

毎日の暮らしにワクワクと感動をプラス！

# カムナ通信

## vol.22

発行日：令和3年4月1日  
(毎月1日発行)  
発行人：青木敬司  
株式会社カムナ・プランニング／東京都文京区  
目白台2-9-7-503  
電話：03-3942-8633  
info@kamuna-p.jp  
<http://kamuna-p.jp/>  
～コピー、転載、引用、配布はご自由にどうぞ～

こんにちは。4月は新年度のはじまりで、入学式や入社式、進級、異動など、新しい環境を迎える方が多いことでしょう。フレッシュな想いを大切に、自分らしく、元氣よく、そして誇らしく歩んでいただきたいとエールを送る今日この頃です。

今月は、はじまりの月に相応しく、より一層進化をとげた人気商品「くま笹珪素」の情報をお知らせします。

くま笹珪素は、日本の薬膳文化に伝わる「食べ合わせの知恵」を元に、くま笹をはじめドクダミ・稲若葉・赤紫蘇など、珪素(シリカ)を多く含み、機能性に優れる植物を組み合わせて、古くから伝わる発酵技術で融合させた食品です。食べ物や飲み物にふりかけると、素材の持ち味が引き出され、風味豊かで美味しく健康的な食品に変わり、さらに加工食品に含まれる添加物などの影響を和らげられる優れものです。



新しくなったのは、製造工程の鍵となる微生物による発酵を、先人の知恵を応用した二段階発酵にした点です(詳細は裏面のInformationを参照)。開発者の故川口哲史氏の想いを継承しつつ、波動研究家の山梨浩利氏の協力によって実現しました。これに

より、発酵過程で微生物が生みだす代謝物質「いのちのエッセンス」(バイオジェニクス)が豊富になり、これまで以上に健康を支えてくれる商品に仕上がりました。このバイオジェニクスは、腸内環境を整え、心身のあらゆる健康に貢献する物質として、専門家をはじめ多方面から注目を集めています。

これを機にお試しいただきたいのが、くま笹珪素1gを浄水かミネラルウォーター(500ml)で薄めた「くま笹ウォーター」です。これを1日かけて飲むと、お腹を見事にお掃除してくれます。「3〜4日でニオイが無くなつちやいました〜♪」という驚きの声も届いています。

腸内環境と健康・美容は密接な関わりがあります。特に気をつけたいのは「酸性腐敗便」。腸内で生まれるたんぱく性のアミン(腐敗分解産物)が増えると、便臭は強くなり、放置すると取り返しのつかないほど体に悪影響を与えます。(詳細はWeb「カムナ酸性腐敗便」で検索してみてください)

腸内環境が整うと、トイレタイムはスルッとラクに、ニオイは穏やか、そしてぶかぶか浮いてきます。健康と美容のためのエイジングケアはお腹のクリーニングから！Newくま笹珪素の「くま笹ウォーター」をお試しいただきましたら幸いです。いつもありがとうございます。

株式会社カムナ・プランニング 青木敬司



↑くま笹ウォーターおすすめです

## NEWS & TOPIC KAMUNA PRODUCTS

### 食べる前に、瞬間クリーニング！ その「ひとつり」で、 美味しく、元気よく！ くま笹珪素

「くま笹珪素」は、日本の薬膳文化に伝わる「食べ合わせの知恵」をベースに、くま笹をはじめドクダミ・稲若葉・赤紫蘇など、珪素を多く含み、機能性に優れる植物を組み合わせて、古くから伝わる発酵技術(二段階発酵)で融合させた食品です。くま笹珪素を食べ物や飲み物にふりかけると、素材の持ち味が引き出され、風味豊かで美味しく健康的な食品に変わります。また加工食品に含まれる添加物などの影響を和らげる働きも。食べる前、飲む前のひとつりで毎日の食をグレードアップさせ、健康と若々しさを手に入れましょう！

### ササッとふりかけて健康ケア！ くま笹珪素の使い方

- 料理の下ごしらえや隠し味に2〜3ふり。食べる前にふりかけてもOK!
- お肉料理やでき合いの料理には満遍なく多めに
- 飲み物には1〜2ふりで、本来の味が引き出されて美味しく♪
- 加工食品やスナック菓子には満遍なく多めにふりかけて。添加物などのマイナス作用を和らげつつ、さらに美味しく♪
- 残留農薬が気になる野菜は、2〜3ふりした水で洗いましょう。
- お米には研ぐ前にふりかけて(1合に1ふり)。その上から水を入れ、研いであらうから炊くと、もちもちしたごはん♪
- コーヒーや紅茶、緑茶、ハーブティは、粉や茶葉に1〜2ふりしてからお湯を注ぐと、風味豊かでまろやか、上品な味わいに♪
- 飲む前にふりかけてもOK!
- ビールは、グラスに1〜2ふりしてから注ぐときめ細かな泡が立ち、生ビールのような味わいが楽しめます。

～ お客様の声は裏面をご参照ください～

～ 日本の風土が育んだ  
珪素が豊富で機能性に優れる植物原料 ～



【くま笹】  
珪素を多く含む神聖なイネ科の植物。



【びわ葉】  
現代医療に影響を与えた歴史ある植物。



【ドクダミ】  
古くから毒消し作用が知られる植物。



【スギナ】  
ミネラルを多く含む生命力豊かな植物。



【稲若葉】  
食物繊維やミネラル、アミノ酸も豊富。



【化石サンゴCa】  
70種を超える海洋ミネラルを含みます。



【赤紫蘇】  
栄養価の高さは群を抜く、紫の蘇草。



【風化貝Ca】  
1800万年前の断層から取れる上質なCa。

すべて国産原料を使用！保存料、着色料、食品添加物、遺伝子組み換え作物は使用していません。

■くま笹珪素 5,000円(本体価格4,630円+税)

品名：くま笹抽出物加工食品  
内容量：35g(ミニ容器つき)  
原材料：馬鈴薯澱粉(国内製造)、くま笹(チシマザサ)、稲若葉、ドクダミ、赤紫蘇、びわ葉、スギナ、化石サンゴカルシウム、風化貝カルシウム、塩  
ご使用の目安：1日あたり1g(20〜30ふり)を目安にお召し上がりください。当商品35g入りで約900ふりできます。

# Information & 広場

くま笹珪素の気になるおはなし



## ■ 新生「くま笹珪素」について

山梨事務所代表 波動研究家 山梨 浩利氏

「くま笹珪素」のリニューアルに際し、開発者の故川口哲史氏のコンセプトを継承しつつ、さらに進化させることができました。

「くま笹珪素」は、古くから日本に伝わる発酵の知恵を用いて製造します。原材料を発酵させる理由は二つあり、その一つは、本来からだに吸収されにくい珪素(シリカ)を始めとしたミネラルを、吸収しやすい状態に変えるためです。有機ミネラルという言葉聞いたことがあると思いますが、これは鉱物であるミネラルを、植物や微生物などの生命体に吸収、摂取させて有機化し、吸収を高めています。これをさらにからだに馴染む状態に変える知恵が、日本が世界に誇る発酵技術です。



二つ目の理由は、発酵の過程で微生物が生み出す代謝物質(いのちのエッセンス)を有効活用するためです。これを生体に取り入れると、体内の環境は整い、心身ともに調和した状態に導かれます。まさに生体がいきいきと喜んでいる状態で、感動という言葉のように、心身ともに励起されるエネルギーが湧き上がることであります。発酵は、生体に喜びと感動を与える知恵と言っても過言ではないでしょう。

実際の発酵工程においては、古来日本の食文化の最も基本的な役割を担ってきた麹菌を用います。日本の風土が育んだ麹菌は日本の国菌でもあります。これを代々伝わる知恵を応用して、新たな生命の宿る食品に生まれ変わらせるのです。今回のリニューアルで特に新しくなった点は、日本に伝わる味噌づくりと、醤油づくりの知恵を応用した発酵工程で、原材料を分解する麹発酵(好気発酵)と、それを再合成する乳酸発酵(嫌気発酵)を用いた、波動研究に基づく独自の二段階発酵です。それぞれの発酵工程を通して、微生物が生み出すいのちのエッセンスを有効利用できるようになりました。



「くま笹珪素」は、くま笹をはじめとした機能性の高い植物から得

られる有機珪素と、微生物の活動によって生まれる、生体を躍動させるいのちのエッセンスを取り入れる、健康と美容のパートナーとして活用していただければと思います。

特に珪素(シリカ)はいま、最も注目されているミネラルの一つです。生体の活性化だけでなく、感性や直感、インスピレーションといった神秘的な働きに関わる松果体を蘇らせるとして注目されています。人生を豊かにするための高い波動と幅広い機能性を兼ね備える、日本の風土が育んだ知恵の結晶とも言える「くま笹珪素」をぜひお役立てください。



## ■ 「くま笹珪素」の喜びの声

・毎朝くま笹ウォーターを作り(500mlのペットボトルにくま笹珪素1g位)飲んでます。とても美味しいです。あまり水分を摂る方ではないのですが、この水はどんどん飲みたくなります。しっかり水分を補給していると間食も減ってきました。

・くま笹ウォーターすごいです!! 飲み始めた翌日から便のニオイが消えました。軽減とかそんなレベルではなくニオイがしない...自分でもびっくりです。お腹もいつもすっきりで体が軽いです。

・ぬか床にくま笹珪素をふりかけてみたら、うま味が増しました。ぬか床を足した時にもふりかけると、ぬかが馴染むのが早いです。

・いつも飲むお酒にかけると、お酒が抜けるのが早いです。ちょっと飲みすぎたかなと思う日でも、翌日はすっきりしています。

・お菓子にかけて食べると美味しくなるので、手が止まらなくなります。食べ過ぎ注意です(笑)

・フライドチキンを作る際、下味をつける前にくま笹珪素をふりかけたら、お肉が柔らかくなり、短時間でも味がよくしみ込みました。また揚げあがりがか軽かったです。



「くま笹珪素」は、くま笹をはじめとした機能性の高い植物から得られる有機珪素と、微生物の活動によって生まれる、生体を躍動させるいのちのエッセンスを取り入れる、健康と美容のパートナーとして活用していただければと思います。特に珪素(シリカ)はいま、最も注目されているミネラルの一つです。生体の活性化だけでなく、感性や直感、インスピレーションといった神秘的な働きに関わる松果体を蘇らせるとして注目されています。人生を豊かにするための高い波動と幅広い機能性を兼ね備える、日本の風土が育んだ知恵の結晶とも言える「くま笹珪素」をぜひお役立てください。

## 感動のおすそ分け

GRADATI & N  
LITTLE GLEE MONSTER



ちょうど一年前の初めて緊急事態宣言が発出された時、ふとつけたテレビに流れた曲に強烈なインパクトを受けて以来、すっかり魅了されている女性ボーカルグループ「リトルグリーモンスター」。二十歳前後の若い女性5人が別室からリモートで息を合わせて歌いあげる姿と、パワフルかつ美しい歌声、鳥肌ものコーラスに圧倒されたことを昨日のように覚えています。気になっ

## 今月の1冊

麹本 KOJI for LIFE なかじ著 農文協



江戸時代の日本酒づくりを復活させた有名な酒蔵で杜氏をされていた著者が、日本人の食文化を支えてきた麹菌の魅力を世界の人に伝えるために、分かりやすくまとめたのがこちらの著作。日本の国菌である麹菌(コウジカビ)が日本に根づいた経緯や、先人の共生の知恵が様々な発酵食品を生み出したお話。私たちの食と健康にどのように貢献してきたかについて、やさしく伝えています。学術的な情報は最小限にとどめ、麹菌をいかに暮らしの中で活用するかに重きを置いて、自分で米麹をつくる方法から、その麹をつかって家庭でできる、発酵食品のつくり方の数々を紹介されています。著者は麹づくりを「小さな命の躍動を五感で感じ取ろうとする感性のトレーニング」とも言われ、まったく同感。私は本に書かれていた菩提酛(ぼだいもど・どぶろく)づくりを通して、酒業という名の修行でトレーニングに励もうと思います(笑)

## カムナ・ナウ

新生「くま笹珪素」の製法で発酵のお話があったので、それにまつわることを書いてみたいと思います。私のお昼ご飯はとて質素です。ご飯にお味噌汁、お漬物、卵焼きとだいたいこんな感じですが、でも食べた後は幸せだなあとつい口にしてしまうほど。質素ですが、お味噌は昔ながらの製法で職人さんが心を込めて作っているものだし、お漬物は自前のぬか漬けにくま笹珪素をプラスしています。この満足感は発酵と作り手のビタミンI(愛)が大きく関わっている気がしています!

(ゆ)