

2006

vo 1.2

2006年5月30日発行

NPO アーユルシード生活環境研究所機関誌

# eGAO

世界のすべての人々が笑顔で暮らせる環境を



フィザリス・ディヴァリカータ  
(ナス科)  
*Physalis divaricata*

ネパールの標高600mに自生する1年生草本。アフガニスタン～パキスタン、インドにも分布。各枝の先端に黄～乳黄色の花を一輪咲かせるホウズキの仲間、高さ1m。フィザリス属植物は、南米諸国でも食用及び薬用として利用されている。この植物の熟実を食用にする。実にビタミン類(Vitamin C、他)を多く含むため、例えばブラジルのアセローラなどの様にビタミンを含む飲料として注目される日も近いかもしれない?

\*法人会員グリーンピア相模原「モナの丘」にて、栽培品を撮影。

## Index

ごあいさつ ————— 代表理事 松田 ふみ子 1

e-gaolは大自然から ————— 代表理事 松田 ふみ子 1

フェアトレード事業と有機JAS農業の取組み  
副代表理事 渡邊 高志 2

JETRO活動レポート ————— 理事 小島 美佐 4

「ひるがのサンシャイン・ロイヤルガーデンの紹介」  
秋濱 友也(元明治大学教授) 5

### 素顔の会員さまから

エコプロダクツ2005に出店して ————— 石井 智子 5

新分野の研究 新しい時代に対応する生活スタイル  
平澤幸治・小林邦子 6

シリーズ・いろんなこと1 ————— 理事 三澤 薫 7





ソルクンブルー地域ゴークョ 標高5000mの湖

## ごあいさつ

e-gao、vol.2を発刊するにあたり

皆様 こんにちは。

ア・ユルシードも皆様のおかげを持ちまして、2周年を迎えることができました。

我々の地球は環境をふくめ、いままさに変化の時を迎えていると思われます。ますます、自然の恵みにいかされて、“笑顔で暮らせる”地球であり続けられますようにという願いをこめて、第2号を発行させていただきます。

e-gaoは大自然から  
代表理事 松田 ふみ子

この『笑顔』『い〜顔』の意味は、私達のこころもカラダも元気だよの現れであるように思われます。通いなれたネパールから、スローライフを学び、体感し、自然界のなかで、生命が輝き、自己の生体リズムを感じることで、そのリズムを大切にすると笑顔で暮らせそうと思ひ始めてます。

大自然のなかで、日常生活を送るネパールの人々にとって、私が、さらに感じたことは、すっきりと心がオープンなこと、発想がネガティブでないことが大切だということです。

ネパールでは、何事にも、すっきりと生きないと、病気になるやすく、宇宙の元の気から遠ざかり、元気がなくなます。

この笑顔のモトである元気とはナンでしょう

ある本の解説によると、生命エネルギー、プラーナは、宇宙においては、太陽が源で生命力と刺激力を含む特定の分子が存在するそうです。これらの分子は生命球と名づけられ、東洋ではプラーナ(息、生命、活力、気、風、エネルギー)そして魂をも意味することで知られています。

また、生体のプラーナはチャクラを通じて大気中から体内に取り込まれ体内器官に流れて行くと考えられています。

こんなふうに、我々の生体エネルギーである、プラーナが元気であると、(また滞っていないときは)魂が高次の自己とつながり、こころが平和や喜びにあふれ、笑顔で暮らせるようです。

また、ア・ユルシードの四元素のマークである、火、水、風、土も宇宙の働きとしての伝統医学的視点を含む唯物科学の視点から見ると、土は個体の性質を持つエネルギー、風は気体のエネルギー、水は流動のエネルギー、火は熱性のエネルギーをあらわし、空気より精妙な物質と言われています。

今この時代、唯物から唯識の領域へ

目に見える、可視の世界から不可視な世界へと、もっと大きな視点で物事を感じ、理解することで自己の存在の新たな発見があるような気がします。

笑顔はナチュラルハートがほほえんでるとき

自分の中が平和や愛にあふれてるとき一人ひとりが笑顔の親善大使として暮らせるようになり、世界中の人々が笑顔で暮らせる日が来ることを心より願っています。

西ネパール ジョムソンからムスタンに向う  
徒歩2〜3時間の道



## フェアトレード事業と有機JAS農業の取り組み 副代表理事 渡邊 高志



「モナの丘」店内にフェアトレードショップCafe eGAO

### 1. フェアトレード事業について

平成17年度事業計画案が総会にて提出されフェアトレード事業として「エコ商品のプランニング(化粧品素材の開発、薬用石鹸やハンドクラフトのステーションリー商品企画)」という事業を提案させて頂きました。4月に入り事業実施のための準備をスタートさせました。そして、エコ商品を開発しても流通に乗せ、企画販売しなければならぬ作業も増えて参りました。News Letter Vol.1でもご紹介した様に昨年度小田急相模大野駅ステーションスクエア内に「フェアトレードショップAyurseed」を小島理事が担当で出店した経験を生かし、今年度は下記の通り新企画イベントを開催することができました。

平成17年8月1日に法人会員として入会頂きました農業法人・株式会社グリーンピア相模原の協力を戴き「モナの丘」店内にフェアトレードショップCafe-e GAOを開設する事が出来ました。また、体にやさしい薬用植物やハーブ類、とくに無農薬栽培による漢方野菜のたゆまない研究や、残留農薬に関するトレーサビリティ(安全性を確保するために栽培から加工、製造、流通などの過程を明確にした仕組み)について検討しながら、より安心して食べられるものを心を込めて栽培し、ゆっくり作りあげていくという考え方が大切です。そこで有機JAS取得に向けた持続可能な農業を「モナの丘」と実践し、オーガニックカフェを設置するための協議を進めているところです。アーユルシードの会員の皆様に一日でも早くお披露目できる日を楽しみにしています。どうか温かい目で応援のほどよろしく申し上げます。

次に、オータムフェア2005(主催:財団法人相模原市みどりの協会、開催日:10月10日)に出店し、相模原市立麻溝公園内の出店ブースには多くの会員の皆様の参加がありました。小雨の中、私達の「AYURSEED」エコプロダクトブースには一般の来場者も多く出展者一同嬉しく思っています。オータムフェア2005につきましては、アーユルシードのホームページに詳しい内容がリンクされておりますので参照ください。なお、第一回目からモナの丘(代表桑田氏・アーユルシード法人会員)との共催でスタートしたくご報告申し上げます。

次に、会員の石井さんのNews Letter Vol.2への寄稿にもありますように「エコプロダクツ2005(主催:新エネルギー・産業技術総合開発機構、(社)産業環境管理協会、日本経済新聞社、開催期間:12月15日~17日)」では、多くの会員の皆様の参加がありました。詳しい事は石井会員の報告を読んで頂ければと思います。開催期間中、一般の来場者も多く、出展者一同嬉しく思っています。エコプロダクツ2005につきましては、アーユルシードのホームページに詳しい内容が掲載されておりますので参照ください。なお、第一回目からNPO法人アルコイリスプロジェクト(代表大橋氏・アーユルシード一般会員)との共催でスタートしたくご報告申し上げます。

法人会員であるハイパーブランド株式会社のご好意により、シェルパ基金創設の準備のため昨年度初めてクリスマスカード&ニューイヤーカードの制作依頼を受けました。このカードは、ナイトジャスミン(Night Jasmin)を押し花にしてカードに貼付するという試みで、ネパール在住の加藤千晶会員とは来日に合わせて協議と勉強会を重ねました。会員の中にはご存知の方もいらっしゃると思いますが、ゲルシェルパ君が6000点以上のナイトジャスミンの押し花用の標本を集めてくれました。また、一昨年当法人で招聘したクベルジャン・マラ氏には、ネパール国内の植物に関する情報収集と提供のためネパール国内を奔走して頂きました。そして、押し花を貼付ける作業は現地印刷事業社代表のリタさんと加藤千晶さんのご尽力によりネパールで制作し、日本への輸出までの行程をきちっと管理して頂きました。そして、多くの方々の手間を必要とするフェアトレードの大切さを知



eGAOブランドの代表的な製品である、マッサージバームとラヴァンデインの精油



エコプロダクツ2005ディスプレイ

り、皆様の真心に支えられ無事納品することができました。カードのデザインをご指導頂きました会員の堀田先生と市村さん、最後の納品チェックなどご協力頂きました石井さん、都築さん、坂本さんにお礼申し上げます。フラワーカードの仕上がりが内容や納品日の期限延長など色々と至らぬ点があったにも関わらずお許し頂き、本事業に一番理解を示して下さったハイパープランツ株式会社の川人紫社長、そして社員の皆様に厚くお礼申し上げます。

昨年度は、新たに法人会員として株式会社シーズンネット(岡田清代表)やウィル研究所(高橋 保代表)のご入会など、私達アーユルシード生活環境研究所の運営にとって大きな支えを戴きました。会員サービスのため一層の努力を積み重ねて行きたいと思えます。そして、将来に向け入会頂いた法人会員および個人会員の皆様にとって有益な活動を平成18年度の事業計画に盛り込んで行ければと考えています。

## 2. 有機JAS農業と薬用植物の保全について

日本国内では、市町村合併に伴う動きとして環境アセスメント「環境影響評価」を実施する自治体も少なくありません。環境にどのような影響を与えるかに関して予測及び評価を行って、その結果を住民に公表し、意見を聴き、より適正な環境への配慮を確保するための手続きすることが地球に優しい行動マナーと言えます。実際には外部委託して自然環境の指標となっている生物種の減少など幾つかの項目を調査するようです。アーユルシード生活環境研究所の発起人で秋濱友也先生(元明治大学農学部教授)のNews Letter Vol.2への寄稿にもお見えますように「モナの丘」での活動と「ひるがのロイヤルガーデン(岐阜県郡上市)」の自然環境保全の取組みをドッキングさせ、「知的回廊」計画を進めたいという先生の想いに希望を馳せながら、環境アセスメントにも配慮した文化コミュニティを形成して行きたいと思えます。そして、宮城県刈田郡蔵王町において有機JAS取得に向けた持続可能な農業を新たに提案中ですが、これらの事業を一步一步進めて行く必要があります。どうか皆様お力をお貸し頂ければと思っています。

ここで、話ばかりでは解り難いと思えますので、会員の皆様の理解を深めるために、アーユルシード生活環境研究所が関わってきたボランティア活動と今後予定している自然環境保全活動について一つの例を紹介したいと思います。

私が勤めている北里大学では、昨年度より「モナの丘」に隣接する土地を借り上げ、北里サテライトガーデン\*を開設しました。積極的に相模原市民と関わり社会貢献の場を提供することになりました。また、平成18年4月からは年間を通じて(全10回)薬用植物栽培加工体験講座を開催することとなり、一般市民を募集したところ定員20名に対し約6倍にあたる120名ほどの応募がありました(平成18年3月24日現在)。私にとって嬉しい知らせですが、市民の皆様の期待に対して充分応じられるか、大きな責任を感じる所です。アーユルシード生活研究所としては、モナの丘にガイドボランティアを積極的に取入れた『研究会』を提案し、モナの丘で気軽に薬用植物やハーブ類と親しみたいという皆様には、収穫物の製造加工の行程を指導したいと考えています。また、モナの丘に開設予定のオーガニックカフェにて無農薬栽培の材料を利用した本格的な料理教室に少しでもアイデアを提供できればと思います。会員の中には、ネパールから講師を招聘し、ネパール料理を紹介することも検討したいという意見も出ているようです。



モナの丘における薬用植物栽培加工体験講座  
(2回目・ミシマサイコ、ハトムギ、エキナセアの播種作業など)



### 「新都市農業推進協定」に基づく連携事業

- 1 シンポジウムの開催など、薬用植物の普及啓発事業
- 2 薬用植物園の保全を目的とした栽培体験講座・講習会の開催
- 3 薬用植物の研究成果を応用した栽培技術・加工・流通システムの開発

北里サテライトガーデンとモナの丘



## 北里サテライトガーデンとモナの丘

北里大学と相模原市は平成17年6月2日、薬用植物を通じた連携事業を展開して新たな都市農業の創出につなげる「新都市農業推進協定」を締結しました。この協定による連携事業は、薬学部附属薬用植物園と、新たに学外(相模原市下溝磯部地域)に開設するサテライト型モデル実験圃(薬用植物園)を中心に展開されます。モデル実験圃では、数種類の薬用植物を栽培して広く市民に開放するとともに、薬用植物の保全を目的に栽培技術や加工・流通システムの開発など新たな「アグリビジネス」の創出に向けて取組みます。



実際に体験。結構重い!

## JETRO活動レポート

理事 小島 美佐

2005年11月5日から3週間、西アフリカのナイジェリアとガーナに、シアバターという有用薬用植物の生産に関して、ビジネスの観点から関係者にコメントすることを目的に、日本貿易振興機構(Jetro)の派遣により出張してきました。

シアの木は、アカテツ科の植物で、アフリカ大陸の経度5-15度、国数では16カ国に横断して自生する植物で、シアの木の实から抽出される固形油脂のことを、シアバターと呼びます。アフリカの植物に関して、一般的に援助関係者の間で語られることは、食料安全保障、農民の収入向上、景観や環境の保持ですが、それに対して、アフリカの有用薬用植物の調査研究については支援活動は、これまでは皆無の状態でした。

しかし、アフリカで、「薬はありますか?」と聞くと、「ケミカルをお探ですか?ハーブをお探ですか?」という返事が必ず戻ってくるほど、有用薬用植物を用いた処方は、庶民の生活に根ざしています。そして、シアバターも、その例に漏れません。例えば、サバンナ地域の太陽や乾燥から肌を守る、日焼け対策や保湿、また、新生児の肌のケア。そして、火傷の跡の塗り薬としても、シアバターは、現地の人々の間で用いられます。このような、「万能のハーブ」であるシアバターを生産する農村の収入向上支援を行おうという動きが、最近、アメリカのODAであるU.S.AIDをはじめとした、各国ではじまりました。現地プロジェクトの支援のほか、ニューヨークの見本市に生産者に無料で出展ブースを提供したり、商品開発支援、情報提供用のホームページの内容の充実化などが実施されています。

米のハーブ市場では、「無色無臭」のものより、シアバターのような、「ちょっと色と香りがあり、オーガニックなイメージがある」ハーブを求める需要があるそうで、援助関係者は、そんなニーズと、アフリカの農村開発を結びつけようとしているのです。日本の市場の場合、欧米以上に、日本の消費者は、色や香りといった品質に敏感です。特にその点に関して、今回の出張で、現地の責任者たちと話し合ってきました。生産現場はいたって素朴。屋外で臼と杵で実をペーストしたり、薪をくべて、大釜で油を煮こんだり、あたたか料理を作るかのように、油脂をつくっていきます。それでも、彼女達にとって、シアバターづくりは、子どもの教育費や食費の足しのための貴重な収入源となっています。また、多くの政府およびNGO関係者にも会いましたが、彼らは、「北米だけでなく、ぜひ、日本とも取引をしたい」との強い希望を持っています。

そして、Ayurseedで販売されているシアバタークリームは、日本市場の中での数少ないシアバター製品のひとつです。未精製のシアバターに、マカデミアナッツ油と蜜蝋を加えた逸品です。今回の出張で会った人々の、シアバターにかける情熱を形にするためにも、Ayurseedのシアバター製品のプロジェクトに、積極的に関わって行きたいと思っています。



シアバター作りは、村の女性が主役



岐阜県郡上市のロイヤルガーデンで保存栽培に成功したナスヒオウギアヤメ



栃木県那須町にわずかに残るナスヒオウギアヤメの群落

問い合わせは  
サンシャイン ロイヤルガーデン 代表 関根 潤一  
〒501-5304 岐阜県郡上市高鷲町鮎立6185-70  
TEL: 0575-72-6200、 Mobile: 090-4755-4834  
(本社:株式会社トウメイハウス 名古屋市昭和区白金1-15-2)

## 「ひるがのサンシャイン・ロイヤルガーデンの紹介」

秋濱 友也(元明治大学教授・AYURSEED会員)

21世紀型リゾートのありかたとして稀少植物の保存栽培に協力しながら豊かな自然と共に生活をたのしむことの提案を致します。

ロイヤルガーデンでは、ナスヒオウギアヤメ、ヒマラヤザクラ、そしてカナダトウカエデなどを中心に自然環境の下での保存栽培がスタートしました。

ナスヒオウギアヤメは昭和天皇陛下が栃木県那須町で発見されたヒオウギアヤメの新種であり、絶滅危惧種となっています。幸にもこのリゾート内に造られた棚田で見事に適応し元気に花を咲かせました。

ひるがのロイヤルガーデンは、世界遺産に指定され合掌造りで知られる白川郷、祭りで有名な飛騨高山や郡上市に囲まれたところです(岐阜県郡上市高鷲町)。交通は、JR高山線(美濃太田)経由、長良川鉄道(北濃)駅下車約11KM、車の場合は東海北陸自動車道(白鳥IC)から、やまびこロードを経て辿り着きます。

総開発面積38万平方メートル、約200軒のログホームが予定されています(価額は2,500万~3,500万円が中心)。敷地内には温泉(白鷺の湯)が配られ、特に神経痛・慢性消化器病・皮膚を美しくする効果が知られています。

特筆すべきはセキュリティが万全だということです。最近では名のある別荘地でも留守中の用心の悪さや一戸建の不安が聞かれます。ロイヤルガーデンはサンライズゲートを通るときにチェックするのでセキュリティは万全で、建物管理は年間を通じて行われております。

ロイヤルガーデンでは、棚田のアヤメの里、ゲストハウス(グローブ)、テニスコート、稀少植物の薬草園、ハーブ園が完成されつつあります。また溪流に沿ってすばらしい露天風呂を楽しむことができます。近くに、ゴルフ場やスキー場が活気を呈しており、四季を通じて都会からの家族連れが多くやってきており、アウトドア生活の団欒の拠点としても良いところです。

筆者は、未来型リゾートの考え方として、エコライフの発想の転換が必要だと考えています。アーユルシード生活環境研究所ではモナの丘(相模原市)の活動とひるがのロイヤルガーデンとドッキングさせ、「知的回廊」計画をすすめるつもりです。どうぞ新しい文化人コミュニティに参加して下さいませんか。

## 素顔の会員さまから

エコプロダクツ2005に出展して

石井 智子(AYURSEED会員)

はじめまして、私は昨年夏に入会させて頂きました石井智子です。

私は10代の頃からハーブに似せられ、ハーバルな生活をしている中、取り分けアロマに興味を持つようになり、目下精油の勉強をしています。そんな中、モナの丘で渡邊先生との貴重な出会いがあり、アーユルシードに入会させて頂いた次第です。

さて、今回は昨年12月15日から17日の3日間、東京ビックサイト行われましたエコプロダクツ2005への出展を御報告させて頂きたいと思っております。

エコプロダクツ2005は私たちのような植物を愛し研究活動している小さな団体から、自動車業界までとても幅広い出展者をもって開催されました。出展目的も営業、PR、研究発表、参加価値、とこれもまた幅の広いもので大変興味深いものでした。ブースも業者を入れて施工する本格的なブースから我々のようなテーブル一つが展示スペースと言った最小のものまでスタイルもディスプレイも様々なものでした。私たちの商品アイテムはモナの丘で生産したラヴアンデン(=ラヴエンダーの一種)を中心に精油や、パーム、リップクリームを紹介し、さらに北里サテライトガーデンで収穫した三島サイコの浴剤、三島サイコのドライブーケ、フラワーカードと石鹸などを紹介・販売致しました。期間中は、私たちの活動が相模原を中心としているにもかかわらず、多くの方々にお忙しい中、ご遠方からお越し頂き、心から感謝すると共に、この場をお借りしてお礼を申し上げたいと思っております。

最近では「エコ」という言葉が、日々私たちの生活のなかで、浸透してきているよ



モナの丘のラボでラヴアンデンの精油を抽出する石井会員

うに感じられますが、このエコプロダクツに御参加または、御来場された方々は体で「エコ」と言うものを感じ取られたのではないのでしょうか? 私たちも売り上げ等はさておき、このような形で活動を発表出来た事に、大きな意義を感じるものでした。

私は搬入と搬出を担当させて頂きましたので、実際、開催期間中、ご来場頂いた方々とはお目にかかる機会があまりございませんでしたが、会員の都築君が3日間も店頭での接客及び紹介・販売に勤めて下さいました。その結果、私たちのアイテムにご興味を頂いた方々からは、開催後お問い合わせも頂き、貴重なご意見を伺う事が出来、今後のアイテム開発に数多くのヒントを得る結果となっております。今後はより、安全で充実した植物から生み出されるアイテムの開発をしたいと思います。会員の皆様からのご意見やご要望、そしてアイデア等のご協力を頂ければ幸いに存じます。今回のエコプロダクツ参加により、エコに対する認識を高める結果となり、世界中でこの活動が多くの人の生活を支え、支援している事を知りました。しかし、自分たちの周りにはその活動を知らない人々がまだまだ大勢いらして、私たちはその人々へ向けて、「どんな形にせよ、誰にでも参加する方法があり、又、参加することで自分たち自身も意義を見出せる事」を広く発信していく、必要性を感じています

地球にも人にも優しさのあるこのエコの活動をこれからも考えていきたいと思えます。



エコプロダクツ2005の出展製品の一部



#### 素顔の会員さまから

新分野の研究 新しい時代に対応する生活スタイル

平澤幸治・小林邦子 (AYURSEED会員)

約一年間ほど救急救命のエキスパートである外科医の和合医学講座を受講する機会を得ました。その中で記憶に残る一つの話に、「切り傷からばい菌が入り、化膿して手が動きづらくなった患者を診察しました。化膿部分をさっとメスで切開し、膿を取り除き、数針縫って抗生物質を処方しました。数日後、受診にこられた患者の傷口は綺麗にくつき、「ありがとうございました、先生のおかげです」とおっしゃいました。しかし、私が行ったことといえば、外科的処置をただで、腫れをひかせて皮膚をくっつけたのは患者さん自身です。私はそのお手伝いをちょっとただけです。」という実話です。

生命が本来自らのものとして持っている自然治癒力を癒しの原点におき、この自然治癒力を高め増強することは治癒の基本でもあります。

中国では古くから「病気を治す医者は二流で、まだ患者が病気の自覚のないときに、その兆しを発見し、未病に対して対処する医者が一流・名医」と聞いたことがあります。

自然農法の新鮮で栄養価の高い適量の食べ物、おいしく安全な水、適度な運動、呼吸法、楽しい明るい精神状態、緑が豊かで安らかな環境、これらは養生の条件で、健康の増進、病気予防という点から広く認められていることです。医のエネルギーを高めることが生命のエネルギーを高めるというものではありません。外界のエネルギーをも同時に高めていく必要があります。ここ数年は地球のエネルギーが大きく乱れていることは多くの方が感じていらっしゃると思います。

私たちは目に見えない「気」などと呼ばれる現代科学では解きにくい微弱・微小なエネルギーを研究する『(社)日本緑十字社?国際波動研究所』に所属しています。地球に起きている変化を知り、新しい時代に対応できる自分の生き方を変え、安全な生活スタイルを提案する活動を行っていますが、「人間というのは自然と共にしか生きられない」と(これは神の意志といってもよいのですが)いう認識が大切」とつくづく感じています。

国際波動研究所Webサイト <http://www.hado-inst.com/>

# AYUR SEED INFORMATION

FAIR TRADE  
LOHAS  
5R

## シリーズ・いろんなこと 1

理事 三澤 薫

世の中長く生きていくと、次から次へといろいろ出てきます。難しいことを難しく語るのには、学者や評論家に任せて、ここは、“そうなんだあ”とが “なるほどねえ”なるものをお伝えしてしたいと思います。

賢い皆様なら、“もう知ってる”とかおっしゃるでしょう。でも“ほんとにー?”なんて思ったりして、まずは書いてみます。気に入らなくてもクシャクシャして、地球のごみをふやさないでください。

### エコ生活

“地球環境に配慮して暮らす”数年前までは、こんなフレーズよく聞きました。最近では、もう少しやわらかな考え方『LOHAS』(ロハス)が主流となりつつあるようです。LOHAS=Lifestyles of Health and Sustainability。最初聞いたときは、ロスハムのサンドイッチの短縮言葉?なんて恥ずかしながら思いました。“地デジ”は、TVのCMで見えていますので、若い人との会話でもついて行けます。

LOHAS、いろいろ解釈されていますが、直訳では「健康的で持続可能な生活様式」となるようです。もう少しソフトに表現すると「地球と自分の新しい価値観と生き方」、あるいは「持続可能で、他者を認めるやさしい眼差し」と、実にいい表現をしています。自分にできる範囲で、地球環境に配慮しながらライフスタイルを作る。無理しない、ストイックに我慢しない、理にかなった考え方だと思います。

気持ちいい生活するには、ココロもカラダも快適なこと。環境に負荷の少ない社会であること、などなど。私なりのキーワードで表すと、ココロとカラダにいい食べ物、それはオーガニックであり、食事はマクロバイオティク<sup>(\*)</sup>。分かち合う適正な消費、それはフェアトレード<sup>(2)</sup>、そして資源の有効利用、5R<sup>(3)</sup>。皆さんも、マイキーワードを作ってみてはいかがでしょうか?

(\*)玄米、野菜、海藻類を中心とした食生活のこと。万物には陰と陽があるという東洋の陰陽思想に基づき、陰と陽の食べ物をバランスよく食べる。肉、魚(赤身、背が青いもの)乳製品、卵などの動物性の食品、砂糖、化学添加物の摂取は避ける。身土不二(その土地で採れたもの戴く)一物全体(一つのを丸ごと戴く)よって、環境にも配慮している。

(2)貧困のない公正な社会をつくるための、対話と透明性、互いの敬意に基づいた貿易のパートナーシップです。フェアトレードは、適正な価格で商品取引を継続することで、アジアやアフリカ、中南米などの農村地域や都市のスラムなどに暮らす人々に仕事の機会を提供することで、貧しい人々が自らの力で暮らしを向上させることを支援しています。

(3) Refuse(リフューズ)止める。安くて、不要なものは買わない、買物袋を持参する。Reduce(リデュース)ごみの発生を減らす。Reuse(リユース)再利用。Repair(リペア)修理して使う。Recycle(リサイクル)再利用。

第8回薬用植物シンポジウム 「薬用植物の可能性」  
日時 平成18年5月27日(土) 午後1時~午後5時30分  
場所 北里大学相模原キャンパス 講義棟(L3号館 4F 409)  
定員 300名 ~参加費無料~

新規入会、ご継続更新の皆様ありがとうございました。

### 法人会員様(敬称略・順不同)

株式会社資生堂 株式会社トウメイハウス 株式会社ヤクルト本社  
丸善製薬株式会社 ハイパーブランド株式会社 有限会社ウィル研究所  
株式会社シーズネット C-Z NET 株式会社グリーンピア相模原(モナの丘)  
有限会社 仙人会

### 個人会員様(敬称略・順不同)

秋濱友也 川口基一郎 郷田浩志 小島美佐 田中照子 蓮沼良一  
圓山徳栄 三澤 薫 松田ふみ子 矢原正治 吉川孝文 渡邊高志  
渡辺 保 堀田ルミ子 田淵まこと 市村二郎 加藤千晶 クベル  
ジャン・マラ 坂本真理子 眞部信次 山根典子 大橋則久 都築伸匡  
石井智子 飯田 修 平澤幸治 小林邦子 藤田 修 堀口和彦

### 編集後記

週末は雨模様というので、慌てて桜の花見に出かけました。八分咲き状態を「満開」というのだそうです。晴天です。青空に桜の淡いピンクがよく似合い、うれしいことに富士山までも見える。いや~、すっ、すばらしい!、美しい!、日本に生まれてよかった インターナショナルの活動をしているのに、なぜかこんな時は、「情緒的」。

先日、カナダに住む知人が帰ってきた。「紅葉の「メイプル通り」は素敵でしょ?と聞いたら、「あらっ、そんなところあるの?現地では話題にも出ないけれど」.....」遠くから見る自然、生活の一部である自然。最近自然の中でも事故が絶えません。美しいばかりでなく、厳しいのも自然です。(KM)

~ひと粒の種から始まります~

新会員募集!

アーユルシードへのご要望・お問い合わせは下記事務局まで。

eGAO

We want to achieve the environment that all people in the world can live with a smile.

発行人 松田ふみ子 編集人 渡邊高志



NPO アーユルシード生活環境研究所

事務局 〒255-0003 神奈川県中郡大磯町大磯1022  
TEL/FAX 0463-61-5139  
E-mail ayurseed@labotany.com  
URL <http://www.labotany.com/ayurseed/>

NPO-AYURSEED Life Environmental Institute

Branch Office : 1022, Oiso, Oisomachi, Nakagun, Kanagawa 255-0003, Japan  
Phone/Fax : +81-463-61-5139 E-mail: ayurseed@labotany.com  
URL : <http://www.labotany.com/ayurseed/>

定価 ¥210 (消費税込)