



シードコムス 通信

SUPPLEMENT SHOP

Vol.22

沖縄もめっきり秋の気配。過ごしやすい季節になりました。



ファミリーキャンプでUFO発見!?

初めまして! Web 販促事業部の東江（あがりえ）です。今、がっつりはまっているのがファミリーキャンプ。元々アウトドア派で20代の頃は、釣りやツーリングを楽しんでいましたが、結婚・出産後は子育てに追われ、しばらく無趣味でした。でも1番下の子が3歳になり、子育ても少し落ち着いてきたので、前からやりたかった家族で楽しめるキャンプを始めました。

沖縄本島北部にある、自然豊かなキャンプ場へ家族5人で出かけ、ドーム型のテントを張って、たき火を囲んでのんびりと過ごしています。始めた頃は料理にも力が入っていたのですが、片付けが大変なので、今では焼きそばなど手軽に作れるものを中心に。簡単な料理でも外で食べると何故かおいしく感じるから不思議。何よりもメスティン（飯ごう）で炊いたご飯は最高です。

特に何をするわけでもなく、満天の星を眺めているだけでも幸せな気分になります。先日、いつものように空を見上げていたら、主人が光の点が一列に並んで飛んでいるのを発見! 子どもたちは「UFO?」と怖がってテントに逃げ込みました(苦笑)。後で知ったのですが、イーロン・マスク氏の「スターリンク衛星」でした。日常では夜空を見上げることも少ないので、子どもたちにとって、いつまでも心に残る不思議な体験になりそうです。

キャンプで最も好きな時間は朝。澄んだ空気の中、すがすがしい気分です。新しい1日を迎えることができます。準備から片付けまで大変ですが、息子も「次、いつ行くの?」と楽しみにしているので、子どもたちにいろいろな体験をさせてあげたいと思っています。

そして、子どもたちが大きくなって独り立ちしたあとは、友だちとのオトナ女子キャンプを楽しみたいと思います。



冬にこそ、カリウムを！

「カリウム」をご存知ですか？

カリウムは、私たちの体に欠かせないミネラルの1つ。身体の運動や伝達などにも深く関わっています。日常の食事からも摂ることはできますが、現代の食生活、特に加工食品中心の食事だと、意外とカリウム不足になりやすいんです。

そこでオススメしたいのが、当社の「カリウムサプリ」

業界トップクラスの配合量を誇るこのサプリは、カリウムだけではなく、美容やダイエットに役立つ成分が19種類も入っているんです。特に、冬にブーツを履く機会が増えると、気になるのがタ方のパンパンにむくんだ足。カリウムは、そのすっきり習慣にも一役買ってくれます。

さあ、この冬はカリウムサプリで、より健やかな毎日を過ごしましょう。



沖縄ありんくりん

※ありんくりんは沖縄方言で
あれもこれもの意味

長く愛される「なかよしパン」

各地域には、長く愛されてきた、さまざまなご当地パンがありますが、沖縄にもビッグサイズなご当地パンがあります。

その名も『なかよしパン』。

長方形で長さは30cm超え、カロリーも驚きの1338kcal。このパンが登場した1960年頃は、三世代にわたる大家族が多く、皆でちぎって「なかよく食べてほしい」という思いから『なかよしパン』が生まれたそうです。

ココア生地はやわらかなパンに、バニラ風味のバタークリームがサンドされていて、懐かしい味として大人にも人気のパン。私も時々、おやつに食べることがあります。他にも、チョコやピーナッツ味など、さまざまな味があるので、沖縄を訪れた際にはスーパーやコンビニで探してみてくださいね♪

ちなみに、パンを運搬するトラックにはカエルの「しゅういちくん」がデザインされていて、沖縄県内では高頻度で見ることができますよ。



【発行元】

株式会社エフ琉球 担当：長濱諒 池菜那美（シードコムス通信 編集室）
〒900-0012 沖縄県那覇市泊 2-1-21 尚平ビル 1F
☎098-963-9076 URL: <https://www.seedcoms.net/>

