

# 有機健康 つうしん

遠赤青汁通信 (H28.8.1発行)  
陽光と共に、遠赤青汁の想いを世界に届けます。

**遠赤青汁株式会社**  
TEL 0120-148-162  
ホームページ <http://www.enseki.com>

## 少女たちの想いを込めて 「陽光桜」をタンザニアに植樹

キリマンジャロの麓にある、タンザニア連合共和国、マサイの村バングタに、二〇一六年一月二十三日に「さくら女子中学校」が開校しました。

この中学校は、教育機会に恵まれない女子が安心して勉強できる全寮制の中学校（四年制、一学年五〇名）として日本の支援で建設されました。世界には、一日一ドル以下で生活している人たちが大勢いることをご存知でしょうか。マサイの少女たちには、中学校に進学して勉強したいと願っても教育機会が与えられず、勉学を諦める女子が沢山います。中学に進学しない女子の多くは、十代



貴重なノートにボールペンで書いていると間違えることを避けるようになり、教師の正答を書き写す受動的な学習となってしまうそうです。日本の黒板をリサイクルした「ミニ黒板」を全生徒に貸与して、積極的に挑戦する環境を整えています。鉛筆や消しゴムで何回も消してやり直しが書けるというのは、すごいことだったんですね。今更ですが、書いて覚えることの大切さ、ものがあるありがたさを再確認しています。



開校式にて記念撮影。27名(現在は30名)の生徒はさくら色のリボンを胸に。希望に目を輝かせていました。将来の女性リーダーになるためにも、男女平等を実践するためにも頑張ってお勉強していただきます。



さくら女子中学校の周りに美しい陽光桜をたくさん植えて、桜の名所にする計画です。また、さくら石けんを作り、現地の公衆衛生向上にも貢献します。(右から2番目が岩男壽美子さん。生徒さんと一緒に植樹)



のはじめに親が決めた結婚をさせられ、たくさんの子供を産み、子供の世話や家事や畑仕事に追われ、貧困から抜け出したくても抜け出せないでいます。彼女たちに教育機会を提供し、数系に強い女性リーダーとして育てれば、十代前半で結婚させられる少女社会発展の牽引役になることができます。さくら女子中学校では、現地の文化に配慮しながら、日本人が得意とする丁寧さ、細部へのこだわり、努力、工夫、改善など、常に向上心を持ち続ける行動様式を身に付けた人材を育てます。

日本には約百三十年前に来日した外国人が苦勞して創設した多数の女子校があり、今日では多くの女性リーダーを輩出しています。今度は途上国の女子教育のために日本が支援をする番なのです。一般社団法人キリマンジャロの会代表、岩男壽美子さんは二〇〇八年よりアフリカの支援に尽くされています。お会いした際に、「さくら女子中学校の設立、さらには学校を桜の名所にしたい」という熱い想いをお聞きし、非常に感銘を受けました。ぜひ、協力させていただきたいと、桜の苗木を贈りました。日本のシンボルとして「桜」を植樹したいと考えていた岩男さんですが、タンザニアは大変気温の高い地域であると共に、植物を国に入れることは、検疫などの関係で手続きも煩雑です。陽光はアフリカのチュニジアにも植樹した経緯があり、そこで開花した実績から、タンザニアにも花を咲かせられるのではと選んでいただきました。暑さにも寒さにも強い桜として父の残した陽光が、かの地でも花を咲かせ平和への想いを届けてくれることを願っています。

(代表取締役 高岡照海)



## 第7回週刊愛媛経済レポート賞 「エコロジー賞」を受賞

遠赤青汁では、いち早く「ソーラーシェアリング」に取り組んでまいりました。西条市丹原町には合計1MW(メガワット)のソーラーシェアリングが計画され、すでに発電がスタートしています。今回の受賞は、「農業は儲からない」という理由で、全国的に増えている耕作放棄地を活用し、さらに太陽光発電を行うことで、農業事業の収益を確保、「稼げる農業」を提案していることが評価されました。



2015年11月23日付 愛媛経済レポート記事



ソーラーパネルを設置するためのポールが収穫を終えた農場に建てられています。



送電用に電柱を立てています。電柱の高さは14m、深さ2.9mの穴を掘って固定されます。



農地の周りに送電用の電柱も建てられ、準備が進んでいきます。

# 農地再生に

## 挑む

今年も、元気な声が農場に響いています。地元東温高校生と福祉施設の皆さんが参加してくれる「収穫祭」も、はや四年目を迎えました。今年も大勢の皆さんに協力していただき、無事に収穫ができました。

「収穫祭」は、学校内で広く参加を募集します。日頃からビジネス実習で弊社に来ていただいている生徒さんだけでなく、一般の生徒さんも参加してくださいませ。農場と言うと土に汚れて汚れますし、男女の差別なく力仕事もお願いします。お家が農家で普段から手伝っているならともかく、農作業に慣れていない生徒さんには、こうした作業は難しいかと考えていました。しかし、毎回楽しそうに作業してくれて本当に嬉しくなります。

「農地再生に挑む」では、放置された農場を再生し、有機圃場として生まれ変わる様子をシリーズとしてお伝えしています。

昨年十月に、種となるにんにくを植えました。生徒さんの中には、一年生から参加してくれる人もおり、自分たちで植えた種がこうして冬を越して成長し、立派に太って収穫できるのは、何より感激するようです。今度は、十月の種植えにも参加してくださいね。

収穫したにんにくは、すぐに乾燥に入ります。有機栽培のにんにくは、その品質と味の良さから市場でも貴重で人気です。すでに続々と予約が入っており、出荷を待っている状態なのです。生育中に割れてしまったにんにくは加工用として利用されます。黒にんにくだけでなく、そのままスライスされたり、チップ状にカットされたりして、使われていきます。にんにくは、ほとんど捨てるところがありません。

「にんにくもそうだけど、いい野菜を



すでに掘り起こされているにんにくを拾い集めてキャリーと呼ばれる収穫用のコンテナに入れていきます。



今年も元気なにんにくが収穫できました。収穫した際についている軸の部分や根は乾燥後、カットします。



にんにくを割る作業をしているトンさんとモンさん。割ったにんにくは次の加工に運ばれていきます。



「収穫したぞー！」高校生たちも慣れない農作業に一生懸命取り組んでくれました。お疲れさまでした。

育てようと思つたら、やっぱり土が大仕事なんよ。しっかりと肥えた土の栄養が野菜に届くから。」と農場のベテラン木下さん。

収穫後少し土を休ませますが、たい肥を入れて何度もトラクターで鋤こんでいきます。草が伸びるのを防ぐだけでなく、土の中に空気をを入れて混ぜることで土の中のたい肥が発酵し、土を育てていくのです。

一年を通じての土づくり、整備、育成、すべての作業が繋がって、結果として良い野菜、良いにんにくを育てます。これからも、頑張ります。

## ミャンマーの正装でお出迎え

二〇一六年五月十日、日本・ミャンマー友好国会議員連盟交流訪日団が愛媛県庁などを表敬訪問しました。

県庁を訪れたのは、交通・通信・建設委員会や国際関係委員会などに所属する国会議員ら約二十人です。ミャンマーでは今年秋にも、日系自動車工場が稼動することから、一行は人材育成の状況や車検システムを視察するため愛媛を訪れました。



大役を終え、ほっとした笑顔で、出迎えた高岡と。

今年二月から弊社にもミャンマーからの研修生が入社しています。今回の訪日に際し、愛媛で頑張っている二人も歓迎しセブシヨンに参加させていただきました。正装となる民族衣装でご挨拶したら、とても喜んでいただいたそうです。彼女たちも、来日してから三月。久しぶりにミャンマーの雰囲気を感じられて、ちょっと息抜きになったでしょうか。オレンジ色の衣装は彼女のおばあさまが手作りしてくれたそうで、きれいな刺繍が施されていて、彼女のサイズにぴったりです。愛情を感じますね。

ミャンマーも民主化が進み、国も変わりつつあります。彼女たちも、まだ活躍の場を求めて今は日本で頑張ります。



きれいなデザインなので、全身の写真を撮らせてもらいました。(左:トンさん、右:モンさん)

**頑張る遠赤青汁**

**北海道はでっかいどう！  
遠赤青汁の取り組みをお伝えします。**

「今まで地元でお話しさせていただくことが多かったのですが、北海道に行けるなんて。びっくりしました。」と営業企画部の渡部。社内では、インターネット通販の店長をはじめ、C・O（情報担当責任者）としてITの推進役を担っています。昨年受賞した「攻めのIT中小企業百選」も彼女が担当。今回の講演は、その受賞を受けての依頼でした。

人生初の北海道上陸！初めての羽田空港での乗り継ぎです。しかしながら、松山から羽田に降り立つ頃には千歳は大雪。予定していた乗り継ぎ便が欠航で、しばし呆然。運よく次の便に乗れましたが降りられなければ引き返すというドキドキの連続でした。上空から見た空港には二本の黒い線しか見えず、一面白銀。やっぱり北海道はスケールが違いました。



緊張と室内の乾燥とで、講演途中に声が出なくなるハプニングも！「緊張してるんですかね？」などつつなぎながら水を飲んで仕切り直し。女は度胸です。



さっぽろ東急での「四国松山物産展」。遠赤青汁の商品もずらり。朝一番で松山を出発し手ぶらでしたので、こちらでお土産を調達。物産展って便利ですね。

到着したその日まで「さっぽろ東急」で四国物産展が開催されていました。私が行くことは内緒にしていたので、営業さんは、「えっ？どうしてあなたがここに居るの？」とびっくり。ちょっとしたサプライズを成功させました。なかなか事務所にいると現場で働く営業さんの仕事ぶりを見ることができません。突然で申し訳なかったのですが頑張っている姿を拝見し、嬉しくなっていました。



講演は札幌市内のホテルで行われました。このサイズのホールがいくつも並んでいます。さすが「北海道はでっかいどう」でした。



ネットやショップでも有名な共栄水産さんを訪問。決してカニやウニを買いに行った訳では・・・

講演は、自分の言葉で伝える事が大事だと考えています。成功したことだけではなく、失敗も多いです。お客様から教えていただくことも多いし、お叱りを受けることも度々です。会社は皆の「想い」が集まるところだと思います。一人では動かない、皆で悩んで前に進む。これからも、ともに成長していきたいと思っています。遠赤青汁は社員一丸で頑張ります。  
(営業企画部 渡部一恵)

講演は札幌市内のホテルで行われました。会場には約二〇〇名のお客様。入場時にはもちろん、サンプルも配付させていただきました。弊社は農業から加工、販売までを一貫して行い、自社ブランドで販売しています。ITを活用した情報共有、海外も視野に入れた販路拡大の実践。それらに必要なのはやはり社内のコミュニケーションであることなど、弊社の実際の取り組みについてお話しさせていただきますました。



**四国八十八箇所 十六番札所  
光耀山 観音寺**

(こうようざん かんおんじ)

徳島県徳島市国府町観音寺49-2



天平期に聖武天皇の勅願によって創建されました。本尊は、弘法大師が刻んだとされる等身大の千手観世音菩薩です。天正年間に兵火により焼失しましたが、江戸時代に藩主蜂須賀家の庇護のもと再建されています。

本堂には火にくるまれた女性の絵馬が奉納されています。この寺を訪れた際、姑をいじめた罰でろうそくの火が燃え移り、周囲の人の救出で一命を取り留めました。女性は、弘法大師からの戒めを感じたといひます。

境内には子供の夜泣きや、安眠に効果があると言われる「夜泣き地蔵」が信仰を集めており、ご利益を授かったお礼によだれかけを奉納する方が多いそうです。



ルーキー登場!



背も高いのでちょっと怖い?いえいえ、スマイルでがんばります。

六月から営業デビューしました白石です。昨年入社して、工場で青汁の製造ラインを勉強していました。このたび、営業として百貨店など催事販売の現場に参ります。

初めての現場は、ドキドキでした。いろいろと資料を見て勉強していたものの、実際にはお客様のお声を聞きながら対応しなくてはなりません。お客様の方が詳しいこともあったりして、緊張しながらも誠実にお話しさせて頂いていただきたいと思っています。まだまだこれからですが、長い目で見てください。一見すると強面と言われるのですが、話はまるやかです。今後ともよろしく願います。



## おたより広場 遠赤青汁製品をご愛用の皆さまからうれしいおたよりが届いています。

### 出会いに感謝しています!

黒にんにく黒生姜を飲んでまだ1カ月にもならないのですが、朝と夕にお湯で薄めて飲んでいると体がとても楽になり元気が出ます。家族全員が体調がよく毎日頑張っています。これからずっと続けていきたいと思えます。  
滋賀県 Tさま

毎日の生活の中に上手に取り入れていただき、ありがとうございます。ご家族皆様に飲んでいただいているのですね。夏場には冷やして飲んでいただいても飲みやすいと思います。暑さもスッキリ乗り切ってくださいね。

### 青汁はケール!

今まで青汁はどれも同じだと思い、何が入っているかも気にせず買っていましたが、ケールは栄養が豊富で素晴らしい原材料であることを販売員さんに教えていただきました。丁寧に接客していただき、ありがとうございました。  
兵庫県 Mさま

ケールは愛媛県で、農薬を使わない有機栽培で冬場に限定して育てています。厳しい冬を超えたケールは、葉も厚くて栄養がぎゅっと詰まっています。安全でおいしい素材をお届けします。これからもよろしく願います。

### 青汁飲んで...

青汁を飲みだして、お腹の調子が良くなり、顔色もよく、しわもたるみも少し良くなり、若返ったようです。誰も年には見てくれません。嬉しくて友達にも宣伝しています。

広島県 Sさま

ケールは、食物繊維のほか、ミネラルや各種ビタミンなど豊富な栄養素が含まれています。毎日スッキリすることで、生活のリズムもよくなりますね。これからも元気にお過ごしください。

## 低糖質ダイエット

最近、低糖質ダイエットが注目され、ご質問の中にも「青汁には糖質はどれくらい含まれるのでしょうか?」といった「糖質」についてお問合せいただくことが多くなりました。

話題の低糖質ダイエット。メタボリックシンドロームや、糖尿病予備軍への警鐘など、糖質について注目した食品も増えていきます。店頭でも「糖質は〇〇gです」というPOPを、真剣に見て購入する若い女性も。さて糖質が多いと何が悪いのでしょうか?

糖質は体に必要な成分ですが、摂りすぎは健康を害することにつながります。例えば肥満。主に摂取した糖質は体内で消化され、小腸で分解、肝臓を通過し、一部は血液中に放出されて全身の細胞を動かすエネルギー源となります。それ以上のとりすぎた糖質は、中性脂肪となり肝臓や脂肪細胞に蓄積されます。これが過剰に蓄積されると肥満や、脂肪肝になってしまいます。他にも血液がドロドロになる原因の「糖化」や血液の流れにも影響します。



低糖質ダイエットは、糖質を摂り過ぎないことを意識して始めることが大事です。例えば、糖質の低い食品を中心に食事メニューを考えるのも一つの方法です。食べないダイエットより、中身を考える食事。栄養バランスが気になり始めたら青汁かも?



### 【参考】

有機遠赤ケール100gで糖質は15.9gです。(日本食品分析センター調べ)1回あたり2g(10粒)で計算すると0.318gです。

きゅうり1本が1.5~3g、トマト、中ぐらいのサイズ1個に含まれる糖質量は3~4gです。

## おたより広場 にメッセージをお寄せください!!

〒791-0311 愛媛県東温市則之内甲2225番地1 遠赤青汁株式会社 ※お寄せいただいたお便り等は、その他の目的で使用することはありません。

有機健康つうしんおたより広場 係あて mail;aojiru@enseki.com

