

衣替えの季節になりましたね。みなさんお元気で過ごしてですか？

初めての中学の体育大会が5月に終わりました。やはり小学校とは雰囲気違いますね。応援団もかっこよかったです！お友達と食べるからと自分の分だけお弁当を持ってさっさと行ってしまった息子。なんだか淋しかったです。(ToT)部活は娘と同じバスケットボール部に入りました。野球を続けるんじゃないかな？とびっくりしましたが、本人がやりたいと言うのなら何でもいいかな。幸い父も母もバスケット経験者なので少なから練習相手になれるかも。週末には親子4人でボールの追いかけっこができそうです。(^^)／

### ◎ 特別企画! その1:スーパーラジエントヒーターをスペシャル価格でご提供中!!

アースデイおおいた2010で実演をした、アルファ・スタイルイチ押しの中世型調理器具スーパーラジエントヒーターのキャンペーン期間を、ご好評につき延長することにしました!

- ①卓上型100Vタイプ 定価134,400円(税込)のところ  
→ 100,800円!(ミニクッカー1個付き!) 25%オフ!
- ②ビルトイン60cmタイプ 定価270,900円(税込)のところ  
→ 216,720円!(ヘルシープレート1個付き!) 20%オフ!
- ③ビルトイン75cmタイプ 定価291,900円(税込)のところ  
→ 233,520円!(ヘルシープレート1個付き!) 20%オフ!

※②③に関しては別途工事費が必要となります。

キャンペーン期間 ~6月30日(水)

詳しい資料を差し上げます。どんなものか見てみたいと思われた方へ…実演を見て試食していただくこともできます。お気軽にご連絡くださいませ。

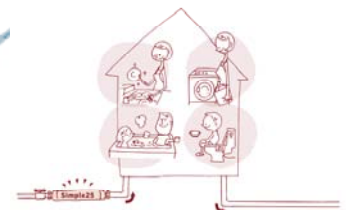
### ◎ 特別企画! その2:☆「I-tube」工事費無料キャンペーン☆

合成洗剤やシャンプー類などの家庭内にある化学物質を出来るだけ少なくし、シンプルかつ安心・安全な毎日を過ごしていただくためのご提案を得意とするアルファ・スタイルから、お得なキャンペーンのお知らせです。

家庭内で使う水に化学物質を流さないことで排水の汚れを少なくし、自然な環境を取り戻すことに貢献する整水器、I-tube(アイチューブ)。 バランスの取れた天然水に近い水は環境に貢献するだけでなく、私たちの生活をシンプルで便利にしてくれます。

例えば…肌荒れ・手荒れをしにくくなる

- ・食器洗いや掃除が楽になる
- ・水道光熱費を削減する
- ・メンテナンスが要らない



水を使うあらゆる場面で水のチカラを最大限に引き出してくれるI-tubeで、オーガニックでシンプルな生活を始めませんか。

アルファ・スタイルでは6月の1ヶ月間、特別に設置工事費無料キャンペーンを実施します!

I-tube 本体価格は10年保証が付いて税込み350,000円。期間中、通常3~4万円の標準工事費をサービス!

詳しい資料を差し上げます。お気軽にお問い合わせください。

#### 今後のスケジュール

- ★6月11日(金) 健康講座(アルファ・スタイルにて)
- ★6月25日(金) ロハスランチ(アニュー竹町店にて)
- ★7月7日(水) 健康講座(アルファ・スタイルにて)
- ★7月31日(土) 株玄米酵素岩崎社長セミナー(大道公民館にて)

## ◎ 『健康講座』好評開催中!

毎月一回開催している健康講座、5月11日(火)にアルファ・スタイルにて行いました。(株)玄米酵素の若き食アドバイザー、講師の大井さんのお話は毎回とても勉強になります。実は5月のゴールデンウィークの真っ只中、北海道で行われた全国販売者研修会に参加してきました(各地から1200名が集結!).そこで学んだことのおさらいも含めて、改めて健康の基本についてふりかえりました。健康な体を保つ3つの大切な要素とは…○食事 ○運動 ○ストレスがないこと

毎日の食事に気をつけて、しっかり運動をしても、ストレスを抱えていては健康にならないとのこと。意外と落とし穴かもしれません。( )あれは食べてもいい、これは食べたらダメ、と神経質になってしまったら、そんな風に考えること自体が知らず知らずのうちに自分の体にストレスを与えているかもしれないですね。

ま、そこまで堅苦しくはしていないので、私は大丈夫かな。(^^)

ただ、いつも思うのが、知っているのと知らないのとではやっぱり違うということ。

何が良くて、何が悪いかっていうことを判断できる知識をもつことは大事なことだと思います。

たくさんの人、身近な大事な人にこそ知って欲しいと思って健康講座を開いています。

「何を食べるか」が人生を決める気がしています。

健康講座では、日々の食生活のヒントになるお話が満載です。手作りおやつを準備してお待ちしております♪  
参加費無料!お友だちを誘ってご予約くださいませ。ちなみに5月はグリーンピース寒を作りました。(^^)

次回の健康講座は6月11日(金)

午前の部は10:00~11:30、午後の部は13:30~15:00 アルファ・スタイルにて

(ご都合のいい時間帯でご予約ください。)

アルファ・スタイルでは、正しい食生活を広め、真の健康をお届けすることを使命として、

「食事道」の提唱と玄米酵素の普及に取り組んでいます。

「食事道」とは・・・

食の三原則：穀物や菜食を主とした適応食のすすめ

自分の住む土地で採れる旬のものを食べる身土不二のすすめ

丸ごといただくことを基本とする一物全体食のすすめ

玄米酵素「ハイ・ゲンキ」の  
サンプルをお渡ししています。  
お気軽にご請求ください♪



## ◎ 『ロハスランチ』のご案内♪

『健康講座』で正しい食生活について学んだら、さあ今度は実践です。『ロハスランチ』を通して“カラダが変わる”、“ココロが変わる”、“生活がエコになる”体験をされる方が急増中!(^^)!次回は6月25日(金)にロハスランチ開催予定です。

今回もマクロビオティックインストラクターの甲斐利恵さんをお招きして、簡単マクロビ料理を実践&講義していただきます。5月のメニューは…車麩のカツ丼、えのき入り簡単味噌汁、新じゃがといんげんの練りごま和え、涼菜(リャンサイ)、ひんやり抹茶デザート、おから入りパン、お菓子、お茶 でした。

前回に引き続き、玄米味噌に植物発酵食品とカットわかめと切干大根をあらかじめ混ぜておく“味噌汁の素”を紹介したところ、忙しい朝に便利!、子どもだけでも本物の味噌汁を簡単に作れる!、と大好評でした。(^^)/

食品の裏側のお話や、体に良い or 悪い油のお話、砂糖のお話などなど、今まで知らなかったいろんなことを知っていただくいい機会になると思います。自然食品店アニューのこだわりの食材を使った、簡単で美味しくするためのランチ会にぜひご参加ください。参加費(材料費として)1200円。11時スタート。詳しくはご予約の時にご確認ください。

☆アニュークラブ会員募集中!☆

入会金・年会費などは一切かかりません。

食の大切さを周りの人に伝え、日本の食糧自給率を上げる活動を一緒にしませんか?

安心・安全な食材を、賢くお得に買う方法を知ることができますよ~♪

マクロビオティックの大家久司道夫先生や「食品の裏側」の著者安部司先生も応援してくださっています(・^・)

住まいと暮らしと食に天然志向な住宅リフォーム屋 有限会社 アルファ・スタイル

〒870-1176 大分市富士見が丘東3丁目19-8

TEL: 097-542-6916 FAX: 097-542-6904

URL: <http://www.alpha-style.jp/> E-mail: [info@alpha-style.jp](mailto:info@alpha-style.jp)

ブログ: 「住まいと暮らしと食に天然志向な住宅リフォーム屋 アルファ・スタイルの日々」気まぐれ更新中!

<http://alphastyle.junglekouen.com/>