

にっぽんの元気は健康から！

# 日元 和気

げんきびより



株式会社S・S・I

美しい日本、  
元気な日本。



あなたの健康を  
喜ぶひとがいる。



愛され続けて18年

## 仙生露

アガリクス茸

商品に関するご質問は、  
仙生露取扱店もしくは、  
右のフリーダイヤルまで

☎ 0120-680-111  
(平日9:00~18:00 ※土日・祝日除く)

🌐 [www.s-s-i.jp](http://www.s-s-i.jp)

【総販売元】株式会社S・S・I  
東京都中央区日本橋大伝馬町2-5 石倉ビル3F

にっぽんの元気は健康から！



美しい日本、

元気な日本。

日本の元気は、

毎日の健康が大切です。

元気な体から

美しい日本、元気な日本へ。

— 熊本・阿蘇山より

## 目次

元気な日本は健康から

**元氣日和**

美しい日本を再確認

**熊本・阿蘇**

アグリクスの子カラに迫る

仙正露生活のススメ

飲用者の声

平成 25 年 1 月 1 日発行

発行人 竹口雅之

発行所 株式会社 S・S・I

〒103-0011 東京都中央区日本橋大伝馬町 2-5 石倉ビル 3F

TEL: 03-3660-1235 FAX: 03-3660-1236

編集 ライフエンタテインメント株式会社

クリエイティブディレクター 額賀剛治

制作進行 岡本純也 池田大作

デザイン 北川原由貴 松田遥

カメラ 渡邊春信 (チームハブ)

ライター 岩熊純子 舟崎泉美

印刷所 サンケイ総合印刷株式会社

© 本誌掲載記事の無断転載を固く禁じます。

<http://s-s-i.jp>

火の国の象徴といえば、やはり阿蘇火山。東西約 18km、南北約 25km にも及ぶカルデラは、世界最大級の規模です。また中央火口丘群の中で今なお活動を続ける中岳は、白い噴煙とエメラルドグリーンの火口湖が幻想的な風景を生み出し、訪れる人の目を釘づけにします。

熊本・阿蘇本編は本誌後半より

手軽に多くの人が利用できるよう  
アガリクスの研究に着手

**竹口** 今日はお忙しいところありますがどう  
ございます。早速ですが、太田先生がア  
ガリクス茸を研究対象にしようと思っ  
たきっかけをお伺いしたいと思うので  
す。

**太田** もともと私は東北大学で天然物化  
学や生薬学という分野の研究をしていま  
した。キノコ類、カビなどのいわゆる菌  
類の研究です。そこでキノコ類には免疫  
賦活作用があることはよく知っており、  
実際に病気で苦しんでいる方に、ブナ林

に自生しているサルノコシカケを煎じて  
飲ませてあげたりもしていたのです。  
しかし、サルノコシカケは山を駆け

巡って採って来なければなりません  
(笑)。成分の抽出も大変なんです。そこ  
で、もう少し手軽に手に入って、みなさ  
んが利用できるキノコはないだろうか  
と探していました。

その後、金沢大学に移り、新しい研究  
室を立ち上げたのを機に、それまでも健  
康に効果があるということでも知られて  
いたアガリクスの研究を開始したので  
す。

**竹口** 管理栽培されたアガリクス茸は品  
質が安定していて、研究にむいていたん

ですね。

では、先生の考えるアガリクスの魅力  
は何でしょうか？

**太田** まず抽出の方法ですが、酸やアル  
カリなどの化学薬品を加えずに、単純に  
熱抽出でいいということがわかりまし  
た。90度から100度くらいで1時間抽  
出すると、有効な成分が抽出できるこ  
とがわかったのです。

**竹口** 有効成分というのは、どのよう  
なものでしょうか？

**太田** ラットの試験を行う中で、様々な  
効果があることを確認しました。その成  
分は、健康維持のために有益な成分であ

## 遺伝子レベルから研究が進む 人間の健康を助ける アガリクスの未知なる力

未だ名前さえ知られていない種類が数多く存在する菌類の世界。  
酒や味噌、醤油などを作る働き者として、  
生活に欠かせない存在です。

菌類の代表ともいえるキノコも、  
健康を保つための有効性が認められている生物です。  
そこで長年にわたって食品に関する

多くの研究を行う金沢大学の太田富久教授に、  
アガリクスの持つ可能性について伺いました。



アガリクス茸  
原産地は、ブラジル・ピエダーテ地方山中。その健康効果・希少性から「神のキノコ」「幻のキノコ」と呼ばれており、1965年初めて日本に種菌が運び込まれ、研究者たちの間では「健康によいキノコ」として高く評価されてきました。1992年生育環境を解明し、安定管理栽培に世界で初めて成功。



太田富久(おおた とみひさ)  
金沢大学大学院教授。薬学博士。1969年、東北大学医学部薬学卒業。日本薬学会・アメリカ化学会所属。生理活性や食物・薬物の相互作用、抗ストレス科学、免疫賦活性物質の探索と評価などの分野での研究を行う。企業と共同で放射線汚染水処理物質の開発チームに携わり、2011年5月に研究段階において一定の効果があるとの実験成果を発表。

健康維持にも多くの  
可能性を秘めたアガリクス茸

**竹口** 一般的に知られていることかもしれ  
ませんが、体の免疫力をあげることは、健  
康にとって非常に重要なことなのです。

**太田** そうですね。免疫力が高いかど  
うかも大事です。いくつか種類のある免  
疫のバランスがいいかどうか、人間の  
健康状態に大きな影響を与えています。  
それは自分の体の直感として感じるこ  
ともあるのではないのでしょうか。  
たとえば免疫のバランスが崩れると、

様々な病気が起こりやすくなると言われ  
ています。免疫バランスを整えることも、  
日頃の健康維持に有効であるといえます。

**竹口** 人によっては、健康を害したとき、  
薬を飲む道と、食品から有効な成分を採  
り入れる道があると思うのですが、その  
選択をどのように考えたらいいのでしょうか。

**太田** 薬には色々な効果があります。一  
方の食品ですが、健康を保つ「機能性」  
を持つ食品は、「切れ味」「即効性」は、  
薬ほど鋭くありません。そして効き目  
は個人差があります。それは個人の遺伝  
子の違いなので、仕方のないことなので

すが、薬を飲みながら、足りないところ  
は食品で補うという形がいいのではない  
かと思います。

**竹口** たとえば、こういった方法がい  
いのでしょうか？

**太田** たとえば風邪をひいたときに抗生  
物質を飲むことがあります。それは風  
邪そのものを治すものではありません。  
抗生物質で症状を抑えながら、食品で自  
己防衛力や免疫をあげて治すのです。

私たちの体は「恒常性」といって、恒  
常に同じレベルを保とうという力がありま  
す。恒常性のバランスが崩れることが、

ることがわかり、ABMK-22と呼んで  
います。

近年に至るまで、キノコ類の免疫賦活  
作用は、βグルカンという高分子の成分  
によるものと説明されてきました。しか  
しABMK-22は低分子です。さらに  
ABMK-22に含まれた1SY-16とい  
う、より低分子の成分が、健康維持のた  
めに非常に活性が高いこともわかっ  
ています。

**竹口** やはり低分子の成分のほうが、体  
に吸収しやすいということでしょうか？  
**太田** 最初は低分子だから腸管から吸収  
しやすいということを1つの要素と考え  
て、研究を行っていたのですが、最近に  
なって腸管というのは、栄養分を吸収す  
るだけでなく、自然免疫を行うための受  
容体が腸の内側にたくさん出ていること  
がわかったのです。

これは「Toll様受容体」とい  
って、免疫力を賦活(物質の機能や作用を  
活発化させること)させる機能があると  
言われています。

実は人間の免疫を担う部位は、若いと  
きは胸腺なのですが、中年以降になる  
と腸管が全身の約70%の免疫機能を担っ  
ています。つまり、食品として体内に取  
り込んだ成分が、栄養分としてだけでな  
く、免疫賦活のためによく働いてくれる  
ということが考えられるのです。

体の不調を起こす一つの要因ともいわれ  
ています。これをもとに戻すことができ  
るのは食品だと思います。

**竹口** なるほど。バランスを整えるとい  
う点でも、アガリクス茸をはじめ、食品  
には、まだまだ秘めた可能性がありそ  
うですね。

**太田** そうですね。私は今まで、重大な  
疾患に関する研究に特化して行ってきた  
ました。しかし、日々の生活の中にある、  
ストレス、紫外線、放射線、生活習慣病  
などに関する影響も改めて研究したいと  
考えています。アガリクス茸は、人の健  
康面において、多面的に貢献できる食品  
であると思っています。

何にしろ、キノコを始めとした菌類は、  
数千種類存在すると言われていて、名前  
さえわからない菌も数多く存在します。  
わかっているキノコ類についての研究数  
さえ、まだほんの数%です。しかも年々、  
新しい技術を使った研究方法も現れてい  
るので、アガリクスの新しい機能性を発  
見する可能性は非常に高いと言えるで  
しょう。

**竹口** 本日は貴重なお話どうもありがと  
うございました。

インタビュー  
株式会社S・S・I 代表取締役 竹口雅之

## 飲用歴 15 年の中山律子さんに聞く 「アガリクス茸 仙生露」の 魅力とは？

発売以来、延べ 800 万人を越える方がご愛飲している「アガリクス茸 仙生露」。長年、仙生露をご愛飲頂いている、JPBA 名誉会長であり、プロボウラーでもある中山律子さんに仙生露の魅力について語って頂きました。明るく元気な中山さんの健康の秘訣は仙生露に隠されていたようです。



中山律子 (なかやまりつこ)  
1942年鹿児島県出身。1969年に女子第一期プロテスト合格。女子プロライセンス No2。翌1970年には女子プロ初のパーフェクトを達成。「さわやか律子さん」の愛称で社会現象を巻き起こし、お茶の間の人気を博す。2012年3月に、現職である社団法人日本プロボウリング協会名誉会長に就任。

**Q** 中山さんは仙生露をご愛飲されてどれくらいになりますか？

98年からです。もう15年くらいになりますね。仙生露とは長くお付き合いさせてもらっています。今では飲んでいなくても安心してありますね。健康にも自信が持てます。

**Q** どのようなペースで愛飲していますか？

空腹時に飲むと体に吸収されやすいとのことなので、毎朝、一日一袋のペース

**Q** 今も仙生露を飲用している理由はありますか？

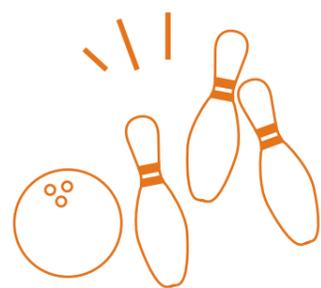
健康維持のためです。長年、仙生露を愛用しているので、今辞めてしまうと健康面が心配になります。それぐらい、仙生露を信頼しています。体を壊すと、部

**Q** 仙生露を飲用してみても、お味の感想などはありますか？

これさえ飲んでいれば健康でいられると思っているので、味を気にしていませんでしたが、キノコ味です。簡単に言うとう、干し椎茸の戻し汁のような味ですが、私は苦手ではないのでおいしく飲んでいます。

**Q** 来年、仙生露が誕生20周年を迎えるのですが、それに向けて一言お願いします。

仙生露もボウリングも、いつまでも楽しく健康にいたるためにできることです。お互いに多くの方に利用していただけるよう今度ともがんばっていきましよう。



**佐藤** 実はボク、昔は痩せの大食いだったのですが、最近は腹八分目じゃないと苦しくなりました。食べたあと気持ちが悪いなと思って病院で診てもらったら、逆流性食道炎と言われました。その他に糖尿の心配もあり、血圧も高くて、薬はたくさん飲んでいるんですよ。

**長尾** 店頭にいらっしゃるお客さまも、健康の心配がある方がたくさんいらっしゃいます。1時間や2時間、お話をうかがうこともあるのですが、意外と生活習慣が原因であることも多いです。たくさん食べているけれど、栄養素が足りないという方もいらっしゃるんですよ。

**佐藤** ボクはタンパク質が足りないの、肉を食べなさいと言われるのですが、そんなに肉ばかり食べられるものじゃないです(笑)。

**長尾** 健康な生活を過ごすには、毎日の食生活をバランスよくすることが大切ですが、不足している部分は補う必要があります。仙生露は栄養・成分も非常に豊富で、しかも分子が細かい有用成分があるので体内に吸収しやすいんです。佐藤さんはどのような形で仙生露を飲まれますか？

**佐藤** 濃厚な味なので、最初はお茶で割って飲んでいました。

**長尾** もちろんお茶でもいいですし、スープや味噌汁に入れても大丈夫です。仙生露は“食品”ですから。

**佐藤** ボクは病気を治したいというよりも、もう少し長生きをしたいと思っているんです。

**長尾** たくさんのサプリメントを飲む方もいらっしゃいますが、飲むことでストレスを感じることもあるでしょう。どうせ体内に摂りこむのであれば、いいものを1つセレクトするのがいいのではないのでしょうか。仙生露はアガリクス茸という自然の生命なので、体にも負担が少ないです。また、キノコを育てる培地から管理しているので安心です。

 薬ではないので、手軽に自分にあった方法で飲めばいいとかがあって、気が楽になった。そして何よりも、“健康になりたい”という気持ちが大事だと励まされた。自分の体と相談しながら仙生露を摂り入れてみようと思う。

## 仙生露生活のススメ

仙生露は薬ではなく食品  
自分にあった飲み方で無理なく摂取

健康へのこだわり方が十人十色ならば、仙生露とのつきあいかたもいろいろあるはず。その中で、疑問や不安を感じたときの心強い味方「銀座ビューティライフ」。飲用方法からアドバイスまで、店長の長尾成晃さんに話をうかがった。



佐藤義和(さとう よしかず)  
1948年、宮城県出身。フジテレビ入社以来、ディレクターやプロデューサーとして数々のバラエティ番組を手がける。代表作に「THE MANZAI」、「オレたちひょうきん族」など。著書に「バラエティ番組がなくなる日」がある。2011年より、日本大学芸術学部非常勤講師。twitter @satoy2304 / facebook @gehasato

あなたのキレイを応援します！  
**銀座ビューティライフ**  
東京都中央区銀座 8-7 の先  
銀座ナイン2号館  
電話 03-3572-1930  
営業時間 平日 10:00~21:00  
土日 11:00~20:00  
休店日 第3日曜日  
からだに優しい漢方療法、スキンケア、食養生、体質チェック、カウンセリングをして、あなたに合った健康法をご提供しています。



# 温泉

癒しの旅に出かけよう  
湯けむりに誘われて  
阿蘇温泉郷を巡る

活火山の恩恵による国内屈指の温泉処として知られる熊本。県内には約 80 もの温泉地が点在し、源泉数は約 1400 にもなります。なかでもやはり阿蘇周辺には名湯が目白押し。その代表格が黒川温泉です。旅情たっぷりの 28 の温泉旅館が軒を連ねる当地は、入湯手形発祥の地としても知られ、1枚の手形で各旅館の趣向を凝らした露天風呂3カ所を選んで入浴することができます。また、黒川の里を流れる筑後川源流の美しい川の風景も見所の一つでしょう。そしてもう1カ所、黒川温泉とともにオススメしたいのが満願寺温泉です。満願寺川にある“川湯”は、入浴はもちろん野菜洗い場や洗濯場などもあり、地元の人々の社交場に。まさしく穴場の温泉です。



黒川温泉 旅館にしむら  
阿蘇郡南小国町黒川温泉  
TEL.0967-44-0753



# 元気日和 熊本・阿蘇



日没後にライトアップされ、夜の闇にぼっかり浮かび上がる熊本城。昼とは異なる幻想的な美しさを放ち、熊本之夜を彩ります。

facebook 熊本・阿蘇ページ公開中!

下記サイトへアクセスして頂くと熊本・阿蘇の情報をご覧いただけます。<http://www.facebook.com/pages/阿蘇市/330592683702981>

# 守

名実ともに熊本のシンボル  
往時に思いを馳せて  
名城・熊本城を歩く

54万石の城下町・熊本のシンボルであり、また日本三名城の一つと数えられる熊本城は、慶長6年～12年にかけて、城造りの名人と呼ばれた加藤清正によって築られました。城内の天守と小天守、美の神髄である石垣や、日本一の長塀など、その景観は圧巻の一言。ちなみに現在の天守閣は昭和35年に熊本市によって再建され、さらに築城400年を迎えた平成19年には本丸御殿大広間も完成しました。時を経てもなお堂々たる威容を誇り、今日も熊本市民を見守っています。

熊本城の一部を意外なところで発見。熊本県立熊本高等学校の門柱は、実は元熊本城正面入口の下馬橋の橋脚だったそう。今では同校のシンボルに。  
熊本県立熊本高等学校  
熊本市新大江1-8  
096-371-3611



熊本城の麓に座る加藤清正公像。甲冑と長烏帽子姿で、自らが築いた戦国の要塞熊本城を背に、まさに熊本を守らんとしているかのようです。  
加藤清正像  
熊本市花畑町

# 水

## 白川水源と水前寺成趣園 豊富な阿蘇の伏流 清冽な湧水を求めて

阿蘇周辺には数々の湧水が存在します。白川水源は、毎分 60 トンもの水が湧き出ており、年間を通じて 14℃ に保たれています。環境庁選定「日本の名水百選」にも選ばれました。

水前寺成趣園は、豊富な阿蘇伏流水が湧出して作られた池を中心とした桃山式回遊庭園。初代藩主細川忠利が寛永 13 年頃から築いた「水前寺御茶屋」が始まりとされ、築山や浮石、芝生、松などの植木で東海道五十三次の景勝を模したと言われています。



白川水源  
阿蘇郡南阿蘇村大字白川



水前寺成趣園  
熊本市水前寺公園 8-1  
TEL.096-383-0074



# 食

## あか牛から極上和菓子まで 郷土の自慢の逸品 熊本グルメを味わう

熊本といえば馬肉や熊本ラーメンが有名ですが、他にも美味しい独自グルメが目白押しです。中でも近年、馬肉と並ぶ名物になりつつあるのが「あか牛」。阿蘇の大草原で育ったあか牛は、無駄な脂肪分が少なく赤身の多さほど良いサシが特徴で、焼き肉はもちろん、あか牛丼やハヤシライスなど、さまざまな食べ方をされています。一方、熊本ラーメンの源流の一つである「味千ラーメン」。国内はもちろん海外でも数多くの店舗を展開し、特に中国では今や最大の店舗数を誇っています。「千の味をラーメンに込めたい」、そんな思いで名付けられたそうです。



また、からし味噌を蓮根の穴に隙間なく詰め込んだ「からし蓮根」や、輪切りにしたサツマイモと餡子を生地で包んだ「いきなり団子」、熊本の代表的な銘菓である「朝鮮餡」なども、お土産の定番として人気があります。



中太のストレート麺と、豚の頭だけを使用した白濁スープ。先代が考案した野菜と油成分を独自製法で加熱処理した「千味油」や「フライドガーリック」は、今や熊本ラーメンの特徴の一つとして広く認知されている。  
重光産業株式会社  
熊本市戸島町 920-9  
TEL.096-389-7111



肉厚でジューシーなあか牛をたっぷり味わうならば、「あか牛丼」を。醤油ベースのタレとワサビが食欲をそそる。温泉卵もトロリと絡んでマイルド。  
いまさん食堂  
阿蘇市内牧 366-2  
TEL.0967-32-0031



「からし蓮根」は、病弱だった熊本藩主・細川忠利のために、健康食として献上されたのが始まりだそうです。  
森からし蓮根  
熊本市新町 2-12-32  
TEL.096-351-0001



「いきなり団子」の名の由来は、短時間でいきなり作れる、来客がいきなり来ても出せるなど諸説あります。  
はやしのいきなり団子  
熊本市水前寺公園 7-2  
TEL.096-383-3970



長生餡と呼ばれていたものを、加藤清正軍が朝鮮出兵の際に携行したことから、「朝鮮餡」と呼ばれるように。  
老舗園田屋  
熊本市南坪井町 6-1  
TEL.096-352-0030

# 承

## 肥後象嵌と宮本武蔵

### 大切に受け継がれた 伝統文化に触れる

熊本を代表する伝統工芸や文化遺産をご紹介します。肥後象嵌は、鉄砲や刀の鐔に金細工を施した江戸時代のダンディズム。明治 9 年 (1876 年) の廃刀令以降は、装身具や装飾品に転じ、日常生活の変化に対応した製品が作られてきました。近年はさらに現代調にアレンジされ、アクセサリ類や万年筆、携帯ストラップなどが人気を集めています。

熊本市内にある島田美術館は、古美術研究家の故島田真富翁が郷土の歴史と伝統を語り継ぐことを目的に設立しました。晩年を熊本で過ごした宮本武蔵の、刀剣や五輪書など遺墨・遺品の数々を展示。さらに細川ガラシや加藤清正ら、熊本の武人文化に関する歴史資料・古美術品も充実しています。



400年の歴史を誇る肥後象嵌の光助。熊本県の伝統工芸として人間国宝にも選ばれています。近年はアクセサリブランドとしても人気で、著名人などの愛用者も多いそう。



光助  
熊本市新町 3-2-1  
TEL.096-324-4488



美術館にはギャラリーやカフェなども併設されています。  
島田美術館  
熊本市島崎 4-5-28  
TEL.096-352-4597

## 読者プレゼント&読書アンケート

アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で商品をプレゼントいたします。

|   |  |
|---|--|
| <p><b>A 賞</b></p> <p>熊本ラーメン原点的味「味千ラーメン」2袋入くまモン箱 <b>5</b> 名様</p> | <p><b>B 賞</b></p> <p>朝鮮餡の宗家「園田屋の朝鮮餡」 <b>3</b> 名様</p> |
|---|--|

|  |   |
|--|---|
| <p><b>C 賞</b></p> <p>江戸時代の味をそのままに「からし蓮根」 <b>3</b> 名様</p> | <p><b>D 賞</b></p> <p>阿蘇で取れた甘藷若葉を使用! 「翠王の青汁」お試し3袋セット <b>200</b> 名様</p> |
|--|---|

応募される方は、読書アンケートにすべてお答え下さい。住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号と上記プレゼントの中から希望する 1 点をお書きの上、はがきを切り取りお送り下さい。

〈締め切り〉平成 25 年 3 月 31 日 必着

※厳正な抽選により当選者を決定します。なお、当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

プライバシーポリシー：●「元気日和」では、「読書アンケート」のご回答にあたり、読者の皆さまの氏名・年齢・住所、電話番号などの個人を識別できる情報(以下「個人情報」)を、読者プレゼント発送等の目的で提供いたします。●「元気日和」ではご提供いただいた個人情報を上記の目的のみに利用し、他の目的には利用いたしません。●「元気日和」では、ご提供いただいた個人情報の保護に万全を尽くします。●「元気日和」では、お客様の個人情報の保護を図るために、また、法令等の変更に対応するために、プライバシーポリシーを改定することがございます。

郵便はがき

5 5 0 - 8 7 9 0

5 2 1

料金受取人払郵便

大阪西局  
承認  
526

差出有効期限  
平成25年12月31日まで  
(切手不要)

大阪府大阪市西区西本町2-1-41  
インテリンクス西本町ビル 3F

株式会社 S・S・I

『元気日和読者プレゼント』  
アンケート係行



|                                  |     |                |
|----------------------------------|-----|----------------|
| ふりがな                             | 性別  | 男・女            |
| ご氏名                              | 年齢  |                |
| ふりがな                             |     |                |
| ご住所                              |     |                |
| お電話番号                            | ( ) | ご職業            |
| 1) 仙生露を飲んでますか?                   |     |                |
| 1. 今も飲んでいる 2. 前は飲んでた 3. 飲んだことがない |     |                |
| 2) 本誌をどこでもらいましたか?                |     | 希望するプレゼント (1点) |
|                                  |     | 賞              |