



## 健康を守ることがこれほど大切になってきているいま

hascrossはお客様おひとりおひとりのいのちの平安を願って  
おいしさといたわりをお菓子の形で、そして健康科学の話題提供に集中しています

### 販売コーナー

#### 大切な方への贈答品として 薬膳菓子セットをご利用ください

- 糖分を制限しておられる方々へ
  - ストレスの大きいビジネス環境におられる方々へ
  - 日頃の栄養バランスに気を遣っておられる方々へ
- 心をこめて薬剤師が設計し、手作りしたお菓子です。産地や無農薬にこだわった高級安心食薬素材を使用。薬膳菓子は贈答用セットの他、ご自身のために自由に選んでいただけるばら売り、個別ご注文による薬食設計も承っています。



### 薬膳ケーキの特徴

- 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 乾燥肌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(箱代込み)で3500円+送料1カット 430円  
他に薬膳チョコレートと薬膳クッキーを組み合わせることもできます  
店舗では特別価格(10%引き)です

### イベントコーナー

#### ヨコハマハンドメイドマルシェ2020

会場 パシフィコ横浜B・C・Dホール

日時: 2020年5月9日(土)~10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  
(予定) 薬膳ケーキ 4種類(詳細左欄ご参照下さい)

薬膳チョコレート

約75%のカカオを含み、砂糖を使用せず、イノシトール、キシリトール、ラカンカを組み合わせ甘味をつけた低糖質のチョコ基材とナッツやドライフルーツのパラエティの組み合わせです

薬膳バランスクッキー

アーモンド、アセロラ、ホエイタンパク、キクラゲ、サンゴパウダーほか、栄養ミネラルバランスに抜群です

販売: 即売およびご注文予約

入場券: 前売券(1日券) 800円 当日券 1000円  
(小学生以下お子様無料)



20100111-12東京ビッグサイトHand Made In Japanにて

### 飲食コーナー

新型コロナウイルス対策として、客室を少人数でゆったりとご使用いただくため、ご来店にあたっては事前の電話連絡をお願いしております。

ランチはカボチャあるいはグリーンピースの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(1000円)が好評です。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。

コーヒー・紅茶 350 (飲み物は食事と一緒に50円引き)

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、ブラックベリーは自家農園で農薬不使用で育成しています。

## お知らせコーナー

当店は今春で開店3周年を迎えます。開店のお祝いで頂戴した胡蝶蘭、今年も見事な花をつけました。この花のように、今後とも益々お客様とともにのびのびと自由に、そして美しく成長できればと願っております。つきましては：

### 蒔田店の飲食営業日を

### 毎週火、水、金、土曜日としました

その他の日は貸し切り会食、セミナー、健康に関する個別相談等に当て、飲食営業日と関係なく対応しておりますので、遠慮なく問い合わせ下さい



## 自家農園より

### 梅の剪定時期です



昨年9月9日の台風15号は外房にも被害が及び、いすみ市の梅園には隣地から杉の木が倒れ込む始末でしたが、なんとか現況を回復してます。相棒のマイク・ノートンさんはイギリス人で、自然が大好きな地球環境学者です

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相談・ご利用は事前に予約ください  
健康科学セミナー  
営業日の午前10時から12時まで、あるいは日、月曜日の午前あるいは午後2時間を当てております。当店URLに掲載しているセミナーについては、テーマを選んで問い合わせください。打ち合わせの上、実施日を決めます  
個別健康情報提供： 事前打ち合わせにより営業時間外に対応いたします

Health and Science Crossroad (hascross)  
Science Café Organized by  
Hiroko Sasaki, Pharmacochemist & Toshi Matsumura, Ph. D

○ Lunch, Snack and Tea/Coffee Service  
Open on: Tuesday, Wednesday, Friday, Saturday  
12:00-18:00 pm (-20:00 at a prior request)  
Close: on Sunday, Monday, Thursday & National holidays

○ Health Science Seminars and Personal Information Service  
Please refer to seminar list at hascross' URL  
Date and time to be appointed beforehand

Location: 2-52 Kyoshin-cho, Minami-ku, Yokohama 232-0015 Japan (near Maita Stn. Blue Line Subway)  
Phone: 81-(0)70-4414-7834  
For further information: URL: <http://hascross.yokohama>

## セミナーコーナー

### 第11節 「痛みの健康科学」ご案内

現在まで3回開講し、今後2回の追加を予定

### 第12節 「アレルギーの健康科学」

花粉症・アトピーなども含めて準備中

どちらのセミナーもCOVIT-19ウイルス対策のため現在のところ日時を未定としています

日時決定次第あらためてご案内いたしますのでご参加の希望あり次第、インターネットURLからお申込みください

### エッセイコーナー

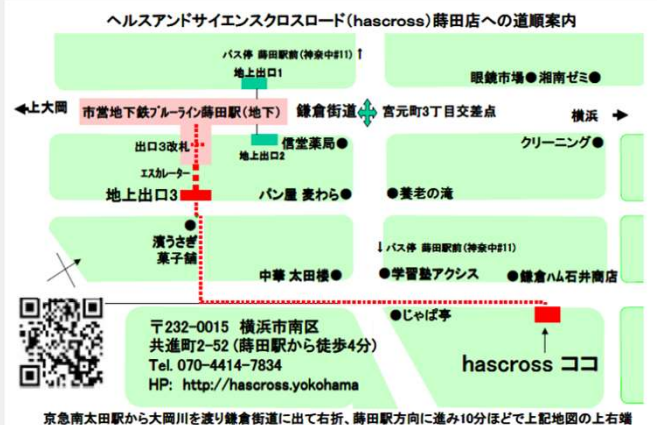
### 新型コロナウイルス(COVID-19)との戦い

ウイルスとの戦いは、人間の遺伝子の中に年輪のごとくに刻まれています。さらに原動物の時代まで進化を遡ると、自己と異物を判別するタンパク質の構造単位(モチーフ)がつぎつぎと創造され、それらが生物的財産として引き継がれて活用されているところに現在の人間がいます。

そんな人間、ちょっとしたウイルスの侵入なんかでは負けない、精巧な防御系をもっています。でも1世紀に一度くらいは、天然痘、HIV、エボラなどの強敵が、それほどでなくてもスペイン風邪、SARSなどなど、命の恐怖を感じるに十分なほどに強力なウイルス感染症が人類を襲ってきました。今度の新型コロナウイルス、若い人にはそれほど怖くないということですが、高齢者や既往症のある人にとってはたまたごとではありません。

ともかくもうしばらく感染を受けないように命をまもれば、なんとかワクチンにたどり着けるだろう。それがほぼ唯一の確実な希望だといっているのではないのでしょうか。ワクチン製造を目指してCOVID-19と戦っている勇者の最前線にいるのは医師や研究者ばかりではありません。マイクロソフト創業者のビルゲイツもその一人です。数日前にNEJM誌に公表した手紙では、彼がリスクを負って資産を投入して開発に参画しているワクチンが6月には大型臨床試験に入れそうだということです。皆様もそれぞれのお立場で戦いに参画しておられることと思います。身近にも、お店にお手製の見事なマスクをプレゼントして下さる方がおられました。感謝感激、とても勇気づけられました。

このウイルスの感染と発病は、健康とどのように関係しているのだろうか。感染後の勝敗の分かれ目となるらしいサイトカインストームには、栄養、年齢などがどのように、またどんな仕組みで関係しているのだろうか？ ウイルスが体の健康を冒している程度を感知することはできるのだろうか？このような疑問に対して健康科学の視点から急ぎ調査し、考察を加えて原稿を準備しています。いままでセミナーにご参加下さった方、またホームページから希望する方に無料で送ります。ご参考となれば幸いです。松村外志張



京急南太田駅から大岡川を渡り鎌倉街道に出て右折、蒔田駅方向に進み10分ほどで上記地図の上右端