



hascrossはお客様おひとりおひとりの健康を願って お菓子、飲食、そして健康科学に関する話題を用意しております

販売コーナー

チョコレート、クラッカーに続き
**薬膳菓子のラインナップを充実
しています**

2017年春開店以来、お菓子も食事の一部と考え、蛋白質、ミネラル、ビタミン類等基本栄養素に留意し、砂糖、人工甘味料、添加剤、植物油を極力含まない機能性の菓子類を設計・製造し、販売してきました。

糖分を制限しておられる方々への贈り物として、イノシトール・キシトールを甘味主成分としたハイカカオチョコレートに端を発し、オシャレでしかも食事並みの栄養を備えたクラッカーを経て、今年は、お客様の多様な健康状態に沿うべく、薬膳ケーキを現在までに4種類設計・製造しています。

薬膳菓子は産地や無農薬にこだわった高級食薬素材や機能性食材を使用し、皆様の大切なご親族・お友達への贈答品としても喜んでいただけることを念頭に製造しています。引続きましてのご最良をよろしくお願いいたします。



薬膳ケーキ 横浜女性起業家コレクション出店より(2019.9.5) ↑
○龍眼肉・クルミ・シークワワーサー皮 疲労が強く眠れない方に
○クコの実・イチジク・白ゴマ 肌の乾燥やくすみ気になる方に
○ナツメ・生姜・松の実 胃腸を整え、冷え性予防に
○ライチ・ヨモギ・プルーン 貧血予防に
各種 380円/ps ご贈答品のセットもご用意しています。

イベントコーナー

Hand Made In Japan Fes 冬

ハンドメイド イン ジャパン フェス

始めて出店いたします

会場 東京ビッグサイト 西1~2ホール

日時: 2020年1月11日(土)~12日(日)
両日とも11時~18時

出品: 薬剤師が作る高品質のお菓子
薬膳ケーキ 新作「ヨモギ・ライチ」を含め4種
薬膳クッキー サンゴのカルシウムを加えたクッキー
薬膳チョコ イノシトール含有、無糖、ハイカカオのプレーンタイプ、それにナッツ類ドライフルーツを加えたバラエティタイプ

販売: 即売およびご注文予約、ご試食できます

入場券 前売券 1日券 1300円 両日券 2000円
当日券 1日券 1500円 両日券 2500円
(小学生以下お子様無料)

詳細: インターネットで「hmj-fes 2020」を検索
ください チケット予約もできます



店内飲食

ランチはカボチャのスープセット (1000円) がおすすめ

農薬不使用自家菜園で収穫したカボチャを用いたスープセットが好評です。手作りパンとミニハンバーグ付きです。カロリー控えめでタンパク質・食物繊維の充実したカレーライス2種(700円~1000円)、もち麦(大麦の一種)のミルク薬膳粥(1000円)もどうぞ。

飲み物 コーヒー・紅茶 350円 (食事と一緒に50円引き)

他にホットチョコレート、お抹茶ミルク、さらにお客様のご希望を得て処方する漢方ブレンドティ(450円~)、ならびにチーズケーキ・ブラックベリーソース(480円)などのサイドメニューを用意しています。ブラックベリーは自家農園で農薬不使用で育成しています。

セミナーコーナー

第10節 「痛みの健康科学」 予告

日時 1回目: 2020年1月29日(水) 10:00~11:45
2回目: 2月 1日(土) 15:00~16:45
(1回目、2回目同内容です。どちらかにお申込ください)

動物実験がしにくく、客観的な科学研究が難しいこの分野も、分子遺伝学や脳神経科学の進歩により、新しい発見が続く、痛みに対応する人体の働きや、医薬品・食品成分の働きもさらに分かっています。一方痛み止めは健康保険を圧迫しています。

痛みに対する体の防衛機能を整えて最大限に活用していただくために、科学研究の最前線を追って話題提供します。

話題提供 松村外志張(理学博士) 佐々木博子(薬剤師)

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

飲み物、スナック付きです。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。お戻りご連絡差し上げます。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: セミナー後に食事を御希望の方は事前にお申込みください。

第9節 「ストレスの健康科学」 第3回目

開催予定です。日程調整につき希望者はお問い合わせ下さい

エッセイコーナー

Me-Byo Summit Kanagawa 2019 国際シンポジウムに参加して

松村 外志張

「未病」という言葉は中国古代の書物にある「治未病」という言葉に由来するというので、「治未病」とは「聖人はまだ病気になるうちに病を治してしまう」という意味だとか。「未病」はすでに国の健康・医療戦略にも取り入れられているということですが、神奈川県では政策局が中心となって積極的に取り組んでいます。11月14日パシフィコ横浜での標記シンポジウムに出席しました。

今回のシンポジウムの一つの目玉は県が開発したスマホのアプリで、冒頭に黒岩知事より直々の紹介がありました。15項目の質問に回答すると健康上留意すべきいくつかのポイント、例えば認知機能とか、ストレス状態とか、といった項目のそれぞれが点数で示され、その合計点(未病指数)を健康状態を把握する指標としようとするもので、国際的なデファクトスタンダードを狙う野心的なものです。アプリは無料で提供されるということで、今後の普及と健康寿命伸長への貢献が楽しみです。

引続き国内外からの招待講演者が、関連する取組みを報告し、まことに夢あるシンポジウムでした。

一方でここ6年の間に、神奈川県健康寿命は県別ランキングで下降を続けています。右図は神奈川県と高知県女性の健康寿命の県別ランキングを厚生労働省のデータから私が抜出して作図したものです。この6年間に大きく逆転しています。この会ではだれも触れなかったように思うのですが、私どもが直面している課題がこの現実にあるといえるのではないのでしょうか。



自家農園より

南房の台風災害報告

例年ですと、この時期は秋野菜の収穫期、焼き芋を焼いてのどかな日差しを楽しむ頃です。しかし今年は違います。9月9日、台風15号の烈風が千葉県を襲い、引続く19号が豪雨を見舞いました。自家農園のある裾南町は被災の中心となってしまう、沿岸の漁業地帯がもっとも被害を受けましたが、農業地帯でもビニールハウスは全壊し、多くの農家で瓦や屋根が引き剥がされ、さらに長期停電が生活を脅かしました。もう二ヶ月も経つというのに、富良里道の駅の野菜売り場は閑散としています。過疎化が進んでいる農村地帯の皆様のご苦労が忍ばれます。自家農園でも植え付けた秋野菜は全滅しましたが、来春には収穫できるように畑を作り直しています。この機会に土地の方々との交流が深まったことが不幸中の幸いです。



屋根が吹っ飛んだ富良里道の駅の事務棟 現在もこのままです

個別健康科学情報の提供に応じています

セミナーで取り上げる健康科学の話題は一般論で、個人個人が持っている課題にそのまま当てはまるはずありません。当初は身近な友人からの依頼に応じるだけでしたが、最近はお客様の依頼にも、力の及ぶ範囲で、情報提供しています。

依頼があった場合には、個別的に調査し、報告書の形で回答しています。特に調査が必要な場合は有料としていますが、簡単な課題には無料で対応しています。個人情報管理に厳重に注意を払っています。

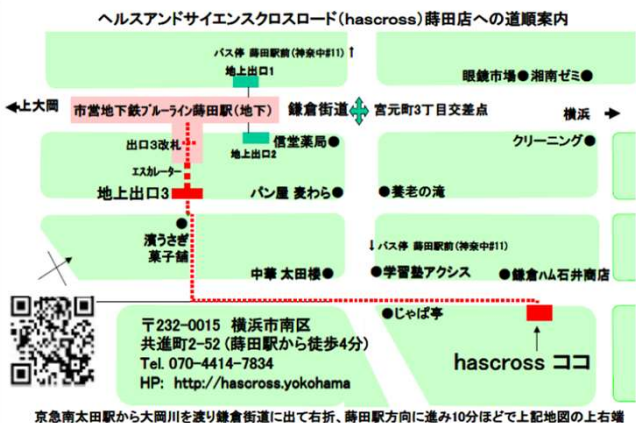
最近の例では、からだのあちこちが痛い、眠れない、といった症状があつてお薬を頂いている方から依頼がありました。健康状態について詳しくお話をうかがった上で、症状の原因として考えられること、頂いている薬の働き方と副作用の可能性、関連する栄養について調査し、説明して差し上げました。その後、有効に活用していただけることを知り、喜びを共有しています。

年末年始休業のお知らせ

12月29日(日)~1月5日(日)

休業させていただきます

よろしくお願い申し上げます



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>