

大和の古刹を歩く



御神宝

かがみづくりにんじや
鏡作神社 (磯城郡田原本町八尾 816 近鉄 田原本駅から徒歩約20分)

奈良県磯城郡田原本町にある鏡作神社へ行ってきました。神社の正式名称は鏡作坐天照御魂神社といます。社宝として三神二獻鏡を所蔵されています。鏡池の神様として全国で最も由緒の深い神社だそうです。

今では美の神様として美容師や鏡業界の関係者が大勢お参りされます。鏡は光を集める事ができるという事から太陽のパワーが宿る神社です。



立派な社号標ですね。

朱塗りの鳥居
大きな朱塗りの鳥居です。扁額には「正一位鏡作大明神」と書いてあります。



拝殿

入口から拝殿、本殿とフラットで一段も階段がないのは珍しいですね。苦むした狛犬が渋いです。

本殿
朱塗りの三間社春日造りで、拝殿の後方から見えます。ご祭神は、天照國照彦火明命(あまてるくにてるひこのあかりのみこと)・石凝姥命(いしこりだめのみこと)・天孫戸命(あめのぬかどのみこと)です。石凝姥命は三種の神器である八咫鏡(やたのかがみ)を製造したことで知られています。



この石は、鏡の研磨工程時に使用された用具だそうです。



鏡石(かがみいし)
鏡池からこの鏡石が出土しました。



摂社末社
諏訪神社と伊吹神社が祀られています。神無月には、ご本殿の神様がお留守になるので御神宝を守られる神様です。



鐘楼

一突きしてきました。グォーンと良い鐘の音が境内へ響きわたりました。



鏡池

古代から江戸時代にかけて、この鏡池で身を清め鏡作りに勤んだといわれています。



御田植祭(おたうえさい)

2月の21日に近い日曜日に五穀豊穡を祈願する農耕行事と豊年舞、牛使いが行われ大勢の参拝客でにぎわいます。

お客様の声

腸を整えて肌をキレイにする

「ハトムギ酵素」は飲みやすさに驚き、継続しています。腸内環境が整い、肌荒れも2週間集中して飲むことを実践し実感!!母にプレゼントしたら、妹も気に入りリピーター。超便秘症だったのに快便に!!ランチした時に大好きな先輩が「ハトムギ酵素」10年愛用者で、だから納得。いつも1~2包携帯しています。「国産活性はとむぎ茶100」は毎日2杯位飲用、夏なのに美肌。今後ともよろしく願います。

東京都 女性

健康のため

「国産はとむぎ炊飯器用」を食べてから、なんだか顔色も白くなり、明るい顔になったようで嬉しいです。少し健康が戻って来たようです。「国産活性はとむぎ茶100」もおいしくて、毎日飲んでおります!!

岩手県 女性 68歳



vol.200
Taiyo 太陽新聞
HATOMUGI

太陽食品株式会社
〒630-8423 奈良県田原町14-1
☎0120-20-2077 (受付時間 9:00~17:30)
http://www.taiyosyokuhin.co.jp

ハトムギ酵素

「ハトムギ酵素」は3種類のハトムギとフルーツ酵素で、老廃物のデトックスや美容効果が実感できるサプリメントです。アルミ袋に1包ずつ包装しているのは、商品が劣化しないよう、特にハトムギ若葉の鮮度が落ちないようにするためです。

フルーツ酵素で美肌

「ハトムギ酵素」に含まれる弊社オリジナルのフルーツ酵素とは、各種果物の表皮に生息する天然の微生物を利用して発酵・熟成させた無添加の酵素です。リンゴにはリンゴの酵母菌や乳酸菌が、パイナップルにはパイナップルの酵母菌や乳酸菌があるので、果物の種類が多いほど微生物も多く利用できることから約40種類の果物を使います。そして2年~3年間熟成させ、おいしいフルーツ酵素をつくります。熟成させたフルーツ酵素は、腸内環境を整え老廃物のデトックスに、そして免疫力のアップなど美肌作用につながっていきます。



インナービューティ

フルーツだけで作られたフルーツ酵素には、たくさんのフルーツの栄養が溶け出しています。それだけでも健康、美容に良いのですが、「ハトムギ酵素」にはさまざまな美肌作用のある3種類のハトムギと、オリゴ糖、有胞子性乳酸菌を含んでいます。だから「ハトムギ酵素」を続けていると、腸内環境が整い自然なお通じでお腹もスッキリします。また新陳代謝が活発になると血行もよくなります。するとホルモンバランスが整って、生理痛やむくみ、ダイエット、風邪をひきにくくなるなどの健康、美容効果につながっていきます。



ハトムギ酵素
150g (2.5g×60包)
価格 4,644円(税込)

6つの原料のビューティバランス

- ① 国産はとむぎ
- ② 国産有機はとむぎ若葉
- ③ 国産有機脱付きはとむぎ
- ④ フルーツ酵素
- ⑤ オリゴ糖
- ⑥ 有胞子性乳酸菌

はとむぎを飲む、食べる

ハトムギは唯一さまざまな機能性を持っている穀物です。主な機能性は身体に活力を与え腎臓の働きを活発にする、利尿作用でむくみ排尿トラブルに、また美肌作用があるなどです。この冬ハトムギを丸ごと「飲む、食べる」で健やかに過ごしましょう。



はとむぎ茶を丸ごと飲む

新茶や緑茶を飲むと、心も潤いホッとします。それはお茶に含まれるアミノ酸の一種テアニンという成分がリラックス効果を与えているからです。同じようにハトムギ茶にも発芽活性化させるとギャバという天然のアミノ酸が増え、脳内の興奮を鎮めリラックス効果を高める働きがあります。だからハトムギ茶を飲むと心がなごみ体もホッとさせてくれるのです。また香ばしいかおりも心と体をほぐしてくれます。寒い時、ショウガを加えてハトムギジンジャーティーにすると、体がポカポカ温まります。

ハトムギ茶の機能性・・・肌につやと潤いを与え、色白の肌に、またイボ取りやニキビにも期待できます。



国産活性はとむぎ茶100
120g(4g×30袋)



はとむぎを食べる

ハトムギは昔から滋養強壮に良いとされてきましたが、最近では糖尿病にも良いといわれています。それはハトムギのタンパク質と脂質に特徴があるからです。タンパク質ではバランスよく必須アミノ酸が含まれている事と、食物繊維様の作用をするレジスタントプロテイン(難消化デキストリン)が多く含まれている事です。だからハトムギご飯を食べると食後、急に血糖値が上がる心配がありません。これは健康な人にとっても良い機能性ですね。また脂質においては、身体に良い働きをする不飽和脂肪酸が多いので脂質異常の改善に役立ちます。

ハトムギご飯の機能性・・・疲れ、肌荒れ、乾燥、老廃物排出、またアトピー、ポリープにも期待できます。



小袋タイプ
国産はとむぎ炊飯器用
200g(20g×10袋)

身体がよろこぶ発酵食品

高温多湿の日本には、日本独自の麹菌があり、それを利用して昔からたくさんの発酵食品が作られてきました。おなじみの味噌や納豆、麹のほか、ヌカ漬けなどは地域によっても味が違うのは気候の変化によるものです。今、発酵食品は人々の健康な暮らしをするうえなくてはならないものですね。



発酵の力

発酵とは食材に含まれるでんぷん質や糖、タンパク質を微生物の働きによって分解し、新しい食材として生みだされたのが発酵食品です。利用される微生物の種類は酵母、カビ、細菌に分類されます。発酵食品の特徴は風味が豊かで美味しくなる、保存性が高まる、独特の旨みや香りがある、栄養価が優れるなど、また健康効果として腸内環境を整える、免疫力をアップさせる、長生きの役に立つなどたくさんあります。

腸内環境を整える

健康な人の腸内には100兆個の細菌が棲んでいます。腸内に有益な働きをする善玉菌が多いほど免疫力も高まり、悪玉菌は多いと便秘や下痢、食中毒を起こしやすくなり免疫力が低下します。発酵食品は腸内の善玉菌を増やす働きによって腸内の環境を整えるので積極的に摂りましょう。発酵食品は一度にたくさん摂るより、毎日継続して食べるのがポイントです。

免疫力のアップ

私たちの体には病気から身を守るために、免疫という自然治癒力で守られ、免疫力が高ければ病気にもかかりにくいというメカニズムがあります。免疫力の80%は腸内にあるといわれているので、免疫力のアップに役立つ発酵食品や善玉菌の増殖に役立つ食物繊維をたくさん摂りましょう。ちなみに僧侶の腸には、たくさんの食物繊維が含まれているので腸内環境が整い身体も健康だそうです。

発酵と主な微生物

麹菌	酵母菌	乳酸菌	納豆菌
米や大豆などを煮たり蒸したりした時に繁殖する糸状菌(カビ)の一種で、米を原料としたものは米麹といい、大豆を原料としたものは大豆麹という。麹菌の役割は澱粉をブドウ糖に、たんぱく質をアミノ酸に分解する。	糖をアルコールと炭酸ガスに分解する時に使われる微生物で、ブドウ糖を食べるとアルコールを生成する。ビール酵母、ワイン酵母、清酒酵母など各種アルコールの醸造に利用される。植物の表面、空気中、土壌など、自然界のいたる所に存在する菌。	糖を分解して栄養分にし、増殖しながら乳酸を作る細菌。ヨーグルト、チーズ、味噌、しょう油、日本酒、ワイン、漬物、パンなどの製造に使われ100種類以上ある。植物の葉に生息する植物性乳酸菌と動物の乳に生息する動物性乳酸菌とがある。	稲わら、枯草、落ち葉など自然界に存在する枯草菌の一種で、特に稲わらにすむ枯草菌を納豆菌という。蒸した大豆に納豆菌をつけて発酵させたものが納豆。大豆の成分が分解されて、ビタミン類やアミノ酸が非常に増える。