



Health and Science Crossroad (hascross) お便り第19号 (20200109)

## 新年おめでとうございます

hascrossは今年も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提供してまいります

### 販売コーナー

#### ご贈答用薬膳菓子セットを充実 しています

hascross薬膳菓子は産地や無農薬にこだわった高級食薬素材を使用し、さらに 糖分を制限しておられる方々やストレスの大きいビジネス環境におられる方々、そして日頃の栄養バランスに気を遣っておられる方々への配慮をこめて薬剤師が設計し、手作りしたお菓子です。あなたの大切な方への贈答品としてきっと喜んでいただけるでしょう。

薬膳菓子は贈答用セットの他、ご自身のためにご自由に選んでいただけるばら売りも致しております。



### 薬膳ケーキ

- 龍眼肉・クルミ・シークワサー皮 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
  - ヨモギ・ライチ・プルーン 細胞の若返りを助け 貧血予防に
- 贈答品セットは各ケーキ2個づつ8ピースで3400円+送料  
1カット 420円  
他に薬膳チョコレートと薬膳クッキーも組み合わせてご贈答用のセットを作って差し上げられます。

### 店内飲食

引続きランチはカボチャのスープセット (1000円) が人気です

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に手作りパンとミニハンバーグを添えたランチセットが好評です。他に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)

いま季節のホット柚子、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も用意しています。柚子、ブラックベリーも自家農園で農薬不使用で育成しています。

### 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健康指向のお菓子  
薬膳ケーキ 「龍眼・クルミ・シークワサー」など  
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



## セミナーコーナー

### 第11節 「痛みの健康科学」ご案内

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、新しい発見が続き、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。一方ストレス社会は鎮痛薬へのニーズを高め、健康保険を圧迫しています。痛みに対する体の防御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 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: 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。  
食卓案内: 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

追加開催予定です。日程調整中につき希望者はお問い合わせ下さい

## 自家農園より

### いま南房は水仙で飾られています

昨年9月9日、台風15号により激しい風水害を受けた南房総一帯、復旧作業が続けられているとはいえ、かならずしも順調ではありません。過疎化・高齢化もあり、地域を離れる方々も後を絶たないとも聞いています。なんといっても将来に向けた明るい夢が求められているのです。そしてそれには都会の方々の関心が求められていることなのではないかと感じます。とはいえ、自然は例年のごとくに巡り、いまあらゆる道端が野生の水仙で飾られる時期を迎えています。今年は昨年よりも開花が遅く、いまが見ごろ、1月1杯は大丈夫なのではないでしょうか。自家農園もにぎやかに水仙で縁取られています。



営業時間: 12:00~18:00 但し18:00以降は当日12:00までに予約  
営業日: 火曜、水曜、金曜、土曜(祝祭日は休業、夏期休暇、冬期休暇は別途)  
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  
URL: <http://hascross.yokohama>

## エッセイコーナー

### ヨモギの研究からかいま見る世界

松村外志張

痛み止め作用があることが古くから知られている薬草にヨモギがあります。1月29日、2月1日の痛みに関する健康科学セミナーでの話題の一つとして、ヨモギの鎮痛効果研究の最近の進歩をたどっています。その中で、「膝関節の変形性関節症に対するヨモギ軟膏の局所的適用に関する無作為抽出二重盲検試験」という、本格的な研究報告がイランのハマダーン大学から発信されていることを知りました。またパキスタンからも、痛みに対する感受性を抑えるヨモギ効果を実験動物を用いて評価する研究が報告されています。

発展途上国では、こういった基礎的な研究を進めるにはさまざまな困難があろうと想像され、また一方で高価な医薬品の入手にも困難が想像され、そんな中で、身近にある薬草に注目した地道な研究が、冷静な科学の目をもって進められていること、しかも、それらの研究情報が政治的あるいは地理的な障壁を乗り越えて世界に発信されていることを知りました。

つづくわれは、ヨモギの生理作用に関して私が見つけたもっとも新しい英文総説(2019年6月発行)はアジアからインド・イラン・日本、西歐2ヶ国、東欧2ヶ国、北米大陸2ヶ国の研究者の共著論文で、そこには日本のヨモギのことも、草餅にまで言及して紹介されていました。

世界が政治的に分断され、また経済的に困りだされて各地に紛争が絶えない昨今にあり、科学者がそれらの壁を乗り越えて世界に情報を発信し、また受け取っていることを、実例でお話できることはなんと素晴らしいことです。

また人と人が競争して得られるスポーツ選手の道を目指さなくても、開かれた広い世界で自然とともに生きる道が科学の分野に用意されているんだよ、ということも沂山の諸君に知っておいただきたいところです。

## 開店日変更のご案内

今年より蒔田店の営業日は毎週  
火曜、水曜、金曜、土曜となります  
(日曜、月曜、木曜、祝祭日は休業)

菓子等の製造時間を確保するため、蒔田店の開店曜日を新年より週に4日とさせていただきます。なお、健康に関する個別の問い合わせには開店日と関係なく情報提供させていただきます。ご不便をおかけしますが、ご理解をいただきますようお願いいたします

