

北欧版



あなたから始まる次代への健康物語

わかさ生活®

株式会社わかさ生活
「Happyわかさ生活」編集室
京都市下京区四条烏丸長刀鉾町22

Happyわかさ生活

特集

ふるさと 北欧ブルーベリーの故郷 フィンランドへ



わかさHappy隊の皆様と
わかさ生活スタッフ
(ヘルシンキ市内の森)



いつも「Happyわかさ生活」をお読みいただきありがとうございます。

私たちは、毎年『ブルーベリーアイ』の原材料である北欧産野生種ビルベリーの生育状況を確認しに北欧フィンランドへ赴きます。

それは、お客様に高品質な商品をお届けし続けるためです。また二〇一六年からは、わかさ生活の様々な取り組みにご協力いただいている「わかさHappy隊」とともに現地を訪れるようになりました。これは、安心して商品をお飲み続けていただくためにはお客様ご自身の目で確認していただくのが一番だと考えたからです。今その瞬間に感じたことや、商品に対する想いなど、一緒に訪れた「わかさHappy隊」の皆さんからは本当に多くのことを教えていただきます。

フィンランドでは北欧産野生種ビルベリーがどんなに恵まれた環境の中で育っているのかを実感しました。そしてさらに『ブルーベリーアイ』が好きになり、もっと多くのお客様に飲んでいただきたい、と強く思うようになりました。

少しでも北欧フィンランドの魅力を感じ、好きになっていただけると幸いです。



わかさ生活スタッフ
まつやま りん
松山 凜



飛行機で
約10時間の
距離

ロヴァニエミ

フィンランド

ヘルシンキ

今年、参加されたわかさHappy隊の体験談を特集!!
中面を今すぐチェック♪

ビルベリーを摘むだけで指先が真紫色に!!
それほどアントシアニンを豊富に含んでいるのです!

調査①

「ビルベリー」を確認しに森へ



わかさHappy隊 たきした かずこ (左) 滝下 和子様、(右) 大西 美紀
わかさ生活スタッフ おおにし みき

わかさ生活の大ファンであり、角谷社長がこだわり抜いた原材料「ビルベリー」をどうしてもこの目で見てみたかった、というわかさHappy隊の滝下さん。今回の研修で一番楽しみにしていたのは森でビルベリーに出逢うことだそうです。

大西 滝下さん、到着しました。念願のビルベリーがここに実っているんですよ！

滝下様 え、ここに「ビルベリー」が？

大西 探してみてください！

滝下様 …あ、見つけた!! 葉っぱの下に隠れるように実がなっていて気づかなかったです。



こんなに背丈が低いんですね。くるぶしの少し上くらいでしょうか。実も思っていたよりもずっと小さいです。

大西 こんなに小さいのに、アントシアニンがぎゅっと詰まっているのがビルベリーの魅力なんですよね！食べてみましょう。

滝下様 甘くておいしいです！次から次に、摘むたびに食べてしまうほど。自分の目で確かめることができて、こうして北欧にきた甲斐がありました。

わかさHappy隊 たきした かずこ
滝下 和子様 (72歳) 京都府在住



ビルベリーを初めて摘まれた滝下様

初めてのビルベリー摘みでした。ビルベリーは、太陽をいっぱい浴びて、寒い冬は雪の中でじっと耐え、自生していると聞きました。白夜^{びやくや}*という環境の中で太陽を浴びる時間が長いので日本のものより味も色も濃いと感じました。舌が青紫色になるまで食べ、見せ合って確かめました。

*6月上旬から8月上旬までの1日中太陽が沈まない現象のこと。

調査②

市街地を散策



ラズベリーやブルーベリー、カシスなど種類豊富なベリー



箱いっぱいのビルベリー

も、積極的に現地の方と会話されていました！フィンランドの豊かな自然によってもたらされた恵みが十分に感じられる調査となりました。

フィンランドでは、ビルベリーを含めたベリーがどれほど身近な食材とされているのでしょうか。地域の方が普段から利用している市場に調査に行ってみました！

市場を散策すると色鮮やかな野菜と果物がたくさん！ビルベリー、ブルーベリー、カシス、イチゴ、ラズベリーなどとてもベリーの種類が豊富です。実際に食べてみると、日本で売られているモノとは違い、自然な甘さとみずみずしさが特徴でいくらかでも食べられちゃいます！一緒に市場を散策していたわかさHappy隊の中村様



積極的に質問される中村様



ミートボールとベリーソース

わかさHappy隊 なかむら まさる
中村 優様 (66歳) 宮城県在住

こんなにベリーの種類があることに驚きました！私は、外食が好きでフィンランドの食文化に大変興味がありました。こちらの国では、ベリーのソース、特にサンタベリー(リンゴンベリー)を使用したソースをお肉にかけて食べられているそうですね。何度か食事にも出てきてとても素朴でおいしく温かみを感じました。ぜひ、日本でも味わいたいですね！



わかさHappy隊
えとう けいこ
江藤 恵子様 (67歳) 愛知県在住

いつもチラシヤ、パンフレットでアントシアニンがたくさん入っているということを目にしたり、友の会^{*}で聞いていたけど、本当にたっぷり入っていることを確かめることができよかったです。大自然の中での実験を通して、ビルベリーのすごさを体感することでさらに商品が好きになりました!

※わかさ生活が行なっているお客様との交流会



わかさHappy隊
みちわき あやこ
道脇 綾子様 (72歳) 群馬県在住

ビルベリーはこんなに素晴らしい自然環境の中で大切に守られているんですね。森での実験から、白夜の中で育ったビルベリーが紫外線から実を守るために多くのアントシアニンを蓄えていることがよく分かりました。私たちにビルベリーのよさを伝えたいというわかさ生活の熱い想いが伝わってきて嬉しかったです。理解し実感したことをこれから周りの方々にも伝えていきたいです!

実験①

一般栽培種ブルーベリーと北欧に自生しているビルベリーのポリフェノール量の違いは?

方法:検査キットを用いてどちらがポリフェノールの量が多いかを実験

ブルーベリーよりビルベリーの方が濃い青紫色!



ビルベリーにはポリフェノールがたっぷりって分かるわね!

結果:ブルーベリーよりもビルベリーの方がポリフェノールの量が多い!

実験②

北欧のビルベリーは紫外線から身を守っている!?

方法:紫外線に反応して紫色になる紙を使って、ビルベリーの色素アントシアニンが紫外線から守ってくれるのかを実験

比較
ビルベリーと水で



紫外線で紫色になる紙が、ビルベリーがあると変わらない!



結果:ビルベリーを潰した液体は紫外線を通さない!

実験
採れたたての「ビルベリー」を使って実験!

文化をテーマに交流会を実施



現地の方々に「八ッ橋」が大好評



わかさHappy隊
かとう かねよし
加藤 光典様 (78歳) 愛知県在住

フィンランドに来てから、初めて現地の方とお話することができました。

現地ではなじみ深い、わかさ生活の『ブルーベリーアイ』の原材料でもある「ビルベリー」を使用したケーキやパン、そしてコーヒーでもてなしてくれて、フィンランドの方の温かみにふれる機会となりました。

言葉は通じなくても、ジェスチャーや笑顔で相手の気持ちが伝わってきて、楽しい時間は一瞬で過ぎてしまいました。

ぜひ、またもう一度現地の方とお話したいです。

大自然たっぷりのフィンランド。実は日本とフィンランドは今年で国交100周年を迎えます。そこで、両国の文化をテーマに現地の方との交流会を開催しました。食文化の交流で、日本からわかさ生活の商品『京の嚴撰茶』と、京都の伝統菓子である八ッ橋を紹介しました。フィンランドでは普段からシナモンがよく使用されていることもあり、大好評でした!

またフィンランドを代表する樹木「白樺」を使って古くから伝わるオーナメント作りも行いました。最後には、全員でビジョントレーニングを行いました。フィンランドの皆様にも「目を鍛える」ことの大切さをお伝えしました。互いに親睦を深めるとともに学びの機会となりました。



ビジョントレーニングを教える、わかさHappy 隊の加藤様

ホームページ「こちらわかさ生活情報局」もご覧ください

毎週日曜日に北欧の生活や暮らしなどの情報を更新しています♪ スマートフォンならQRコードから簡単アクセス▶
北欧研修での内容についても発信していますのでぜひご覧くださいね

こちらわかさ生活情報局 検索 🔍



正解者の中から
抽選で100名様に
プレゼント!

『北欧ポストカード
5枚セット』

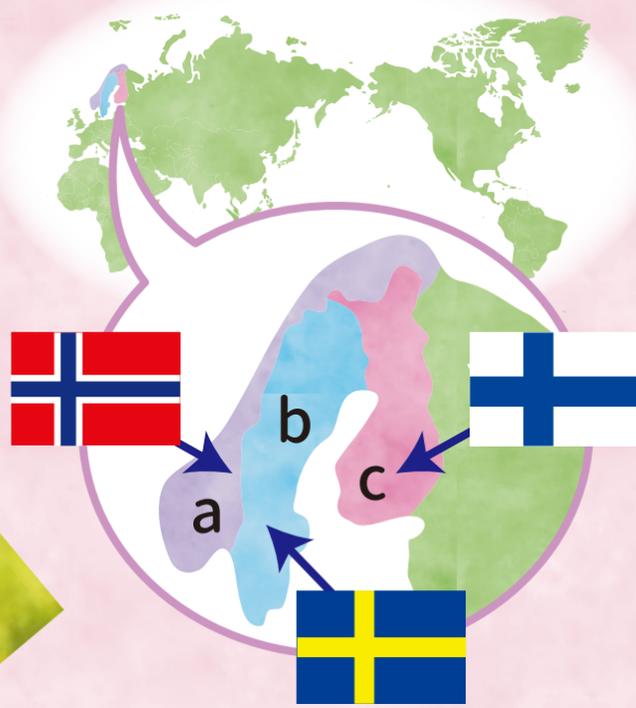


※画像はイメージです。

ハガキに

- ①「北欧クイズ」の答え
 - ②あなたとわかさ生活とのエピソード
 - ③本紙へのご意見・ご要望
- 自由なお声もお待ちしております!

郵便番号・ご住所・お名前・お電話番号・メールアドレスをご記入の上、ハガキでご応募ください。正解者の中から抽選で100名様に『北欧ポストカード5枚セット』をプレゼント!



※10月から63円になります

62 600-8008

京都市下京区
四条烏丸長刀鉾町22
『Happyわかさ生活』
2019年9月号プレゼント係

郵便番号・ご住所
お名前・お電話番号
メールアドレス

- ①「北欧クイズ」の答え
- ②あなたとわかさ生活とのエピソード
- ③本紙へのご意見・ご要望

応募方法

応募締切
2019年
10月15日(火)
当日消印有効

PRESENT

北欧クイズ

クイズに答えてプレゼントをあてよう

ヒント: Happyわかさ生活の全ページをよくご覧ください。

Q. 次のa、b、cのうち、フィンランドはどこでしょう?

抽選結果の発表は商品の発送をもって、かえさせていただきます。
お客様からお預かりしたお名前等の個人情報は、商品発送やご連絡、わかさ生活グループの情報提供に使用いたします。
個人情報の取扱についてはコチラ→<https://www.wakasa.jp/info/privacy>

〈編集後記〉

フィンランドの森で初めて自生のビルベリーに出会いました。話には聞いていましたが、本当に葉っぱの下に隠れるように実をつけていて、小さくて、手が紫になるくらいアントシアニンがたっぷり、今まで話に聞いていたことは本当だったんだ!と自分の目で見て体験することができました。

今回のHappyわかさ生活をご覧になり、少しでもフィンランドやビルベリーのことを好きになっていただき、わかさ生活とのご縁を続けるきっかけとなれば嬉しく思います! 暑さもまだつづきますが、お体に気をつけてお過ごしくださいね!



わかさ生活スタッフ
ほりありさ
堀 有莉咲

息子は海がきらいたったため、夏休み等に海へ行き黒く日に焼ける友達の中、一人肩身の狭い思いをしていました。そこで、親心からプールで日焼けをさせてあげようと思った懐かしい思い出を詠みました。

海ぎらい プールで日焼け 塩の味

M.Mさん 男性 80歳

近くの公園で蝉がなきはじめ、一日一日と蝉が元気に。息子一人が元気に蝉を追いかけていた頃の虫籠をみつけて、思い出に笑みが浮かびました。

蝉時雨 忘れし虫籠 笑みうかぶ

M.Iさん 女性 66歳

昔の昔、クーラーも扇風機もない時代、夏の夜は四畳半に蚊帳を張り、母がうちわで風を子(兄と私)に送ってくれました。

母うちは 子らにそそぐよ 蚊帳の中

T.Yさん 男性 70歳

子どもの頃、庭に木製の涼み台があり、初夏から初秋にかけて夕食後、そこに座って父がうちわであおいでくれるながら私たち姉妹にいろんな話をしてくれたときのことを詠んでみました。蚊取り線香の香りもなつかしく、父との日々がいとおいです。

夕涼み 父と語らう 幼き日

R.Sさん 女性 65歳

皆様から届いた
夏の家族との思い出出川柳
大公開!!

10月のHappyわかさ生活は…!

- ・おすすめの秋の楽しみ方♪
 - ・目にまつわるストーリー(体験談)
 - ・脳トレクイズ
- など ぜひ楽しみにお待ちください♪

10月は目の愛護月間



※内容は変更となる場合がございます。