

季刊誌

文彦通信

発行元 エグチ宅配センター TEL・FAX 0952-66-5613 小城市牛津町5-14



柳川先生出席の集まり... 佐藤先生は血に料理と... Merry Xmas

人間理想像!

佐賀大学 佐藤三郎様

今年もいつのまにかもう年の暮れとなりました。1日の何んとも早いことでは... 皆様におかれははいかがお過ごしでしょうか。

毎度エグチ宅配をご利用賜りまして有難うございます。又年間を通じましてご愛顧いただきまして重ねて御礼を申し上げます。季刊誌発行より一年を過ぎて皆様方よりいそいそとご意見原稿等いただきました。第5号の発行となりました。よりわかりやすく親切に互いの絆をつなぐべく季刊誌の発行を実施中であり、良かったり悪かったりしながら今後も発行する所存であり、何卒皆様のライフスタイルに幸あがり事を願うばかりであり、ハード面では健康を助成致す商品の提供をし、ソフト面ではお客様を喜ばせる事が出来る個性を有し活動中でございます。小さな事でも当方に於ける事なう対応をさせていただきます。何卒よろしくお願い申し上げます。さて今年を多岐振かえりまると、お客様の御支払も自動払込システムへと変更させていただきました事をご協力ご理解を賜りました。おかげ様で大変感謝を致して有難く思います。一つ時代の流れに乗る様に思っています。常に元気で明るく謙虚な姿勢で宅配業に邁進し高齢化社会への宅配企業として世の中へ貢献する所存です。皆様方の平成二十二年に御まして、更なるご発展を願ひまして、ごあいさつと致します。平成二十二年度も何卒よろしくお願ひ申し上げます。エグチ宅配センター代表 又彦

柳川春巳さんの伴走を始めて勤めたあの日... 996年のゴールドメダルリスト柳川さんと始めてお会いしたのは... 船津静哉さんの紹介からでした。それまで柳川さんばかりで、ランナーで、とても自分が伴走相手を勤められるとは思っていませんでした。引張るくらいませんか?と言われた時、その清楚さを感じ、又自分もボレーンティアに興味を持ちましたので一発返事で良いですよ、いそいそとお答えしました。柳川さんはその週から合宿があるとかで東京に出発し結局自分が始めて伴走したのは3週間後の6月30日だったと記憶しています。まのどこを一緒に走ろうかと悩みましたが、一人で行くには思い切りの要る林道で、古湯温泉を発着点とし市川から天山スキー場を折り返し、謙原を経て古湯温泉に至る林道天山謙原線(20)と決めました。初めての伴走で林道々々があるはいないといふコースの下見をし、初めは乗用車で、2回目にはジョギングで行い、ようやくやく自信を持って当日を迎える事ができました。ところが、古湯から天山スキー場までは休む暇も無い厳しい登り坂が続きます。『もういから歩きましょ!』となくく言い出せば、正に『歯を食いしばり走り続けました。後から柳川さんから『チッ、チッ』と聞かされ、同じなんだと胸を撫で下ろしたのを鮮明に覚えておきます。それ以来、3年間、火曜日の6:00~7:00時を中心に、ジョギングの話題や時に人生論、政治論で盛り上がりながら、雨の日も雪の日も、健康で走り続けられることと誇り、それと仲間が、感謝しながら伴走は続いています。平成21年11月30日

商品コーナー

- クイズの解説 (新刊9月号) 楽は苦の種、苦は楽の種。今、楽を求めればのちに苦境をなげればならぬ。今苦境に陥れば、おかげは将来は楽をすることが出来る。
- ◎ 健康な体づくりのためには栄養バランスのとれた食事を規則正しくとることが不可欠で、食品の機能には以下の機能が重要。
 - ① 二次機能 - 生命の維持に欠かせない
 - ② 二次機能 - おいしさの感覚を養い
 - ③ 二次機能 - 病気予防や健康増進
- ◎ 牛乳パワフル紹介
 - ① 体脂肪率減少 - 栄養素を吸収
 - ② コレステロール抑制 - 牛乳の乳清(ホエイ)たんぱく質はコレステロールの合成を抑制する機能を持つ
 - ③ 鎮静機能 - 牛乳に含まれるトリプトファンは弱、誘眠作用を有する
 - ④ 整腸機能 - 牛乳に含まれるオリゴ糖は腸内フローラを整える効果が期待出来る
 - ⑤ 血圧調整 - 牛乳たんぱく質のカゼインが分解することで、血管には高血圧を予防する成分が豊富
 - ⑥ カルシウム吸収促進 - 毎日の牛乳習慣で骨太生活
 - ⑦ 免疫調整 - 牛乳に含まれるたんぱく質には免疫機能を高める働きがある
 - ⑧ 感染症予防 - 牛乳たんぱく質