

柑橘の美味しい季節 その香りが忙しい日常の心を晴らします

営業時間 毎週木、金、土の12～18時(日、月、火はご予約のみ)

3名さま以上でのお席のご利用はご予約をお願いいたします

時間外も遠慮なくご相談ください

空気清浄機使用、常時換気、HACCP衛生管理



自家農園産ハッサクのピールチョコレート

薬膳菓子(砂糖、果糖ブドウ糖液糖、人口甘味料は使用していません)

昨年好評いただいた「ハッサクピールチョコレート」今年も2月から再開いたします。

自家農園で育てたハッサクは農薬不使用。皮も安心して利用できます。キシリトール、ラカンカでピールをオレンジに仕立て、ノンシュガーチョコレートにディップします。

定番の薬膳チョコレートと一緒にプレゼントにもお奨めです。

また、新作の「さつまいも麴プリン」はさつまいもと麴だけの甘味。小さいお子様にもどうぞ。

飲食(店内利用と一部お持ち帰りに対応、Uber Eats・出前館に出店)

自家農園産カボチャのスープ、白菜と鶏肉のスープなど季節のスープをご用意。

鋸南町の自家農園から大根、ブロッコリー、カリフラワー、キャベツなどを収穫、南房総の道の駅では菜花が始まりました。すべてのお食事に季節の野菜をお付けしています。玉ねぎ麴や柑橘果汁を使った自家製のドレッシングでお召上がりください。

なお、今年よりお食事の価格が変更になりました。ご理解いただければ幸いです。

個別のご相談: 健康・栄養関連 科学情報の提供にしております

初回のご相談(45～60分程度)は無料です。ご希望により調査報告書(有料)を提供しております。ご健康が改善されたという嬉しいお声をいただいております。

薬膳菓子・美健菓子

hascrossのスイーツはすべて砂糖、果糖ブドウ糖液糖、人口甘味料不使用

チョコレートは天然型甘味料(イノシトール、キシリトール、ラカンカ)の組み合わせ

柑橘ピールチョコレート 1パック 700円

薬膳チョコレート6ピース詰合せ 1,600円

- ・薬膳mixチョコレート 3ピース
(龍眼肉・クコの実・煎りはと麦・クルミ・アーモンド)
- ・柚子チョコレート 3ピース
(自家農園産柚子皮)

薬膳チョコレート10ピースと柑橘ピールチョコ詰合せ 3,300円

- ・薬膳mixチョコレート 6ピース
(龍眼肉・クコの実・煎りはと麦・クルミ・アーモンド)
- ・柚子チョコレート 4ピース
(自家農園産柚子皮)
- ・ハッサクピールチョコレート 1パック

ご予算に応じて
組み合わせ自由



※その他
ガナッシュチョコ
レート(1,600円)

新作のさつまいも麴プリン(360円)など

ランチ・カフェ

○薬膳パンと季節のスープセット 1,800円

季節の野菜、スープ、薬膳パン、ジンジャーハンバーグとデザートセット。季節のスープは自家農園産のカボチャのポタージュ、白菜と鶏肉のスープなど。

○薬膳粥のセット 1,500円

もち麦のお粥に水餃子または豚のソーキ(あばら骨肉)煮込みのどちらかをおつけします。

○薬膳カレー 1,100円～

鶏肉とわかめのキーマカレー、サーモンカレー、ホタテカレーともにヘルシーなスパイスカレーと黒米の組み合わせです。

農園便り

南房の春

雨なし灼熱の夏から一雨で雑草が背丈ほどにも成長する短い秋を過ごし、いまようやく田園に平和が訪れています。野外ですごく暖かな1日はかけがえありません。キャベツ、大根、ブロッコリーなど、定番の冬野菜も、播种植付けは遅れましたが、以後順調です。竈で焼き芋をして仕上げです。



住所 〒232-0071 横浜市南区永田北 1-3-3-1

電話 070-4414-7834 <https://hascross.yokohama>

京急井土ヶ谷駅より 徒歩10分または

横浜市営バス79番199番、神奈中バス11番バス5分

北永田バス停下車

保土ヶ谷駅東口より(途中坂あり)徒歩15分

横浜市営バス212番バス5分 北永田バス停下車

Ref to URL for English Information



エッセイコーナー

爺の初夢

高齢になると体が弱くなる。さまざまな病気にかかり易くなる。そんな病気のなかでも怖れられているのは、さまざまな感染症だ。またアルツハイマー型認知症だ。そういった視点で、国を挙げて、世界を挙げて医薬品開発研究が推進されてきて、ワクチンであるとか、また有望な医薬品が市場にでてきています。しかしこれら最新の医薬品は高価で、健康保険財政に困難な問題を突き付けているのも現実です。

そんな状況にあって私がながく交流してきた1人の研究者が、「高齢者に多く発症する疾病については、医薬品開発研究に飛びつくのは考え物だ。まず高齢になったらなぜそういった病気にかかり易くなるのか、そういった体の老化の仕組みを解明する研究を先行させるのが本道なのだ」と言い続けてきました。(レナードヘイフリック。人はなぜ老いるのか。今西二郎ら訳。三田出版会(1996)。Hayflick, L. Biogerontology, Published on line 14 Oct. 2020)

しかし、医薬品開発であれば研究が利益につながります。莫大な健康保険資金を供給している政府、医薬品開発を使命とする製薬会社、そして研究費がなければ生活できない基礎研究者、三者の利益が重なって、医薬品開発を先行される研究が優先されてきたといっいいでしょう。

ところが近年、新型コロナウイルス(SARS-Cov-2ウイルス、以下コロナと省略)による感染でなぜ高齢者に死亡者が多いのかを研究してきた成果から、高齢者に特長的な体質の変化がこのウイルスに感染した際の生死の分かれを運命づけていることを示唆する研究成果が蓄積しつつあります(例えばSchmitt, CA et.al. Nature Reviews 23:(2023)251)。

コロナに感染しても子供は殆ど発症しないのに、高齢者はしばしば重症化し、死亡例もすくなくない。なにか高齢者には子供に潤沢な機能が失われているのではないか。まずそう思うでしょう。しかしこの総説が目指しているのは逆の見方です。高齢者には若い人よりも敏感に感染に対して反応する細胞が増えている。このことから、老人の体質はただ細胞機能が衰えた体質なのではない。若い人と異なった体質になっているのだ、との見方を取っているのです。

そうであれば、治療の方法も医薬品開発の視点もまったく逆転するでしょう。

たとえば、従来は成人対象と子供対象との臨床試験は別々にしなければならぬことは知られていましたがさらに高齢者に対する臨床試験ももう一つ別に行うことが奨められるでしょう。

また市民視点からいえば、薬に飛びつく前に、自分の体質の変化を見抜いて、日頃の生活に反映させる工夫が主要課題になるでしょう。高齢者が活躍していることがどれほど社会を豊かにし、また奥行の深いものとさせることか。それを夢見て、hascrossはまた本年も健康科学に関する情報提供につとめます。

20250118 hascross 松村