



元気村から送る 楽しく素敵なニュースレター！

第三十四号

# パンチタイム

## 2月号



発行責任者

パン工房ハローエレファン  
 (有)ルカノフエ 楠 忠修  
 神奈川県 平塚市 公所 408-1  
 TEL: 0120-397-529  
 FAX: 0120-42-1510  
 HP: <http://www.genkimura.com/>

パンチタイムとは…分割・丸める時に傷ついた生地を一度休ませる為に必要な時間。

夕方に移動の車で過っていると、陽が落ちる時間が遅くなってきたのに気づきます。寒い日が続く中でも、少しずつではありますが季節は春へと移り変わっているようです。暖かい春が待ち遠しいこの頃、皆さんはどうお過ごしでしょうか？



現在、国語力の低下が問題になってきています。

漢字変換機能のついたパソコンや携帯電話が普及したため、正しい漢字を書けなかったり、言葉の意味や用法を知らない人が増え、学校教育に限らず大人を含めた課題になってきているのです。

2008年1月11日、「広辞苑」が10年ぶりに改訂し第六版が発売されました。

「広辞苑」とは、国語項目と百科項目を網羅し、通常の国語辞典よりも多種多様な言語に対応した辞書です。第六版は「めっちゃ」「ニート」「うざい」などの新語も収録されているようです。

手のひらサイズの電子辞書も普及している昨今、デジタルとアナログの違いはあれど、世の中には多くの教材が準備されています。そんな教材を利用しながら、日本語に興味を持って調べていくことが少しでも国語力低下抑制の道につながっていくのではないのでしょうか？



2月16日(土)～24日(日)にかけて博物館まつりが平塚市で行われています。民俗探訪会、古代遺跡を探索会、単体観察会などのサークル活動の成果を発表しているようです。子供と一緒に社会勉強に行かれてみるのはいかがでしょうか？



今月の一句 絶壁へ かりたてられて 張る命

きみ子



# 販売員のひとりごと



担当は いさみりょう 今利理恵です

入社前も、スーパーで買うパンではなく、玄米を愛し、自然食・自然療法を学び実践しつつ自宅で焼くパンを食べてきました。

ハローエレファンの健康に対するこだわりと製品に感動し、また楽しみに待っていて下さるお客様に心をうたれながら毎日をおくっています。



健康に良いお茶も数々と試してきましたが、桑茶のすごさを知り、改めてすごいお茶だと驚いています。

自分と家族の健康管理に役立てていくと共に、必要としていらっしゃるお客様には適切にご案内できるようなと思っています。



ハローエレファンのメンバーとお客様から、毎日元気を頂いています。これからもよろしくお願ひします。ありがとうございました。

あの日の感動がまたよみがえる  
ガトーショコラ再販売決定!

## 愛するあなたに贈りたい... The Kingdom of Peace ガトーショコラ

ドクターキング カカオ70%

高麗人参果実サポニン20mg 配合

ドクタークイーン カカオ55%

ローヤルゼリー100mg 配合



4個入り  
1,575円  
(ギョウケース付)

1個入り  
367円

2個入り  
735円  
(税込価格)

### 頑張れ! 編・集・長



# レシピの宝箱



「ほうれん草とちくわの  
レモンバター醤油トースト」

【材料】(2人分)

- ☆ハイガ食パン 2枚
- ☆ほうれん草 1/2束
- ☆ちくわ 2本
- ☆バター 10g



- ★A
- ・レモン汁 小さじ1
  - ・塩 少々
  - ・醤油 小さじ1
  - ・こしょう 少々



【作り方】

- ①ほうれん草は塩ゆでて長さ3cmに切る。ちくわは半分に切り、細ぎりにする。
- ②フライパンにバターを溶かし①を入れてさっと炒める。
- ③②にAを入れて味をととのえ、トーストした食パンに乗せて出来上がり。





# 桑茶

## あんな声 こんな声

桑の葉茶、喜びの声が届いています。  
そんな喜びの声を一つ皆さんにお届けしますね。

### 糖尿病予備軍が正常な体に！

半年前から桑の葉茶を飲んでいました。  
ベンチタイムで毎回体験談を読んでいました。私もこう  
やってお手紙を書くことが出来たことを嬉しく思っ  
ています。

先日、病院の検査を受けに行ってきたのですが、  
肝臓のGOTが100だったのが40の正常値になり、糖尿  
病予備軍と言われていた血糖値が130から100に下  
がりました。桑の葉茶の効果なのかなと嬉しく思  
いお手紙を出しました。これからもよろしくお願いします。

吉本様



## パン屋さん 今月のひとおし！

ハローエレファン

移動のパン屋さん。車の中にはたくさんの  
美味しいパンが積み込まれています。今月のひとおし！  
各販売員にパンの紹介をしてもらおうコーナーです。

### 【商品名】

「ワンデイワンロール」

### 【価格】

945円(130円×7個入り)

### 【特徴】

DHA とブルーベリー、国産  
大豆で作った自家製豆乳が

入っている、当店オススメ「目が良くなるパン」！

DHA 含有量540mg なのに、魚臭くなく美味しいことで  
業界では驚きの声。主婦の友「健康」という雑誌にも紹  
介されました。(2006年5月号)

### 【紹介者】

担当：今利理恵

「毎日食べるパンにオススメです！

私の大好きなパンで、しっとりとしていて  
何もつけなくても美味しく食べれます。  
食べて元気になるパンですね。」



## 誕生日です！伝言板ですよ。

☆2月はお楽しみ企画

「間違い探しでお宝ゲット」を  
行います。是非皆さん挑戦して下さいね。

★みなさんのさまざまな声を大募集。こんな情報がほ  
しい、パン屋さんにこうしてほしい、編集長へのお手  
紙などさまざまな声をお待ちしています。

## 編集後記

美しい星地球。

先日、話題の映画「アース」を観てきました。  
「主演地球 46 億歳…」という渡辺健のナレ  
ーションから始まり、北極から南極へ移動しながら  
映し出されていくドキュメンタリー映画です。

想像以上の美しさと、動植物の生の姿はや  
はり感動を覚え、私たち人間と動植物が、地  
球という一つの家の中で共存していくためにも  
もっと配慮が必要だということを感じました。  
まずは目の前の出来ることからですね。





# 2月は★桑の葉茶月間★

毎回、ペンチタイムで紹介してきました「桑の葉茶」。  
 お客さんから多くの喜びの声と体験談が届いています。  
 今月は、「桑の葉茶って聞いたことはあるけれど、まだ良く知らないわ」  
 という方の為に、移動販売全体で桑の葉茶の試飲キャンペーンを実施する事になりました。  
 同時に、この期間限定で価格も少しお得になっています。  
 この機会に桑の葉茶を是非お試し下さい！

## ★ 食生活に桑茶習慣！ ★



### ① 桑の葉茶は食前茶！

桑の葉のみ存在する特殊成分「DNJ」の働きに注目です！

### ② 血糖値が上がらない

糖よりも先に、「DNJ」が糖の分解酵素に取り付き、糖は血液に吸収されにくくなる。

↳ **血糖値の抑制**

### ③ 便秘の改善

吸収されなかった糖分をエサに腸内の善玉菌が活性化。悪玉菌は減少し、便秘の改善に。

↳ 便の中には、体内の余分な脂肪が

**50%以上** 増え、体外に排出し、内臓ダイエット！

(動物実験で上記のような内容が報告されています。)