

意外と知らない...

# 「災害時」に本当に必要な食糧とは？

「乾パン」「飲料水」だけではダメですよ！

◆最近、「地震・台風・大雨・洪水・噴火」など様々な災害が日本列島を襲っています。今年の夏から秋にかけても災害が多く、指定された避難場所にはしばらくの間避難していた方がたくさんいらっしゃるかもしれません。そして現在も避難したままの方がいらっしゃるかもしれません。今の日本では他人事ではありません。「明日は我が身」です。

◆これらの災害に備えて様々な準備をしている方も多いでしょう。例えば、懐中電灯・ラジオ・電池・軍手・携帯トイレ・乾パン・飲料水などが主なものですね。でも本当にこれだけで大丈夫なのでしょうか？

◆私は、東日本大震災の時に宮城県の大川町という小さい町に、災害ボランティアとして自前のテントに泊まりながら約1ヶ月間お手伝いしました。その時に、目の当たりにしたのが沢山の援助物資でした。確かに食糧も沢山ありました。でも足りないものがあったのです。

◆食糧といっても、飲料水・菓子パン・おにぎり・カップラーメンなどがかりました。要するに「水と炭水化物」だけなんです。人間が健康的に生きるために必要なビタミン・ミネラル・必須アミノ酸などがほとんど摂取できない状況でした。いくら災害時だとは言え、ただでさえ体力や免疫力が低下している時に、様々な栄養素を摂取できないのはとても危険であると感じました。

◆この経験から、私自身はビタミン・ミネラル・必須アミノ酸などがバランス良く配合されている健康食品を探しました。その答えが、「リナイムノプラス」なのです。約30億年前に出現したラズベリー類の一種「スピルリナ」が主原料。アメリカのNASAが宇宙飛行士の栄養源として研究している程、優れた食品なのです。

◆もちろん、非常食としてだけでなく、普段、

食事が不規則な方・緑黄色野菜が不足がちな方・育ちざかりのお子様・お肌の調子を整えたい方・いつまでも健康でいたい方など様々な目的に応える優れた食品といえるでしょう。日頃の食事のお供に、非常食にぜひご家庭に常備して下さいね！



★600粒 4915円～(税別)

## ～営業のお知らせ～

◆営業日  
火～土 10:00～19:00  
◆定休日  
日・月・祝祭日

\*\*\*\*\*  
当店の漢方(健康)相談は、お待ちいただく時間を短縮するためご予約された方を優先しております。ご協力くださいね！

漢方相談@こえん堂  
TEL046 (874) 6692

- ★ホームページは「こえん堂」で検索！
- ★店主ブログ「大自然野郎えんちゃん」
- ★ツイッター「@coendo」やっています！
- ◎京浜急行「新大津駅」徒歩3分
- ◎「新大津駅前郵便局」となり！

## 2015年10月のスケジュール

◆8(木)は漢方勉強会のため 18:00 迄の営業です。  
※急きょ変更の場合がありますので、ご来店の際はお電話でご確認ください。

今年は早くも「ノドのカゼ」「インフルエンザ」が流行しています！すでに学級閉鎖をしている学校もでてきています。とにかく早めの対策を！  
ツイッターで「効く！」と大人気&大好評「板藍のど飴」



## 災害時お役立ち食品 試飲券

Q) 栄養バランス抜群で健康維持や災害時に活躍する食品は？

A) ○○イムノプラス

◆ご住所 \_\_\_\_\_

◆お名前 \_\_\_\_\_



※クイズの答えを記入し、当店までお持ち下さい。有効期限:2015年10月末迄  
体質等により他の健康食品等に変更する場合があります。