



愛用歴
19年
千住 明さん
(作曲家)

一日中音符を書き続ける生活なので首痛と肩痛は一生ものだと思っていましたが、この枕で変わりました。頭を乗せるとスッと沈んで、これ以上沈むと肩が痛む一歩手前でピッタリと止まる。「なんで僕の気持ちいいポジションが分かるの？」って感じ。首がうずかないから、いつの間にか眠っている。自然な寝返りがうてるから、腰もラクになりました。

「以前は寝つけなくて2時間はモゾモゾしていたのに、これは15分で寝てしまう」



愛用歴
17年
角田光代さん
(作家)

私の場合、この枕の実力を感じるのには夜よりも朝です。これで眠った朝は「もっと寝ていたい」と思わなくて、目覚めたときは頭がスッキリしている。深く眠れている証拠です。初代は8年使ったら目覚めが悪くなってきたので、買い替えると深い眠りが戻ってきました。今の枕は9年目。他の枕を使う気になれないので、次も買い替えるつもりです。

「この枕で眠ると、翌朝の『寝足りた』感じが強い。スッと起きられます」

進化しない道具① **メディカル枕®**

1992年発売

本品の「首すじと肩の筋肉を緊張させない体圧分散力」には、進化の余地、ありません。

CIL快適睡眠環境研究所所長
犬山義昭先生による
頭部圧分布測定。

メディカル枕 以前の枕(羽根枕)



「角田さんの測定画像を確認すると、羽根枕(右)は首の部分が浮いて白く映っています。メディカル枕(左)は首をしっかり支えて、頭の重みが分散されていることが分かります」



- ① 硬めの凸部
厚めのウレタンと中わたの組合せによるやや硬めの凸部が首と肩を支える。
- ② 軟らかめの凹部
頭部の重みによって軟らかい中わたが沈み、その人に合った適度な深さ(高さ)に変化する。

頭の重さを
一晩中分散し続ける
「硬凸軟凹構造」。

イタリアの枕専門メーカー、ファベ社が製造し、本国では80年から販売されている超のつくロングセラーが本品です。44年にわたって支持が絶えない理由は、イタリア整形外科の権威、パウロ・ベルダッチ博士が長期入院患者の首の負担を軽減するために設計した構造にある。

枕の好みは人さまざまで、頭の形は千差万別。なかなか合う枕に出会えない人も多いでしょう。ところが『メディカル枕』の年間返品率は、わずか3.3%台しかありません。92年春号(なんと32年前!)に初めて掲載して以来、返品率はほぼ3%台で推移しているのです。こんな枕、めったにないですね。



ります。フチが硬くて中央が軟らかい「硬凸軟凹構造」は44年間ずっと変わっていません。この硬凸軟凹構造が頭の重みをバランスよく分散してくれま。角田光代さんの体圧分散テスト(上写真)のとおり、首がしっかり支えられるので、首すじや肩の筋肉が緊張しにくく、リラクセスできるのです。キャリア10年以上の職人さんが手作業でわた詰めし、絶妙なバランスを生みだしています。



硬凸軟凹の絶妙な寝心地は職人の手作業から生まれる。

イタリア本国の代表的病院でぞくぞく採用中。

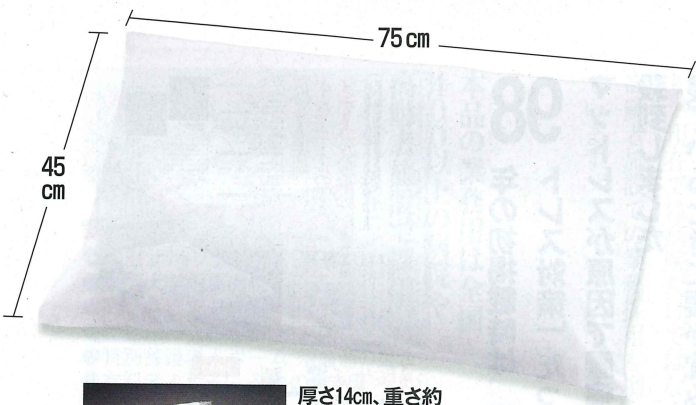


伊・ヨーロッパがん研究病院

伊・ディアズ病院

伊・モンジュー心臓センター病院

伊・ヴィラ・ラウラ病院



清潔な圧縮パックでお届けします。

厚さ14cm、重さ約950g。素材:表地/綿100%、中材/ポリエステル100%、中芯/ウレタンフォーム100%、綿100%カバー(2枚)つき、イタリア製

伊・ファベ社
通販生活のメディカル枕®
商品番号 2910040

税込10,780円(送料385円別)

(本品は小社でしか
入手できません)





弾力のある凸凹ウレタン素材が腰と背中を刺激する。

かまぼこ型だから安定感があります。

ストレッチ用ポールとは、円柱型のポールに寝転がり背中を反らすことで、腰や背中の筋肉を伸ばしてほぐすストレッチ補助器具です。

従来品は円柱型が主流ですが、本品はご覧のとおり円柱を半分に切ったかまぼこ型。円柱型のようにコロコロ転がる不安定さがないので、ストレッチ用ポール初心者や高齢世代の読者には本品をおすすめします。

最初は1回5分を目安に使ってください。本品を床に置いてゆっくり仰向けに寝転がっていき、背中や腰の筋肉がぐーんと伸びて気持ちいいですよ。

素材は弾力性のあるウレタンフォーム。表面は凸凹加工をしているので、筋肉のこりを刺激してくれます。

寝具の老舗、ロマンス小杉製（1947年創業）。

ロマンス小杉
エコストレッチポール
商品番号 2910075
税込9,980円(送料385円別)

重さ約470g、材質：カパー/ポリエステル、中材/ウレタン、日本製
※洗濯不可。



（携帯腰クッションのピカイチ） （ベルト式腰クッション）

エントリージャパン製

空気パッドが腰周りを支えてくれるから長時間の移動でも腰がラク。

背もたれと腰の間に挟んで使う腰痛対策のエアクッションは数多く出回っていますが、腰への密着力の強さで選べばピカイチはベルト式の本品でしょう。

ポンプを繰り返しプッシュしてパッドを膨らませたら、腰に巻きつけてお腹の前で固定します。背もたれとの間にすき間があつたら、数回プッシュして微調整してください。

腰にエアクッションが密着してしっかり支えてくれるので、新幹線や飛行機の長時間移動の腰の負担を軽減してくれます。

座席をリクライニングしても、座席との間にすき間がでませ

腰に巻きつけるベルト式だから密着力が違います。



（約）縦27×横91cm、重さ約155g、材質：ポリエステル・TPU・PP、収納ポーチつき、中国製
※洗濯不可。

男女兼用
使用後返品OK

エントリージャパン
ベルト式腰クッション
商品番号 2910076
税込4,950円(送料275円別)

目的の地についたら脱気ボタンを押して空気を抜いて、付属の収納袋に入れて旅行バッグに。男女兼用。適応ウエストは150センチまで。

医療機器を得意とするエントリージャパン（2001年創業）。



空気を入れたらお腹の前でバックルを固定する。



（首肩用低周波治療器のピカイチ） （ネックマッサージャー）

アテックス製

首の後ろの肩甲挙筋と頭板状筋を低周波で揉みほぐして首と肩のこりをラクにしてくれます。



消耗品のゲルパッド不要だから経済的。

低周波治療器とは、微弱な電流で筋肉のこりをほぐす医療機器です。整形外科でマッサージを受けるときのあれです。

筋肉は微弱な低周波電流が流れると収縮し、電流が止まると弛緩します。この性質を利用して筋肉の緊張・弛緩をくり返して血流をうながすが低周波治療器です。

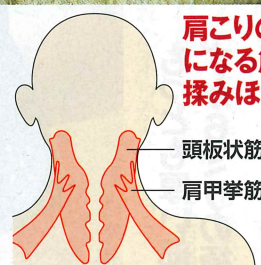
さまざまな低周波治療器が出回っていますが、肩こりに悩んでいる人にはアテックスのチョーイカータイプをおすすめします。ソフトなシリコンベルト（厚さ約3ミリ）を首に装着してスイッチを入れると、首の後ろにじわじわと刺激がひろがります。刺激は4種類で、「叩き」「揉み」「叩き揉み」「リズム叩き」から選べます。

1回15分。首のうしろの「頭板状筋」と「肩甲挙筋」の周辺（左イラスト）を刺激するので、終わると首から肩にかけてホカホカしてくるはずです。

ちなみに、「頭板状筋」は首と肩をつなぐ筋肉、「肩甲挙筋」は、頭と肩甲骨をつなぐ筋肉です。どちらも緊張状態が続くと、肩こりの原因になると言われています。

もう一つ、ほとんどの競合品

肩こりの原因になる筋肉を揉みほぐす。



の通電部は消耗品のゲルパッドを交換しながら使いますが、本品は通電部本体と一体型なので、消耗品の追加注文は不要です。

刺激の強さは6段階。慣れないうちは刺激が強すぎることがあるので、最弱がおすすです。充電式で3時間充電すると2時間使えます。充電用アダプターは別売（229円）ですが、お手持ちのアダプター（1アンペア）でも充電できます。

10日間相性を試してみても、合わないとき、効果がないときは返品してください（返送料のみ負担ください）。

【使用目的又は効果】
肩こりの軽減、麻痺した筋肉の萎縮予防及びマッサージ効果

本品は医療機器です。

医療機器認証番号：305AGBZX00039000
アテックス
ネックベルト低周波治療器
商品番号 2910074

税込9,900円(送料385円別)

使用後返品OK

（約）幅44×奥行3.2×厚さ1.7cm、重さ約80g、材質：シリコン・ネオジム磁石・ABS、適応首回り約35～42cm、定格時間15分、充電時間約3時間（電池交換不可）、充電ケーブル・収納ポーチつき、中国製

電気代0.03円/3時間充電

※ベースメーカーを装着している人、金属アレルギーの人は使用できません。

60代以上のためのコリをほぐす道具

特集

立つたままだと こんなになにラク。

50代以上のための暮しの道具を「高さ」の視点で選んでみました。腰や膝が痛くて立ち座りがつらい読者にはよろこばれると思います。

しゃがまなくてもラクに履ける
ヒモなし軽量スニーカー！

膝がわるい人、腰が痛い人によろこばれるはず。

しゃがむ必要なし、手を添える必要もなし。靴べらも不要です。『スライドフィット』の名前のとおり、履き口につきま先を入れるとそのまま奥まで滑り込んでラクに履けてしまうスニーカーです。

かかと部分に硬めのカップが内蔵されていて、体重をかけてもつぶれる心配はまずありません。かかと部について

いるV字型の切れ込みが靴べらのような役割を果たして、足を奥までスライドさせてくれる仕組みです。

両手に荷物を持っていたても、玄関でしゃがまずに靴が履けるのでとてもラク。膝のわるい読者、腰が痛い読者によろこばれると思います。

本品の形状は、立ち仕事の看護師用シューズにも採用されており、履き心地は文句なし。

(1) 特許の「BMZ® イン



ので、足にフィットします。

ヒール高さは3センチ。かかとから足を抜くようにするとスッと脱げます。

1997年設立の靴一筋のシードコーポレーションのヒット商品です。色はブラックとグレー。ワイズは2E。



底が屈曲するので歩きやすい。

色：ブラック・グレー、サイズ：22.5～25.0cm、ワイズ2E、ヒール高さ約3cm、片足重さ約174g (23.5cm)、素材：甲／合成繊維、ソール／合成ゴム、中国製 ※ソール交換不可。

シードコーポレーション
スライドフィットスニーカー
サイズ・商品番号(225頁)

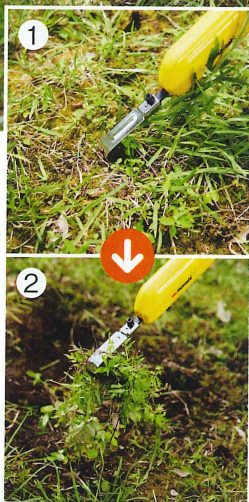
税込4,950円(送料275円別)



グレー

ブラック

立つたまま、毎分2300回の
高速振動で雑草をラクに抜ける。



根を残さないから、
雑草が生えにくくなる。

本機の登場で、これまでのしゃがんだ姿勢、力頼みの重労働だった草むしりからついに解放されます。

立つたまま長さ132センチのロングハンドルを両手で持って、毎分2300回の高速振動ブレードを雑草の根元に差し込みます。手前にゆっくり引くと、振動が土を

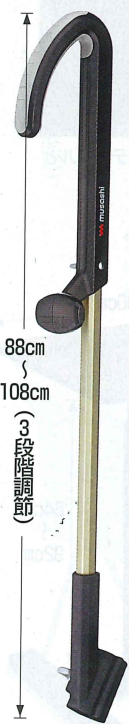
柔らかくほぐしてくれるので、大きく張った根っこごと、雑草がラクに抜けます。

大きく育った雑草でも、10秒程度でラクに抜けます。少し前傾姿勢になります、しゃがんだ姿勢よりはるかにラク。根が土中に残らないので、抜いた後に雑草が生えにくくなります。

重さは1・2キロ。2カ所に把手があるので、引き抜くときも力を入れやすいです。充電式。付属アダプターで約4時間充電すると、約50分使えます。使用中にブレード

(約) 幅8×長さ112～132cm (ハンドル装着時)、重さ約1.2kg、材質：本体／ナイロンガラス樹脂、刃／高炭素鋼、ハンドル／ABS・TPE・アルミ、充電時間約4時間(電池交換不可)、ACアダプターつき、中国製

ムサシ
振動草取り機
商品番号 2910080
税込12,960円
(送料660円別)



88cm
108cm
(3段階調節)

災害用トイレのピカイチ 「マイルレット70」

まいにち製

災害用トイレは、全国240カ所
以上の官公庁で採用実績のある
本品がおすすめです。



大袋(青)で便器の水を遮断し、
排使用袋(黒)に用を足す。



広辞苑サイズの箱で
70回分(夫婦約5日分)。

災害用トイレのピカイチには、
「まいにち」の10年保管タイプ
を選びました。

製造日から10年間使える競合
品は本品以外にも数種出回って
いますが、省スペース性で本品
を超えるものは見当りませんで
した。70回分(夫婦2人で約5
日分)を保管するために必要な
スペースは、競合品の約半分。
広辞苑1冊とほぼ同じなので本
棚に保管しておけます。

少量でも便と尿を凝固させられ
る高性能の抗菌凝固剤にありま
す。便と尿に振りかけると数十
秒で高分子ポリマーがゼリー状
になって、臭いごと包み込んで
3時間後には「臭いはほぼゼ
ロ」。90日後でも「検知限度以
下(臭い漏れの心配なし)」で
あることを第三者機関テストで
確認済みです。

備蓄場所に
困らない。
広辞苑1冊とほぼ同じ
サイズの箱に70回分を
備蓄できる。

使い方は上図の通り。まず、
ポリエチレンの大袋を便器にか
ぶせて、便座を抑えます(この
袋が便器の水を遮断してくれ
る)。用を足すときは、この上
に排使用袋を1回ずつ敷きます。
用を足したら凝固剤を振りかけ
てから排使用袋を縛って廃棄用袋
へ。自治体のルールに従って、
燃えるゴミとして処分してくだ
さい。

メーカーは、災害弱者向け防
災道具の開発で知られる「まい
にち」(1974年創業)です。
製造後1年以内(使用期限9年
以上)の製品だけを発送します。

90日後でも便臭と尿臭は
「検知限界以下」。

臭い物質	90日後
アンモニア	0.2ppm以下
硫化水素	0.05ppm以下
トリメチルアミン	0.05ppm以下
メチルメルカプタン	0.1ppm以下

メーカーが依頼した
第三者機関テストのデータより。

公共機関で
ぞくぞく採用。

- 内閣府
- 最高裁判所
- 国土交通省
- 厚生労働省
- 海上保安庁
- など35の官庁
- 東京都など
- 205の自治体

(2024年4月現在、
メーカー調べ)

まいにち
災害トイレ マイレット70
(70回分)

商品番号 2910077

税込9,790円
(送料385円別)

製造後
(未開封)
10年



大袋1枚、排使用袋70枚、
廃棄用袋10枚、粉末凝固剤70個

70回分、凝固剤成分:吸水性ポリマー、抗菌剤、使用期限:製造後10年(未開封)、日本製

非常用ラジオのピカイチ 「キャパシタ式ECO303」

太知ホールディングス製

経年劣化の少ないキャパシタ蓄電式
だから、災害時でも確実に聴ける。

ラジオ、スマホ充電、ライ
ト、サイレンの1台4役。

意外と知らない人も多いのが、
「内蔵バッテリー(充電電池)」に
は寿命があり、徐々に経年劣化
しては電気をため込めな
くなる」ということ。

いざというときに非常袋に入
れておいた災害用ラジオが使え
ない……なんてことがないよう、
経年劣化の心配がほとんどない
「キャパシタ蓄電式」の本品を



太知ホールディングス
備蓄ラジオECO-303
商品番号 2910078
税込7,128円(送料385円別)

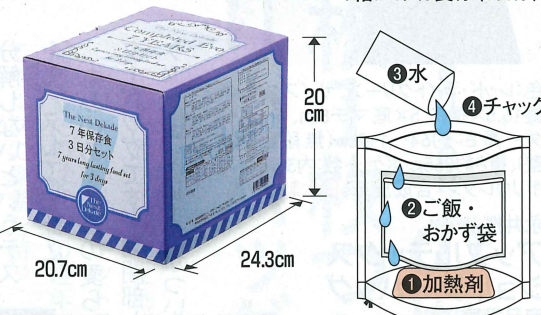
重さ約208g、材質:ABS、受信周波数AM/530~1600kHz、FM/76.0~108.0MHz、
スマートフォンコード(タイプB)、タイプA・C交換アダプター、ストラップつき、中国製
※乾電池(単3形2本)は付属していません。

災害用備蓄食のピカイチ 「7年保存非常食」

GDAC製

「水なし、火なし」の非常時でもお
いしく食べられる公共機関採用品。

賞味期限7年はレトル
トの非常食で最長です。



公共機関でぞくぞく採用。

- 防衛省
- 国立競技場
- 大阪府
- 羽田空港など

(2023年6月現在、メーカー調べ)

重さ4.6kg、賞味期限:
7年、アレルギー表示原
料:小麦・卵・乳・牛肉・大豆・鶏肉・りんご、日本
製 ※全原材料・栄
養成分は233頁。

GDAC
7年保存非常食
(1人3日分)

商品番号 2910079

税込9,720円
(送料385円別)

災害時、つねに火が使えると
は限りません。水も節約したい
から非常用備蓄食のピカイチに
は、「水なし」「火なし」でもお
いしく食べられる本セットを選
びました。

これまで200万食以上も自
衛隊(防衛省)に納入されてい
るすぐれ物で、1箱が1人の3
日分(9食分)。家族の人数分
を申込んでください。

朝食用にはパンが3種(ミル
ク、チョコレート、メープル味)。
昼食用はピラフなどのご飯物、
夕食用は白米とおかずが3種。
白米は秋田県産米で、塩こうじ
で薄く味つけがしてあります。

おかずは汁気があって食べやす
く素材の味も感じられます。
すべてレトルト殺菌済みで保
存期間は7年間。調理不要でそ
のままで食べられます。付属の
水と加熱剤を使うとホカホカの
ご飯とおかずが味わえます。

2017年度「福島・災害食
グランプリ」で準グランプリを
受賞。製造は長期保存食の老舗
グリーンケミィ(1973年創
業)が担当。自衛隊用の戦糧糧
食を16年にわたって製造してき
た実績があります。

「これまで4回骨折しています。寝たきりになりたくないのでおせんべいが手放せない」

愛用歴3年
香山美子さん(80歳女優)



最初は18年前、62歳のときに自宅の階段から転んで右膝を骨折しました。65歳で左足の甲を、75歳の2月には腰椎を圧迫骨折、そして8月に再び右膝を骨折しました。「大腿骨の骨折は寝たきりに繋がるので、絶対に避けてください」と医師から忠告され、これを食べ始めました。続いていますよ。だっておいしい(笑)。魚の苦みがなくて、新鮮さにこだわっているのがよくわかる。堅い煮干しと違って食べやすいから、無理なく続けられます。

「転んだだけで左ひじを骨折してしまつて、私の骨つてこんなにもろいんだと大ショック」

愛用歴3年
谷村志穂さん(61歳作家)



10年以上前に骨密度が低いと診断されたのですが、目に見えない骨の老化に実感が持てずに、放置していました。ある日ビーチサッカーで、相手に衝突しただけで右足の小指の骨をポキン。50代になって、公園でよろけて転んだだけで、左ひじがポキン。さすがに慌てて、これを申し込んだのですが、想像以上においしくて驚きました。いわしそのものだからカロリーの心配もいらない。おいしくなかったらここまで続けられないと思います。

本品をおやつにして カルシウムを摂り続けている 骨折経験者が増えています。

60代女性の1日当りのカルシウムの平均必要量は550mg(※1)ですが、現実には499mgしか摂れていないと言われています。(※2)本品なら、1日当りに不足するカルシウム51mgを、たった2枚で補えます。

累計販売数1099万袋を
突破した人気養生食。

(24年6月4日時点)

全国に1280万人いると推計される骨粗しょう症患者のうち、76・6%は女性だと言われています(※3)。尻もちをついて骨折したことのある人、健康診断で骨密度が低いと指摘された人、骨折を予防したい人は、



ぜひ本品をはじめてみてください。本品なら60代女性に不足している1日分のカルシウム51mgを、たった2枚で補うことができます。

本品は、片口いわし(約5センチ)4尾分を特注のプレス機

にかけて、「7トン」「200℃」の高圧高温で一気にプレスして、わずか0・5ミリの薄さに焼き上げたものです。つなぎも調味料も一切なし。混じりけなしのいわしだけなので、つつい手が出るおいしさです。カルシウム豊富な片口いわしの産地は、長崎県橋本、瀬戸内海、山陰沖、四国沖です。空気に触れる時間をできる限り短縮して茹で上げ、鮮度を保っています。また、本品は「真水」で茹でているので、いわし本来のわずかな塩分(1枚当り0・034g)だけ。塩分を気にしている人も安心です。

本品2枚の
カルシウム量は52mg。
60代女性の不足分51mg
がおいしく補える。

(算出条件は48頁)



※1 厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2015年版)」
※2 厚生労働省「国民健康・栄養調査(平成28年)」
※3 「骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2015年版」(一社)日本骨粗鬆症学会より。

通販生活の 薄焼いわし定期コース (1ヵ月2袋お届け)

1袋(44g)当り148kcal 塩1.2g(ひじき)
【賞味期限】製造日より未開封で「常温」150日
【表示義務添加物】不使用
【アレルギー表示原料】なし
(えび、かに、さば、いわしが混ざる漁法で獲っています)

常温便

商品番号 7980975

通常価格2袋
税込2,786円(送料275円別)のところ、
初回2袋 **50%割引** 税込**1,392円** 送料は小社負担
2回目以降2袋 **10%割引** 税込**2,506円** 送料は小社負担
(定期コースはいつでも途中キャンセルできます。)

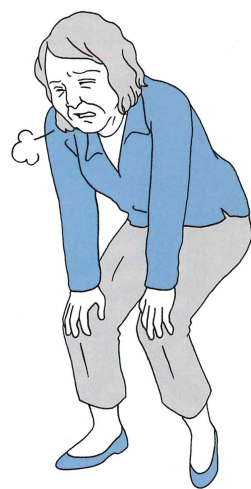
初回お届けはプレーン味、
2回目からは月替りでカルシウム吸収を
助ける食材入りでお届けします。



●『薄焼いわしお得な定期コース』の「1日3枚コース」「1日4枚コース」「1日6枚コース」はお電話でお申込みください。
※初回割引はお1人様1回限り。

※6種の食材は、天候による不作などによって産地を変更することがあります。
※原材料にマイワシなどいわし類が混ざることがあります。

**猛暑で元気が
出ない読者へ。**



『元祖もろみ酢』で筋肉をつくるアミノ酸を摂りませんか。



本品は、この小カップ1杯(30ml)で、

筋肉をつくるアミノ酸…706mg

疲労感をやわらげるクエン酸…289mg

が摂れてしまいます。この効率のよさと、クエン酸発酵のまろやかな味わいが支持されて、累計販売数は515万本を突破しました(24年3月現在)。猛暑で夏バテ気味……そんな読者は、ぜひ1日1杯の本品を習慣にしませんか。

**体内ではつくれない
貴重な必須アミノ酸9種
がすべて摂れます。**

アミノ酸(たんぱく質)とは、筋肉、骨、歯、髪、皮膚、内臓といった人間の体を形づくるために必要不可欠な重要成分です。年齢とともに筋肉量はどんどん減少していきますし、12歳で福田千晶先生がおっしゃっていたように、筋肉は体内の水分を貯めておく「貯水槽」の役割も

1日分30mlで
これだけ摂れます。

①トリプトファン	5mg
②メチオニン	10mg
③ヒスチジン	20mg
④フェニルアラニン	26mg
⑤イソロイシン	32mg
⑥スレオニン	33mg
⑦リジン	35mg
⑧バリン	42mg
⑨ロイシン	42mg
計	245mg

①アルギニン	61mg
②アスパラギン酸	76mg
③グルタミン酸	104mg
ほか6種	220mg
計	461mg

アミノ酸合計 ……706mg

クエン酸 ……289mg

※「黒糖入り」30ml当り、(一財)日本食品分析センターで分析。

その他の
アミノ酸9種

体内ではつくれない
必須アミノ酸9種

ています。60歳以上の読者はぜひ、猛暑日の熱中症対策のために、本品で毎日のアミノ酸の摂取と運動を習慣にして、筋肉量を増してください。

お酢が苦手な人でも飲みやすい「クエン酸発酵」と「黒糖のまろやかな甘さ」。

アミノ酸の中でもとくに大切なのが、「必須アミノ酸」です。人間の体内ではつくることができないので、食事から摂るしかありません。右頁の表のとおり、本品にはこの貴重な必須アミノ酸(全9種)がすべて含まれています。

付属の小カップ1杯(30ml)をグイッと飲むだけで、必須アミノ酸が245mgも摂れるので

す。さらに、疲労感の軽減に役立つとされるクエン酸も289mg摂れます。

本品に含まれているアミノ酸、クエン酸は、いずれもあとから添加しているわけではなく、黒麹菌の発酵によって自然に生まれてくるのです。

本品の開発者は東京農業大学で発酵学を修めた石川信夫さん(沖縄・石川酒造場二代目)。石川さんは、黒麹菌発酵による

琉球泡盛を搾ったあとに残る「もろみ粕」に、アミノ酸とクエン酸がたっぷり含まれていることを発見。この貴重な栄養素をそっくり取り出す技法を開発し、「もろみ酢」と命名しました。この開発によって、経済産業省主催の「第一回ものづくり日本大賞」(05年)を受賞しています。

酢酸発酵の酸っぱいお酢とは違い、クエン酸発酵でつくられた本品の口当りはまろやかです。「黒糖入り」(加工黒糖8~12%)と、さっぱりしたあと味の「無糖」の2味です。

本品の原料は、沖縄でしか
つくれない琉球泡盛の
製造工程でできる「もろみ」。

蒸米・製麹(せいぎく)

蒸した米に「黒麹菌」を混ぜ合せ、2日間かけて「米麹」をつくる。

仕込み

甕の中で「米麹」と水、酵母を混ぜ合せ、約20日間発酵させて「もろみ」をつくる。

蒸留

「もろみ」を蒸留機にかけて「泡盛」と「酒粕」に分ける。この酒粕が「もろみ酢」の原料。

専門家に聞く

「高齢者にとって、
筋肉増強のカギは
運動+9種の
必須アミノ酸です」



野塚勇一先生

神奈川大学化学生命学部教授

筋肉は体の中でつねに「合成」と「分解」をくり返しています。すが、加齢によってそのバランスは徐々に崩れ、筋肉量は減少していきます。筋肉量を維持するためには、適度な運動に加えてアミノ酸を摂ることが大切です。特に体内ではつくれない必須アミノ酸は食事から摂る必要があります。

石川信夫さん

1935年生れ。沖縄の石川酒造場二代目。73年にもろみ酢を開発した。



次の頁へ続きます。