

今月のテーマ「鰯」

ことわざに「イワシは海の人参」と言うのがあります。人参とは薬用人参のことをさしています。健康に役立つ成分がいかに多く豊富に含まれているかを表現したものです。

イワシには、タンパク質から脂肪、カルシウム、鉄分、ビタミンA、B1、B2、それにDと、きわめて多彩な成分がたくさん含まれています。まさに「海の人参」の表現がぴったりです。

イワシの成分で注目されているのが、記憶力を良くして、脳の若さを保つドコサヘキサエン酸(DHA)という必須脂肪酸を含んでいるということです。

平安時代の女流作家として有名な紫式部はイワシを好んで食べたと伝えられています。「源氏物語」という大長編を書き上げたエネルギーは「健康食(ブレイン・フード)」だったかも知れません。

ことわざに「身土不二」と言うのがあります。地域で命の循環がある。寒い地域は体を暖める魚がとれる。暖かい所の魚は体を冷やす効果がある。と言うものです。



従業員のひとこと

健康は、先ず健康な脳をつくることから始めることです。

助六「いわしせんべい」を食べて健康になりませんか。「カリカリいわしフライ」もオススメです。

昔も今も、日本の夏は蒸し暑く夏バテしやすい。この夏バテを防ぎ、暑さを吹き飛ばし、頭の働きを向上させる成分をたっぷりもった「健康食(ブレイン・フード)」です。ドコサヘキサエン酸(DHA)が記憶力、集中力を高める鰯を食べて元気になりましょう。

社員の動き (8月)



11日	害虫駆除 クロスサービス
12日	工場 大掃除 1階:2階
13日~16日	お盆休み
21日	視力検査
22日	害虫駆除 クロスサービス



有限会社 助 六

〒791-3120

愛媛県伊予郡松前町筒井350

TEL (089)984-1350

FAX (089)984-3345

フリーダイヤル(0120)07-1350

E-mail sukerokusurume@k6.dion.ne.jp

URL: <http://www.s6-sukeroku.com>