよう



土を鋤きながら畝を作っていきます。



苗を植えるため、畝にマルチを張る作業をしています。

準備をしています。

しかし、長い年月、誰にも手入れを
されることのなかった、ここ丹原の農
地の土は、そこに生えていた様々な木
や草に土の中の栄養分を吸収され、固
く痩せた土となっていました。

圃場整備の第二段階、土作りの始ま
りです。

痩せてしまった土に栄養を与えるた
め、様々な自然の原料から出来上がつ
た有機堆肥を撒いていきます。

有機堆肥には、植物の生育に欠くこ
とのできない養分、微量要素（鉄・マ
ンガン・ホウ素・銅など）が含まれて
おり、堆肥を入れる事によって、土の
保水性や通気性、排水性などが高まり
ます。有機堆肥を撒くことで、農地の
土が団粒構造（粒状）となり水と空気
を保つ力が増すのです。



カイアボ芋の苗を植える高岡。目が真剣です。

養豊かな農地に戻すために有機堆肥は
何度も何度も撒かれていきます。

沢山の有機堆肥が撒かれた農地を大
型トラクターが鋤いて行きます。土と
有機堆肥を混ぜ合わせていくのです。

土を深く掘り起こし有機堆肥と混ぜ合
わせることで土に空気が含まれ柔らか
い土へと変わっていきます。

この作業を入念にすることによって、
土の中に住むミミズや原生動物などが
繁殖しやすい培養床となり、有効微生
物が繁殖しやすい状態となるのです。

土中で微生物が活発に活動している
生きた土を作るために土作りにはたっ
ぷりと時間をかけます。農地の土が徐
々にふわふわの柔らかい土へと変わっ
ていきます。

土作りが終わった農地に、作物を植
える日がやって来しました。

元々水はけがよく、冬でも土の中ま
で凍ることのない丹原の地は、野菜な
どの栽培に非常に適しています。

丹原の地にケールや黒豆、ウコンなど
遠赤青汁商品の原材料となる作物が植
えられていきます。



カイアボ芋の苗。圃場整備された丹原の地で、元気に成長中！



ウコンを植えた圃場。雑草が育たぬよう草引きの最中です。

丹原地区には、まだ百ヘクタールも
の土地が耕作放棄地として放置され
ままになっています。今後は、西条市
と共に環境と経済が両立した循環型社
会を目指して参ります。

次回は、育てた農作物の収穫と、
その後の丹原の様子をお届けする
予定です。

有機JASマーク ご存じですか？



①有機食品の表示概要

農林水産省では、2001年4月1日から改正JAS法のもと、
有機農産物及び有機農産物加工食品のJAS規格を定めました。
生産農家や事業者などの申請者は、認定機関にJAS規格に適
合するものであるかの検査を受け、合格したものだけにJAS
マークを付けることができます。



有機農産物認定証

②有機農産物とは

化学的に合成された肥料や農薬の使用を避ける
ことを基本として、播種または植え付け前2年
以上（多年生作物にあっては、最初の収穫前3
年以上）の間、堆肥などによる土作りを行った
圃場において生産された農作物。

③有機農産物加工食品とは

原材料である有機農産物の持つ特性が、製造や
加工工程の過程において保持されることを旨と
し、化学的に合成された食品添加物及び薬剤の
使用を避けることを基本として製造された加工
食品。



有機農産物加工食品認定証

食と健康を考える

今、私たちの食事が危ない！
考え直してみませんか？
あなたの食生活

人類が誕生して以来、人間の健康や活動そして生存は、食と密接な関係を持っています。

現在の人類の起源としては、今から約十五万年前に熱帯地方を中心としたアフリカにあると言われていました。

その頃の食事内容から現在までの食事内容を調べてみると、徐々に火を使う食事内容が多くなり（この理由に動物性タンパクが増えたこと）、現代においては、生野菜を中心とした摂取が急速に減ってきていることが分かっています。

また、人類が誕生してから現在までの時間を二十四時間に置き換えてみると、二十三日間五十七分までが飢餓の時代で、僅か三分間が飽食の時代、つまり現代になっています。

さて、この僅か三分間の時間に一体何が起こったのでしょうか？

そう、皆さんもすでに知っているとおりの生活習慣病（以前は、成人病だった）が引き金となって起こる脳卒中、悪性新生物（ガン）、心筋梗塞、糖尿病、高血圧等様々な慢性疾患などに罹りやすくなりました。

このことを裏付ける内容として、最近のアメリカからの有力な論文発表として、野菜をたくさん取ることで、生活習慣病からくる高血圧を防ぐことが分かってきました。

文章
静岡大学 大学院 電子科学研究科
医用電子工学講座 助手
沖田善光先生

静岡大学大学院電子科学研究科で抗酸化物質摂取後の人の生理機能特性に関する基礎研究及び人のストレスを定量的に調べるための基礎的・臨床的研究を進めている。

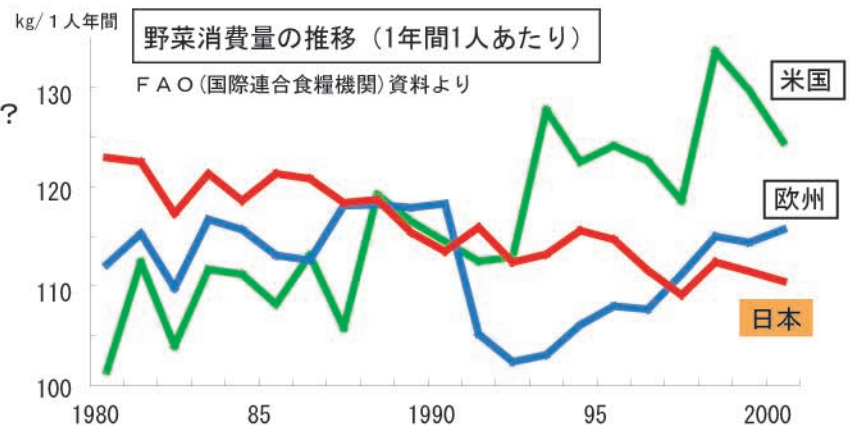
この論文の内容でさらに興味があったのは、牛肉や羊肉などを沢山食べている人は、肉をあまり食べない人と比べて収縮期血圧（上の血圧とよく言われる）の年間の上昇率が四割も高かったことを報告し、さらに追加として豚肉や鶏肉でも同様の結果より、とにかくお肉をたくさん食べる人は、あまりお肉を食べない人より血圧上昇率が高かったことが最新の論文から発表されました。

このアメリカから発表された論文誌名は、二〇〇四年のAmerican Journal of Epidemiologyの、タイトルが「Relation of Vegetable, Fruit, and Meat Intake to 7-Year Blood Pressure Change in Middle-aged Men」です。みなさんの健康の維持のために有機栽培された生野菜に豊富に含まれる様々なビタミン、ミネラル、SODなどをできる限り多く摂取するように心がけましょう。



【ファイブ・ア・デイ運動とその広がり】

日本人とアメリカ人、野菜を多く摂っているのはどちらだと思いますか？肉類を多く消費し、3人に1人が肥満と言われていたアメリカですが、近年、国を挙げての対策として、1日に5種類の野菜を食べようという「ファイブ・ア・デイ」運動を展開しています。その結果、日本人よりも野菜摂取量が飛躍的に伸びているのです。日本でも食の欧米化により多くの病気が発生し問題になっています。厚生労働省は平成12年度より「1日350gの野菜を食べましょう」と改めて野菜不足改善運動普及に努めています。



アイデアいろいろ！ 夏の青汁の楽しみ方



レモンをギュッとしばって爽やかな風味。



リンゴジュースで割って甘い口当たり。



牛乳で溶いて青汁ミルク。



ヨーグルトに混ぜてデザートに。

●その他にも、寒天と青汁を混ぜて「青汁寒天」にしてみたり市販のドレッシングと混ぜて、「青汁ドレッシング」にしてみたりと楽しみ方いっぱいです。

ホッと一息



何だか
お城みたいだ
ワン！



タオル美術館外観。ヨーロッパの古城を思わせるステキな外観です。

東温市から車で約50分。
今治市にある「タオル美術館 ASAKURA」におじゃましてきました。
「タオル美術館 ASAKURA」は、タオルの町「今治」のシンボルとして平成12年4月にオープンした全国で初めてのタオルの美術館です。



遠赤青汁コーナーで旅の疲れを癒してみては？

タオル美術館2階の、瀬戸内物産コーナーでは愛媛をはじめ、瀬戸内各県のおすすめのお土産物を購入することができます。
遠赤青汁コーナーもありますので、タオル美術館に来られた際には、ぜひお立ち寄りください！

展示室では120mにも渡るタオルの製造行程を見学することができます。機械は実際に稼働していて、タオルができるまでの行程がよくわかります。

タオル美術館 ASAKURA
〒799-1607
愛媛県今治市朝倉上甲2930
TEL 0898-56-1515
FAX 0898-56-2727

●営業時間
夏季(4/1~10/31) 9:30~18:00
冬季(11/1~3/31) 9:30~17:30

●休館日
1月第2週~3月第2週の毎火曜日
(祝日の場合は営業)



なんと！120mもあるタオル製造ライン

★ 展示会に出展しました! ★

3月16日～18日の3日間、東京ビッグサイトで開催された「健康博覧会2005」に出展してきました。

健康博覧会は数ある健康産業の展示会の中でも20年以上の実績を誇り、アジア最大の展示会として毎年大勢の方に来場していただいている展示会です。今年も過去最大の530社が出展、来場者数も46,418名というにぎわいを見せました。出展4回目になるわが社も新商品「遠赤青汁V7」「遠赤有機アガリクス粒」「兄弟飴」を中心に展示を行いました。多くの方に来場をいただき、盛況のうちに終了することができました。最近の傾向として、有機の商品や無添加の商品に多くの方が関心を抱いているように感じます。今回は、「食品開発展2005」（2005年10月5日～7日/東京ビッグサイト）に出展します。皆様のご来場をお待ちしております。



私たちのブースにも、沢山の青汁ファンの方々が来てくださいました。

特集 緑茶の秘密に迫る!! 緑茶の成分を

まるごと食べよう!

緑茶を飲むことが体に良いということは、今や誰もが知っていること。そこで今回は日本人の生活に欠かせない緑茶の秘密に迫ります。

緑茶に含まれる成分って?

今、緑茶が大人気。テレビや雑誌でカテキンが持つ優れた効果が取り上げられてからは、ますますその人気に拍車がかかり次から次へと新しい茶飲料が発売されています。

緑茶の代表的な成分であるカテキンはお茶独特の渋み成分で、体の老化や活性酸素の働きを抑制する働きがあります。

緑茶にはカテキン以外にも、β-カロテン（体内でビタミンAに変わる）、ビタミンC、ビタミンEなどの緑黄色野菜としての成分、覚醒作用を持つカフェイン、緑茶のうま味成分で、心身をリラックスさせる作用のあるテアニン（アミノ酸の一種）など、厳しい現代を生きる私たちにとって、至れり尽くせりの豊富な成分が含まれているのです。

緑茶で健康生活!

この季節、気になるのが紫外線。紫外線を浴びると皮膚に活性酸素が発生し、皮膚を構成する脂質を酸化させて過酸化脂質を作ります。そこで皮膚を守るうとしメラニン生成が開始されるのですが、それが一時的で終わらず、止まらなくなるとシミが出来てしまうのです。

また、皮膚の弾力をつくるコラーゲンやエラスチンといった繊維なども、活性酸素によって変性するため、弾力が失われ、シワやタルミが発生します。

そんな時、強い味方となるのが緑茶に含まれる豊富な成分。

緑茶に含まれるカテキン類、β-カロテン（ビタミンA）、ビタミンC、ビタミンEなどの酸化成分が、体の内側からメラニン色素の生成を抑え、日焼けを防止して、健康な肌を作る役目を果たすのです。

ところで、私たちが日常飲んでいるお

茶にはどれくらいの成分が含まれていると思いますか?

実は、飲むお茶で摂取できるのは「水溶性成分」であるカテキン、ビタミンC、カフェインなど一部の成分だけ。β-カロテン、ビタミンE、食物繊維などの「不溶性成分」は、茶殻に栄養が残ったまま捨てられてしまっています。もったいない話ですよ!

そこで登場するのが「茶食」。お茶を飲むのではなく、「食べる」ことで、お茶が持つ栄養素を丸ごと摂取できるというわけです。

一日に小さじ二杯分のお茶を食べれば一〇杯のお茶に相当する有効成分を摂取することが出来ます。

といっても、さすがにそのまま茶殻を食べるのは口当たりも悪いし、味も食べづらいと思います。食べるなら、こんな工夫をしてみても?

粉茶でおいしい緑茶生活

粉状になっている緑茶を使えば、お料理やお菓子に手軽に使えてとっても便利。おいしい緑茶生活、あなたもチャレンジしてみませんか?



緑茶大福



緑茶マーブルシフォン



緑茶+スポーツドリンク

新製品のご案内

のどすっきり、からだ快調!

さわやかな毎日に、新感覚の「健康のど飴」をお届けします。

ピリッと感や、ほのかなあまみが心地よい特選の健康素材をつめこみました。



ブラジル産
有機アガリクス



ブラジル産
グリーンプロポリス

ブラジル産有機黒糖使用

兄弟飴
のど・からだ飴

PROPOLIS and AGARICUS



10個入
525円 (税込)

100g入 ▶
1,050円 (税込)



3袋入
3,150円 (税込)



6袋入
6,300円 (税込)

