



手づくり新聞ふれあい

ご愛読いっもありがとうございます。

だんだんと秋の深まりを感じる季節となつてまいりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。いつも皆さまにご覧いただいている「手づくり新聞 ふれあい」が今年で13年目を迎えました。今回は「ふれあい」がで上がるまでをご紹介します。

「手づくり新聞 ふれあい」にける想い



お客さま係
家本

「手づくり新聞 ふれあい」は2005年8月に創刊いたしました。作成しているのは普段お客さまと電話でお話しをしている「お客さま係」です。それまではお客さまと電話で会話するだけでしたが、「お客さまに様々な情報をお伝えしたい」「もっと山田養蜂場のことを知っていただきたい」という想いで発刊することとなりました。お客さまと当社の架け橋になるようなふれあいを目指しています。

手づくり新聞 ふれあいができるまで

①ふれあいでご紹介する内容を考えます!



▲10月号の企画を決めている様子

まずは、掲載内容を決めるため、メンバー各自が意見をもち寄ります。当社の活動や季節ごとのミツパチの様子など、お客さまに楽しんで読んでいただける内容にするため何度も打ち合わせを行い、知恵を出し合います。

②紙面の作成開始です!

企画内容が決定したら、紙面づくりの開始です。情報を収集するために社内社外問わず取材へ行ったり情報や想いがわかりやすく届けることができるように、絵や言葉を考え工夫をしています。



▲養蜂部への取材の様子



▲10月号の表紙を描いている様子

《ふれあいの連載コーナーのきっかけ》

☆今日の元気

お客さまの健康へのサポートができればと思い、2011年2月から連載をいたしました。当社の栄養士が旬の食材の豆知識や健康的な生活習慣について紹介しています。



☆ふれあいクッキング

はちみつをはじめとした当社の商品を様々な料理に活用できることを知っていただきたく連載を始めました。つくった料理をおいしそうに撮影するのが難しく、試行錯誤しています。



③完成→お客さまのお手元へ

お客さまからの声は私たちの励みです

茨城県 M.Nさま (63歳)

料理コーナーやミツパチの様子の紹介など、楽しみに読ませていただいています。また、作成しているお客さま係の顔も拝見することができ、ほのぼのとした気持ちで読ませていただいております。



神奈川県 山口 四郎さま (72歳)

「手づくり新聞 ふれあい」が楽しみです。弁当に入れるおかずづくりについてはちみつは色々な使い方もあるので、とてもタメになりました。ありがとうございました。



お客さま係
園年

こうして「ふれあい」が完成します。読んでくださる多くのお客さまからのご意見やお喜びの声が励みとなり、ここまで続いています。今後もお客さまと山田養蜂場を結ぶ、「ふれあいの場」となる新聞をお届けできるようメンバー一丸となり、毎号作成を続けていきます。



「よろしくお願ひいたします!」



2017年10月発行

今日の元気



栄養士
河井

朝夕が冷え込む季節となります。今回は健康な身体づくり、特に朝食の大切さをご紹介します。

朝食が大切な理由とは

朝食は1日の活動の源になります。脳のエネルギー源であるブドウ糖が不足すると血糖値の低下から空腹感が増したり、活力がなくなり頭が働かなくなることで良い1日のスタートをきることができません。ご飯などの主食には脳のエネルギー源になるブドウ糖が多く含まれているので、朝食でしっかり栄養を補給して脳と身体をしっかり目覚めさせましょう。



健康な身体は規則正しい食事から

食生活のリズムは栄養素の消化・吸収やその代謝に関わる体内のリズムと繋がっています。食事を抜くと身体は次の食事時に血糖値が急激に上昇し脂肪を溜めこみやすくなります。また、食事のバランスが偏ったり栄養補助食品だけで食事を疎かにしてしまうと、必要なエネルギーがたちまち不足してしまいます。主食・主菜・副菜が揃ったバランスのよい食事エネルギーを確保していきましょう。



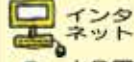
健康食品・はちみつ製品など
ご注文・内容の検索・配達・お支払いについて
0120-383-830

化粧品
化粧品のご注文やお問い合わせ
0120-87-2222

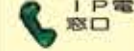
お電話 受付時間 午前8:00~午後9:00 年中無休



ファックス 0120-38-8318 24時間受付



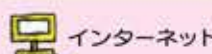
インターネット 山田養蜂場 検索 24時間受付



IP電話 0868-54-5538 受付時間 午前8:00~午後9:00

※IP電話はお電話料金有となります

●「手づくり新聞ふれあい」バックナンバー●
右記アドレスにアクセスしていただくと、過去のふれあいがご覧いただけます。



インターネット のぞいてみてね
<http://beekeeper.3838.com/fureai/>



※ホームページにあるこのボタンからでもご覧いただけます。





「熟成アカシア蜂蜜」「はちみつ黒糖くるみ」を使った 蜂蜜かぼちゃプリン～はちみつ黒糖くるみ添え～

カロリー（1個分）……約114kcal
調理時間……約20分

- ＜材料＞（4個分）
- ・かぼちゃ（皮なし）… 200g
 - ・牛乳……………150ml
 - ・生クリーム…………… 50ml
 - ・熟成アカシア蜂蜜…大さじ1
 - ・粉ゼラチン…………… 5g
 - ・シナモン……………少々
 - ・ラム酒……………少々
 - ・はちみつ黒糖くるみ……適量



＜作り方＞

- ①かぼちゃはラップに包み、電子レンジに入れ500wで5分ほど加熱する。柔らかくなったらフォークでつぶす。
- ②鍋に牛乳、生クリーム、はちみつを入れ沸騰させないように温める。鍋の周りがフツフツしてきたら粉ゼラチンを入れてよく溶かす。
- ③火を止めて①を入れ、ミキサーで混ぜておく。
- ④③にシナモンとラム酒を入れて混ぜ、容器に入れて冷やす。固まったら、はちみつ黒糖くるみを上に添える。



お客様係 西本
「口当たりがとってもなめらかです。上に添えているはちみつ黒糖くるみも良いアクセントになっています。」

お客様係 西本
「集めてノートに貼るとオリジナルレシピ完成♡」

総合ニュース！ネパールで植樹を行いました！

7月12日から17日まで社員研修旅行に参加した社員19名とご参加くださった一般の方とともに、ネパールの世界遺産であるチャングナラヤン寺院の敷地で植樹を行いました。山田養蜂場では1999年から、ネパールの植樹を続けていて、今までに45万本を超える木を植えています。私はまだ入社2年目ですが、現地の方など、180名の方で協力して植樹したことは、とても貴重な経験となりました。過去に植えた木々がすでに森に成長しています。私もいつか、自分が植えた木が成長した姿を見に行きたいと思っています。



▲チャングナラヤン寺院の敷地に約2,000本を植樹
▲植樹に参加した社員

編集後記

今月号では「ふれあい」について特集しました。改めて「ふれあい」について考えることができました。喜んでいただけると幸いです。



ふれあい10月号メンバー
西本、松浦、宮谷、水杉、國年、春名、梶尾、家本

防ごう！秋のトラブル“乾燥”

乾燥が気になるこれからの季節に向けて、乾燥肌にならないための対策をご紹介します。

① これから乾燥する時季になるからいやだなー。

お客様

② そうですね。普段はどのようなお手入れをされていますか？

今は化粧水、美容液、クリームを朝晩使っています。

お客様係 西本

③ しっかりお手入れをされているんですね。普段のお手入れに加えてできる「乾燥肌対策」があるので、ご紹介いたします。

③ オススメ その1 化粧水の前に導入液を使用！

導入液を使用してから、化粧水を使用すると、化粧水の浸透がよくなります。そのため、乾燥しない肌状態を作ることができます。山田養蜂場の商品だと、「RJエモリエントシードオイル」が導入液としてもお役に立ていただけます。

オススメ その2 お風呂から上がってなるべく早く保湿！

お風呂上がりはすぐにタオルで顔の水分を拭き、なるべく早く導入液を使用し、化粧水や乳液などでしっかり保湿することをオススメします。水分をそのまま自然乾燥させると、余計にお肌が乾燥してしまいますので、注意しましょう。

④ 最近の研究ではローヤルゼリーの飲用が肌の潤いをサポートすることもわかっています。また、ローヤルゼリーには、栄養素が豊富に含まれているため健康のサポートにお役に立ていただけます。

※ローヤルゼリーについて詳しく知りたい方はコチラ！

⑤ 乾燥肌や敏感肌はお風呂上がりのケアが重要です。また外側からのケアだけでなく最近では内外美容も注目されています。個々の肌にあったスキンケア方法を見つけ、お試しください。

なるほど！試してみます。

Q&Aコーナー ～お客様からいただいたご質問にお答えいたします～

Q 商品をお届けにいただいている緩衝剤付きの封筒ですが、紙の部分と緩衝剤のビニールの部分がはがしづらく、分別しにくい。なにか良い方法はありませんか？

A 分別の手順をお知らせいたします！ぜひご活用ください。

①商品が届いたら封筒を裏返し、「こちらから開けられます」と書かれているところから封を開けます。

②商品を取り出し、封筒の両端をハサミで1センチ幅ほど切り落として、縦に開けてください。

③上と下の部分のみ、ビニールと紙がくっついていない左右から手を入れ、ビニールをはがします。

※難しい場合は、②と同様に上下もハサミで切り落としてください。

お問い合わせありがとうございます。ぜひお役に立てさせていただきます。

お客様係 松浦

「ふれあい」に掲載させていただいた方には

- ◎ミツバチの一枚画コンクールのイラストが入った特製マグネット
- ◎ふれあい特製ラベル付熟成アカシア蜂蜜（ルーマニア産）300gをプレゼント！

お客様係 竹花

マグネットは、いろんなメモを貼るのに便利です。

ふれあい 0120-383-830

※プレゼントは予告なく変更する場合がございます。予めご了承ください。KY-1709