



ハイスペックチョコケーキを新発売

当店では機能性の高いお菓子としてハイカカオチョコレートに注力しておりますが、気温が28度を超える夏場には、純正のチョコレートは溶けやすく、お持ち帰りや保存が難しいところがあります。

そこで、ハイカカオチョコレートを充分に含めたチョコレートケーキをご用意し、先日の横浜ハンドメイドマルシェに出品いたしました。

引き続き店舗で扱っておりますので、ご愛用をいただければ幸いです。またアソートチョコレートにもアーモンドチョコに代えて、アーモンドをトッピングしたチョコレートクッキーを加えました。チョコレート、アーモンド粉、全粒粉を使い、沖縄産サンゴパウダーでカルシウム、マグネシウムを追加したノンシュガークッキーです。

当店では人工甘味料、保存料、着色料を使用しておりません。開封後はお早めにお召し上がりください。電話・インターネットで注文できます。



イベントコーナー

横浜ハンドメイドマルシェ2019 6月8(土)-9日(日)に出店しました。昨年春以来、今回で3回目になりますが、再来下さる方々にお目にかかることができ、まことにうれしく、またありがたく存じました。今後も機会あり次第、出店を試みる予定です。どうぞよろしくお願いたします。



機能性アソートチョコ
ビタミンC+

柑橘ピール、ココの実、イチジクトッピング、ビタミンC 240mg/粒



機能性アソートチョコ
カルシウム+

ハトムギ、アーモンド、松の実トッピング、キクラゲ入り カルシウム 65~130mg/粒

飲食コーナー

お食事 700円より
飲み物350円より

○スープセットメニュー: 季節のスープは自家農園の葉玉ねぎを使用したポタージュ、グリーンピースなど。手づくり薬膳パンと日替わり肉料理を一緒にどうぞ。1000円

○カレーライス: キーマカレー(ワカメ入り)またはサーモンカレー(椎茸入り)。どちらも黒米を含むご飯をあわせ、温泉卵のせ。食物繊維など栄養バランスに配慮したスパイスカレーです。700円より

○レギュラードリンク: コーヒー、紅茶、国産オーガニック茶葉を使ったミルクティーなど

○漢方スタイルドリンク: 食品認可の漢方薬草を季節とお客様の体調にあわせて漢方スタイリストが個別に調合し、ホットドリンクとして提供しております(調合品はお持ち帰りに応じます)

○抹茶ミルク: 茶筌で点てた抹茶をミルクに盛りました。緑茶ポリフェノールが満載です。ホットもアイスもできます。

○梅水: 自家農園で農薬不使用栽培した梅の熱水抽出エキスを冷え冷えの炭酸水で割ってご提供。この涼感是世界中でここだけ(当店特製) カレーライスとの相性抜群です。ティータイムには甘酒梅水ソーダもお奨めです。



ハイスペックチョコケーキ

無糖、小麦粉不使用、アーモンド粉ベース、ケーキ一個に、当店ハイカカオプレーンチョコ4片相当含む



薬膳バケット

バター、卵、植物油脂不使用、ホエイ蛋白質、ビール酵母入り。種についてはご予約時に相談、写真のものは薬、クルミ、チーズ 900円/本

手作りお菓子のコーナー

機能性チョコレート:

ハイカカオ、ノンシュガー、イノシトール含む天然型甘味料使用
プレーン(ビターorスイート) 900円/ケース(14枚)

アソート機能性チョコクッキー カルシウム+ 650円/プレート(7粒)

アソート機能性チョコ ビタミンC+ 750円/プレート(7粒)

フルスペッククラッカー:

4種類のクラッカーあわせて蛋白質、脂質、糖質、ビタミン類、カルシウムなど食事レベルのバランスを達成。カルシウム食材として、エビ系のもと食品サンゴ粉末系のもとを造っています。サンゴ粉末のものはカルシウムのみならず マグネシウムも補充され、チーズ味に仕上げました。 どちらも 600円/パック

薬膳ケーキ:

龍眼肉・クルミ・柑橘皮(養血安神)
ココの実、イチジク、白ゴマ(養陰補血) どちらも320円/カット
合わせて4カット以上お求めの場合 300円/カット

食薬バンズ/バゲット:

ナツメとクルミのバンズ、ココの実とキャベツ葉のバンズ
1個にホエイプロテイン5g含有、ビール酵母でビタミンB群を補強
どちらも 350円/1個

セミナーコーナー

第9節 「ストレスの健康科学」第1,2回目予告

課題 ストレスをめぐる心と体の攻防

現代健康科学はなにを見つけてきた？

話題提供 松村外志張(理学博士) 佐々木博子(薬剤師)

日時: 1回目 2019年6月22日(土) 15:00~16:45(14:30開場)
2回目 6月26日(水) 10:00~11:45(9:30開場)
(1回目、2回目は同内容です。どちらか一方にお申し込みください)

第8節 「現代健康科学の心得」第3回目予告

3回目 2019年7月15日(月)14:30~16:30(14:00開場)

課題 健康科学の核心はいま、そして今後どに？

話題提供 松村外志張(理学博士) 佐々木博子(薬剤師)

場所: hascross蒔田店 横浜市南区共進町2-52

申込先: TEL: 070-4414-7834 E-mail: hascross@docomo.ne.jp

URL: <http://hascross.yokohama> 問い合わせページ

参加費: 学生さん 1000円
一般参加 2500円(当セミナーへ再来の方 2000円)

飲み物、スナック付です。参加費は当日いただきます。

対象: 学生さんから高齢者まで、広い年齢の方に理解いただけます

申込み: 開催日3日前までに、お店に直接に、電話、郵便、あるいはインターネットURLの問い合わせページより、お名前と連絡の方法(電話番号、メールアドレス、または住所)を添えてお申し込み下さい。学生さんの場合は学校をお知らせください。おかしご連絡差上げます。開催日に都合が付かないが受講希望の方はお知らせください。日程を調整して繰返しセミナーを準備します。

食事案内: セミナーの前後に食事を御希望の方は事前にお申し込みください。

エッセイコーナー

お菓子はどこから来てどこへいく？

松村 外志張

むかしのお菓子、身近にはひな祭りのおひなさまの前にあるお菓子でしょうか。ひなあられ、菱餅、甘酒などですね。平安時代以来、はなやかな祝いに欠かせないものでした。

その後、戦国時代から江戸時代の間には海外から砂糖がはいり、ケーキ、アイスクリーム、チョコレートと、ヨーロッパ貴族の生活から生まれた甘いお菓子がわが国でも主流になりました。和菓子も昔ながらの生姜味や餅菓子もありますが、なんといっても甘いアンコのお菓子が中心となっています。

一方で、昔から携帯食品としてのお菓子の流れは今も生きています。ビスケット、クラッカー、煎餅、ナッツなどですね。サンドイッチやスコーンなども午後のお茶には欠かせないパートナーですね。これらのお菓子は体を使って働く方々にはなくてはならないものといえましょう。

いま日本では、寿命が伸び、また机に向かって頭脳労働する学生さんや会社員が中心となるにつれて、お菓子にはこれらの方々とゆたかな一時をとるという使命が大切に生きています。

からだよりも頭脳を使う方々に大切な栄養は、糖質ではなく、実は蛋白質なのです。そしてビタミン・食物繊維も大切です。こういった栄養を補いながら美味しいお菓子を召し上がっていただく。そのために私どもは一夜工夫を重ねております。お役に立てば幸いです。

農園だより

いま房州はびわ、梅など梅雨時の果実が真っ盛りです。

左の写真は外房いずみ市にある私どもの梅園の梅です。

6月13日収穫しました。これで今年も不足なく皆様に梅水をサービスできます。

菜園ではニンニク、玉葱の収穫が終わり、カボチャ、トマトなどが収穫時期を待っています。



hascross健康科学セミナーの目録

現在まで開催したセミナーは、その内容にさらに改定や補充を加えております。御希望あり次第、随時提供します(出講の相談にも応じます) また予定のセミナーは当店のURLからご紹介しております。参加ご希望の方はどうぞインターネットから、あるいは電話等でご連絡ください。

- 第1節 健康科学は宝の山ーでも落とし穴もありますー
- 第2節 糖尿病食、予防食とライフスタイル
- 第3節 食用油脂の健康科学
- 第4節 認知症の健康科学
- 第5節 睡眠の健康科学
- 第6節 人生100年時代にむけての健康科学
- 第7節 受験生を支える健康科学
- 第8節 現代健康科学の心得ー未来を切り開く鍵はどこにー
- 第9節 ストレスの健康科学(予定)
- 第10節 再生産の健康科学(つぎの予定)

夏期休業のお知らせ

8月13日(火)ー14日(水)夏期休暇

定時休業とあわせて8月11日(日)より15日(木)まで6日間の休業となります。よろしく御願ひ申し上げます

営業時間: 12:00~18:00 但し18:00以降は当日12:00までに予約
休業日: 木曜、日曜、祝祭日 夏期休暇、冬期休暇は別途記載
時間外ならびに祝祭日のご利用は事前にご予約ください
個別健康情報提供: 事前打合わせにより営業時間外に対応
Health and Science Crossroad (hascross)
Organized by Hiroko Sasaki & Toshi Matsumura
Lunch and snack Seminar notice: on Internet
Open: 12:00~18:00 pm Order-made foods: at request
(~20:00 with a prior request)
Close: on Thursday, Sunday & national holidays
Location: 2-52 Kyoshin-cho, Minami-ku, Yokohama 232-0015 Japan (near Maita Stn. Blue Line Subway)
Phone: 81-(0)70-4414-7834
E-mail: hascross@docomo.ne.jp
URL: <http://hascross.yokohama>

