

# 日本胡麻協会 会報

【第4号 2014年3月1日発行】

〒604-0845

京都市中京区烏丸御池上る 二条殿町546

NT都ビル9階 わだまんサイエンス内

TEL: 075-222-7318 / FAX: 075-222-0318



一般社団法人  
日本胡麻協会  
Japan Sesame Association





ごまは心の栄養素

一般社団法人 日本胡麻協会  
理事長 深堀勝謙

## 違いこそ世界平和

なぜ人間にはそれぞれ得意な事、不得意な事、性格、  
価値観が存在するのでしょうか。  
きっとそれは、自分という命の在り方を輝かし、  
生かすための贈り物なのかもしれません。

## 『小さくても存在感』

石田 敦子

セサミマイスターの皆様、毎日ごまは召し上がられていますか？

ふかほりのあやめ工房では、ランチタイムは『ごまバイキング』が定着しています！といっても、金つきたてごまと黒つきたてごまのみですが。（笑）

でも、習慣っていうのはすごいもので、当たり前になると誰が言うでもなく、お弁当タイムになると、テーブルの中央にごまの瓶が置かれるのです。お弁当のご飯は、『ごま』の指定席とばかりに『白飯』です。コンビニのサンドイッチにも、開いてごま投入。『開けごま！』の、まさにごまパワー。

そのせいかな？みんな風邪知らずの元気な女性ばかりです。しかも、みなさん力持ち！（これは関係あるかどうかはわかりません…私の主観です）ただ、みなさんごま生活を続けてから肌が綺麗になったことは間違いのないと思います。（美白は別ですが…美白になれば、さらに向かうとこ敵なし！の胡麻美人！の素なんですけど）

ちょっと自慢させてください。私の肌のコラーゲン量は、平均値よりはるかに多いのです！

胡麻美人のレシピを見ていただければおわかりかと思いますが、『楽しんで美味しい！』が私の基本です。食べるだけでなく、お肌のお手入れも、自慢じゃありませんが、洗顔後のスキンケアは全くしていません。（根がズボラなだけかも…（笑））なのに、このコラーゲン量が多いというのは、『ごま』以外に考えられません。すでに6年間、かかさず食べていますから。

理事長がツヤツヤ（テカテカ？）なのも、ごまのパワーであることは間違いありません！だって、お客様から言われていますから。

ぜひ、皆様も毎日続けて、ごまのパワーを感じてください。

3月15日は、比叡山と琵琶湖を眼前にたたえた新しいあやめ工房でごまフォンデュを一緒に楽しみませんか？

ご参加のご連絡、お待ちしております。

新井和子

こんにちは。インストラクターNo M09009の新井和子です。  
お友達の染木さんの紹介で胡麻ソムリエ深堀さんと石田さんにお会いして、セサミマイスターって何だろうと思いながら、よくわからずにおもしろそうなので試験に申し込みをしました。あれから、もうすぐ5年になります。胡麻を通していろいろな出会いがあつてますます胡麻が好きになっています。

最近、特に気に入っている商品は黄金焙煎ねりごまです。我が家ではキムチ鍋に入れます。こくが出て味に深みが増します。お試しください。

それから、いつもお世話になっている主人にと思い、先日 GOMA ショコラを買いました。バレンタインデーにあげようと思っていましたが、バレンタインデーの一週間前に GOMA ショコラが私の手元に届きました。すごくきれいなラッピングで、思わず開けてみようと主人にお願いをして、開けたらチョコレート好きな私は1個2個…とほとんど私が食べてしまいました。バレンタインデーのプレゼントにはなりませんでしたが、とてもおいしかったです。5種類のチョコの中でも黒ごまと金ごま油が好きです。これは定番にして欲しいくらいです。

寒い日が続きますが、ごまパワーで元気に乗り切りたいと思います。皆様も胡麻を食べて元氣げんきでありますように。