



シードコムス 通信

SUPPLEMENT SHOP

Vol.28

この季節、沖縄では白い花を咲かせる「イジュ」を見かけます。



生涯楽しめる趣味に出会いました!



こんにちは。製造部主任の金城です。製造に関するあらゆる管理を行っています。仕事では事務所と工場、倉庫などを行ったり来たりしていますが、もともと体を動かすことが好きなので、休日にもアクティブに過ごしています。

まず、早朝 5 時半頃に起きてウォーキングスタート。草花や街の風景などの写真を撮りながら、1 時間～2 時間ほど歩いたら、自宅に戻ってシャワーを浴び、朝 8 時から営業しているカラオケへ。スマホから直接曲の予約ができる「デンモクアプリ」を使って、北島三郎の「まつり」や BEGIN の「オジー 自慢のオリオンビール」など 10 曲以上歌いまくって、ストレスを発散しています。このアプリは歌った履歴が残るので、曲名を忘れても検索ができて便利です。

もう一つ最近始めたのがヨガです。ヨガと言えば女性がするものというイメージがあり、気にも留めていなかったのですが、ある日、スマホをいじっていたら「ヨガ」の 2 文字が目に残り、ヨガ教室を探したら近所で発見。男性でも通えるのか不安でしたが「片岡鶴太郎さんもやっているし……」と、思い切って飛び込んでみたら、はまってしまいました。

最初は「変なポーズだけど効果はあるのかな」と半信半疑でしたが、1 回目から体のゆがみがとれてびっくり。ハードな筋トレと違い、自分の体の重さを使ってインナーマッスルを鍛えるヨガの筋トレは、血流やリンパの流れもスムーズになり、マインドフルネスで精神も穏やかに。心身ともにじんわりと整っていく感じがなんとも言えず、自分にぴったりの「生涯楽しめる趣味に出会えた!」と運命を感じました。これからもウォーキング、カラオケ、ヨガを楽しみたいと思います。

製造部 金城



「がんばりマース」で快適な夏を!

暑い日々を快適に過ごす沖縄人の知恵が詰まった塩タブレット「がんばりマース」を紹介します。

この小さなタブレットには、沖縄の愛情がたっぷり。材料に使っている沖縄産の塩と黒糖は、味だけでなく体に必要な電解質を補う役割も担い、クエン酸・ミネラル・ビタミン・BCAAが、毎日を元気に過ごせるようにサポートします。形状は、暑くても溶けにくいタブレット。気軽に持ち歩けるポケットサイズで、いつでもどこでも暑さ対策が手軽にできる、そんな心強い味方です。

昨年誕生した沖縄産アセロラを使用したアセロラ味は、酸っぱさと甘さのバランスが絶妙で、暑さを忘れさせる爽快感が好評。さらに皆様の声にお応えして、トロピカル感あふれるパイン味、沖縄を代表する柑橘類のシークワサー味、そしてすっきりとしたソーダ味が新たに仲間に加わりました。

どの味も、沖縄の自然を感じてもらえる味わいに仕上げました。

暑い季節を快適に過ごせる「がんばりマース」ぜひ一度お試しください。



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

傘をささない、沖縄の人



【発行元】

株式会社エフ琉球 担当: 長濱 諒 (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

