



# 心地よい毎日への習慣

『毒だし習慣』  
をつけよう!』

体内にたまった毒素(アーマ)は  
病気や老化を進める原因になります。  
毒素は多かれ、少なかれ、誰にでも  
たまっていきますから、きちんと体外に  
排出することが大切です。



無理せずおいしく食べて毒素を浄化しよう!!

毒素はもともと食べ物ですから、基本的には消化することができます。「よい食べ物」を選び、「食べ方」のルールを守ることが大切です。白湯やしょうがを使って消化力を高めるのもよいでしょう。ただし、今までの食生活を変えるに当たって注意してほしいことがあります。それは、「無理なことはせずにおいしく食べる」こと。いずれも毒素を取り除くための優れた方法なので、あれもこれもと欲張らず、できるものからはじめましょう。まずひとつを選び、それを1週間、2週間と続ける。必ず毒素が減ってきます。からだの言動がよくなり、気持ちが前向きになるでしょう。すると今までできないと思っていた内容ができるように思えてきます。そうしたら、無理なくできそうな項目をもうひとつ選んで実行します。こうして、少しずつ心とからだをととのえていきましょう。毒素が減りしてくると、からだに痛みや疲れがでてきたり、気持ちが不安定になる、古傷が痛む...などの現象が起こることがあります。これは「好転反応」といわれるもの。毒素という重石が取り除かれることで、からだが今まで竟言説していなかったストレスを捨てられるようになるのです。毒素が浄化されれば正常に戻ります。もし、好転反応が辛い場合は、毒だし習慣を一度ストップしてからだを休めましょう。毒素が浄化され、消化力もとどってくると、食事がおいしく感じられ、食べすぎることもなく心地よく食事を終えるようになるでしょう。

## =よい食べ物を選ぶ=

- 👉 食べたいものを食べる
- 👉 できたての温かい食事を食べる
- 👉 油は適度に使う
- 👉 毎食、6つの味を「甘・塩・酸・辛・渋・苦」
- 👉 生ものはたくさん摂りすぎない
- 👉 食べ合わせにも注意
- 👉 旬のもの、土地のものを多く摂る

## =食べ方のルール=

- 👉 食事は毎食、規則正しい時間に
- 👉 昼食を一日のメインの食事に
- 👉 前の食事が完全に消化されてから次の食事を
- 👉 落ち着いた環境で、座って食べる
- 👉 よくかんで、腹八分目を心がける
- 👉 飲み物の摂り方に気をつける
- 👉 寝る前には食べない

# さのアジアで月みて考えた。

その14  
インドで  
みんな生きている

10月、インド東海岸、ポリー。カルカッタの安宿街を浸水させる雨季の終りの大雨をギリギリ逃れたどりついたヒンドウの聖地。サイクルリクシャーに乗って街外れの海辺に建つ。バックバック-御用達の宿に着くと、茶色でマッスルな大型よりの中型犬が吠えてくる。その声も聞きつけて宿の人が出て来た。部屋は有るという。リクシャー-ワラーに支払いをすると、珍しく金額でこぼることもなく、そそくさと行ってしまった。どうやらこの犬が苦手だったらしい。犬の名はトラ。実はトラ、宿の家族以外のインド人が来ると吠える、外国人には初めての人にも吠えない。特にしつけられてはいないのだが、主人の事情を察しているらしい。でもトラは主人よりゲストが好き。時々おやつをくれるから。

この宿には他に雌牛が2頭と仔牛もいて、牛舎は1階のゲストルームの一角にある。大人の牛は毎日中外に出され、自力で道端の草などを採って歩くのだが、夕方の帰舎までに2度自主的に宿の前まで戻ってくる。まず、ゲストのお昼時。この宿のお父さんは元ホテルシェフで、供される食事はとても美味しく、ほとんどのゲストがここで食べる。食堂は、玄関脇の土間で、外と板塀で隔てられているだけ。初日の昼食、(せ)が板塀の側に座って食べていると、塀の隙間から、まんじりともせずこちらを見つめる黒い瞳が目にいった...。お昼のデザートは毎日バナナなので、その皮をもらうべく待っているのだ。塀のすき間から皮をもらうと、またどこかへ出かけて行く。2度目は、昼食用のお米のオネバが中庭に出される時間。インドあたりでは、お米は茹でて、上澄みのオネバをすする。牛たちはこれに合わせて戻ってくる。主人が木戸を開けるやいなや、脇目もふらず牛突猛進で突入し、中庭で素焼きのつぼに入ったオネバをジヤビジヤビと飲んでいく。この時、土間の通路に(ま)と立っていたりすると、牛に突ゲキされることになるので要注意だ。この牛たちはバナナの皮ごときでゲストになついたりせせず、そつけない。

そしてもう一匹、マングースのケイコ。このこは、中庭の奥、宿の2階へとつづく外階段につながれていて、(せ)が階段を下りてくると、ひよこと後足で立ち上りこちらを見る。鼻先を舐めてあげると気持ちよさそうに目を閉じている。ケイコのいつものご飯は、ミルク粥。マングースって肉食ではなかったか？タマゴとか食べたりする？立派な牙もあるし...と思ったが、この宿の家族は肉食しないし、ゲストのご飯も基本菜食なので仕方ないのか...。しかし、機会がきた。特別注文メニューに“タマゴプリン”と書いてあったのだ。お父さんの作るナキエラルアプリンは、リッチで絶品。あのそつけない母牛のミルクも一役買っている。最速ケイコに一口あげてみると彼女は、ガルルー、ガルルー、と、聞いたことのない声をあげながら食いついている。きくと、“こんなうまいもん、この世にあつたんやー!”と叫んでいるにちがいない...。ケイコはマングースはタマゴが好き。そしてケイコは、トラの次にゲストにフレンドリー。そんなこんなで彼らゆえに(せ)はこの宿に思いもかけず長居したのだ...。

旅の記憶は、出会う人たちとの関わりで、良くも悪くも色とりどりし、旅の風景に生きものたちが加わると、より愛しいものになるらしい。

(注)カルカッタは今ほコルカタというようです。  
英名を使うのをせめたのね。

吠える犬といえは“タイ北部の山村の宿にいたネンという犬(姉)。アスリートで太りになるアネが犬だった。このコが唯一吠えかかる存在は...村の囲いの山に住む山岳民族。村へ下りてきて宿の前の路を歩いているとネンは激しく吠える。

おまけ  
宿の女主人に “不思議だねー” といふと、彼女が “彼ら犬を食べるから、特に黒犬ね。ネンも黒犬だからDNAの中の先祖の記憶がよみがえらんじやない?” とのたまった。

変な多肉植物を入手しました。育て方が知りたい...  
Pleiospilos  
金和の桃太郎という  
リト-フスと 同じ脱皮するやつですか??

# 今日も元気!! ペンギン博士。

2026年3月4日号



野村養蜂園さんが  
昨年末に閉業。

今まで約30年に渡り  
非加熱はちみつや  
しょうがジャムで  
お世話にな  
っていた

野村さん、長年お世話になり  
本当にありがとうございました。

皆さま、こんにちは。

今回は、  
商品についての  
お知らせです。

一気に  
はちみつの種類が  
少なくなりましたので

〜イタリア産 オガニック  
生(非加熱)はちみつ〜

詳しくは  
今号はるびで  
紹介している  
のでみてね。

ひとまず  
海外のオーガニック生はちみつを  
数量限定で仕入れました。

アカシアはちみつのみ  
若干在庫が  
ありますが  
こちらでも  
なくなり次第  
終了となります

2月上旬  
時点

それにより

北の大地  
はちみつ

紀州山  
はちみつ

レンゲ  
はちみつ

みかん  
はちみつ

は、数量限定で  
今後も継続して  
いきます。

※季節商品等の為  
在庫終了後は  
7月前後の  
入荷となります。

サイズは小ぶりですが  
三重県産生はちみつも  
美味しいので国産好きの  
方はこちらもどうぞ♡

Shinryoku no Koro  
新緑のここのはちみつ  
三重県産  
130g 1,200円

Wakaba no Koro  
若葉のここのはちみつ  
三重県産  
130g 1,200円

今後も引き続き、美味しい生はちみつを  
探していきます。

〇〇の  
生はちみつ  
美味しいよ

△△の  
生はちみつ  
大好き♡

オススメの生はちみつがあれば  
教えて頂けると嬉しいです。

など、

# りかおの これ試してみた

洗濯のプロも  
納得の洗浄力!!  
善玉バイオ  
浄 (ジョウ)

皆さま、こんにちは。

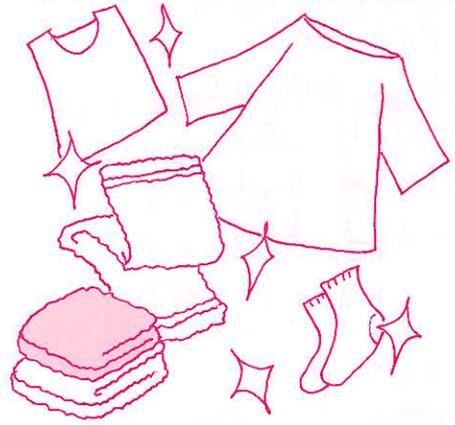
今回は、発酵と酵素の力で洗う地球に優しいエコ洗剤  
「善玉バイオ浄 (ジョウ)」をお試しさせていただきました。



善玉バイオは、日常生活に欠かせない発酵菌などから  
取り出した 洗浄能力を高める 特殊酵素なのだそう。この善玉バイオが 汚れを包んで はがし 落とし してくれ  
しかも 衣類の表面を覆い、汚れの再付着を防ぐとか。  
なので、すすぎ1回でもキレイに仕上がるんだそう。そのうえ、洗濯槽も善玉バイオでキレイにしてくれるので  
臭いやカビを防いでくれるとか。以前 洗濯槽キラーを  
お試しさせていただいてから 洗濯槽の汚れを意識  
していたので、これは すごく魅力的です。



1.3kg 1,480円



早速 お試しさせていただきました。洗剤を専用の計量スプーン  
で入れ、いつものように洗濯。最初の感想は、汚れも  
ちゃんと落ちていて、良い感じだな〜くらいでした。しかし  
何回か使っているうちに あれ? タオルがキレイだな〜  
しかも 柔らかい気がする。調べてみたら 黄ばみの一因となる  
残留した界面活性剤を取り除き、酵素の力で強力洗浄し  
本来の白さを取り戻し、余分な成分を残さないの で 徐々に  
繊維が立ち上がり、繊維本来の柔らかな仕上がりになるそう。

そして一番感動したのは臭い。以前は、乾いた後もなんとなく臭う気がしたのですが  
今では全く気になりません。冬は部屋干しをすることが多いので嬉しい限りです。  
酵素の働きは、温度が上がるとパワーアップし、更に皮脂や汚れを分解するそうなので  
タオル類は 40℃程度のお湯でつけおきしてから洗濯するようにしました。

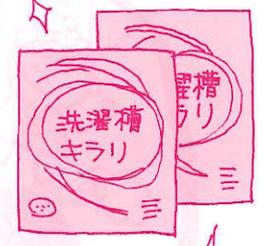
ドラッグストアなどに売っている洗剤と比べるとお値段が少し高いなと思っていましたが  
1回 20g 使うとしての1回あたりの費用は 23円弱 (横込み)。すすぎは1回でOKだし  
柔軟剤を使わなくても柔らかい。そして洗濯槽の汚れを考えると、あれ? 高くないな  
と感じました。何より洗浄力と臭いがないのがとても気に入っています。☆

衣類にも お肌にも 環境にも優しい洗剤を探している方  
洗濯物の臭いが気になる方は、ぜひ試してみてください。

洗濯槽の汚れが気になっている方は  
「洗濯槽キラー」でキレイにしてから試してみてくださいね。



洗濯槽  
キラー  
400g x 2



1,480円 ☆



# インド占星学

NO.94

ペンギン博士  
ジョーティッシュを語る

この原稿を書いている1月末、衆議院選挙中。原稿が印刷される頃には結果がでているのですが、どうでしょうか。今回は総理大臣の高市早苗さんのチャートを見ていきましょう。

高市さんの出生日は1961年3月7日、奈良県、午前5時ごろ生まれたとする情報がネットに掲載されています。ただ、この元は、ご自身の15年ほど前のコラム

(昨夜、時計の針が12時を指したときに、主人が「もう3月7日になったよ。お誕生日おめでとう。」と言ってくれたのに、私が「生まれた時刻は早朝だったはずだから、あと5時間くらいは49歳なんやっ」と言い返したものですから、主人はあきれ果てたような顔をして「往生際の悪い奴」とひと言。)

なかなかいいお話ですが、この話から午前5時となっています。奈良県の3月7日頃の日の出時間は午前6時20分頃になりますので、少し明るくなる午前5時頃から日の出前頃までを早朝というようですので、5時とは限りません。5時とすると、上昇星座は山羊座、5時21分ちょっとで水瓶座に入ります。太古インド占星学の古典では、

山羊座上昇星座の人は、一般的にやつれて弱々しく、太っても筋肉質でもなく、やせている。体格は年とともによくなる。高い鼻と深くくぼんだ目。バサバサした髪。経済的で、慎重で、理性的で、思慮分別があり、実践的な性格。秩序整然とし、遅く、安定し、忍耐強い。計算高くビジネスに向く。山羊座生まれの人は即断できる。押しと自信がある。組織を作り出す特別の能力と大きな忍耐力がある。上昇星座が悪い影響を受けていなければ、正直で、誠実で、頼もしい。多くの障害、困難、妨害に出会う。しかし、それらに打ち勝てる。よく働き、遅かれ早かれ地位を固めることができる。一般的に晩婚であるが、よい夫(妻)で、多くの子供の父親(母親)となる。

水瓶座上昇星座の人は、一般的に背が高く、大きな体型で、強い。肌は白くハンサム。知的。性格を読むのが上手い。よく考えてから、注意深く行動する。理解するのは遅いが、一度習得すると、容易に自信を持ってこなす。広い視野と豊かな包容力。利己的でない、人間味溢れた人。上流社会に入る。道徳家。素晴らしい直観能力がある。伴侶が同じように聡明なときのみ、水瓶座生まれの人の結婚生活は幸福になる。不変の愛があるが、表現しない。

この二つの星座は共にその支配している星が土星ということもあって似ています。それでも、高市さんの場合、水瓶座に太陽が入っている関係で、この星座を第1室にすると、意志の強いリーダーになるのですが、山羊座と水瓶座、どちらでしょうか。いずれにしても、今後数年間、彼女は苦勞の多い時期になりそうなので、首相を続投するにしてもやめるにしても、頑張り時のようですね。色々妄想して楽しむペンギン博士でした。



## グローバルヤギのお知らせ

毎月5日間2グループ10人のポイントにより、  
継続して、グローバルヤギが行われています。  
グローバルヤギは全世界を対象にしていますが、  
ご協力頂いている方にも良い影響があると、  
知られています。ぜひご協力ください。

【グローバルヤギ専用口座】三菱UFJ銀行 桑名支店 普通1282020(有)アムリット

# ペンギン博士Q&A

No.4

アムリンちゃんクイズの「ペンギン博士に聞いてみたいこと」にご記入いただいた質問の中から、いくつか選んでペンギン博士に聞いてみました！しばらくシリーズ化して他の質問も順番に掲載予定です。次回もお楽しみに！

## Q 1. おすすめのカレーについて (H.T様からのご質問)

ペ: オススメのカレー屋さんは何店かありますが、比較的自宅近くのネパールの方達が作られているお店に行くことが多いです。そこではいつも豆カレー(辛さ普通)を注文しています。

家で自分で作る場合は、毎回ムングダールを入れています。味付けは、アムリットで販売している「スパイス香るカレールウ」が簡単でいいですよ。

ちなみに、インド現地でカレーを食べる場合、外国人向けのカレーは辛いカレーがでてきますが、実際に現地のインド人はそこまで辛いカレーは食べていないそうです。

## Q 2. アーユルヴェーダの本は何冊もってるの? (B.K君7才からのご質問)

ペ: 何冊か数えたことはないけれど50冊以上はあると思います。英文が主ですね。読んでいないのも多くて、何か知りたい時に開くといった感じで辞書的に使っています。ハーブの本はもう少しあります。最近は本で調べなくてもネット上に情報がのっているので、あまり有効活用はされずに、本棚の飾りになっています(笑)。

## Q 3. 純銅マグカップお通じにいいのですか。入れてすぐではだめですね。(M.M様からのご質問)

ペ: インドのアーユルヴェーダでは、一晩つけた水を朝飲むことを勧めています。個人差があると思いますが、お通じに良い方もいます。やはり銅イオンがある程度水に溶け込む必要があるので、カップに水を入れてすぐ飲むのでは効果は薄いかもしれませんね。反対に、一晩以上つけると緑青が出てきて錆びてしまうので、一晩以上はつけすぎない方がいいと思います。

新しいキャンペーン  
できましたよ~!

はじめて応援  
キャンペーン

初めて(有)アムリットで  
お買い物する方に♡



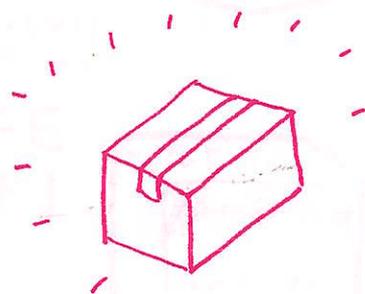
毎月10~15日に発送の

新規ご購入者さま

通常送料700円のところ、

商品代金5,000円以上ご購入で

**送料無料!** (通常は10,000円以上)



# スツキリ内側ケア



**ゼトックス** 50ml 3,900円

デトックスを助けるゼオライト配合飲料  
体の中をクリーンにするサポートを♪

- ・島根県産高純度ゼオライト100%。
- ・天然素材のフルボ酸と共に天然ミネラル水配合
- ・無味無臭、透明色
- ・口腔内、または飲み物にスプレーしてどうぞ!



**ア-マクリア** 120粒 3,700円

ア-ユルヴェーダ由来ハーブが、増悪したア-マを効果的に取り除く!

◎ア-マとは?  
ア-ユルヴェーダでは「未消化物」や「毒素」のことを指す。食べ物や完全に消化されずに体内に残ったものによって、心の未消化な感情も含まれます。



**トウルシーハーブタブレット**

インド産 60粒 2,400円

別名ホーリーバジルとして知られる  
サンスクリット名は「比類なきもの」  
インドでは「健康と平和をもたらすハーブ」  
カラダの元気サポート也。  
のどや気管系サポートにも!



**ニームハーブタブレット**

インド産 60粒 2,400円

ア-ユルヴェーダでは「神の木」と呼ばれるニーム  
ウ-タを鎮める  
どんな環境でも元気に乗り切り、  
活動的な毎日を送りたい方へ  
お肌のサポートにも

# 生姜でぽかぽか習慣



**蒸し金時ショウガ** (粉末)

ミャンマー産 100g 3,240円

農薬・化学肥料不使用  
金時生姜100%。  
一般のショウガと比べて小型で香りが強く  
辛み成分のジンゲロール類が約4倍  
蒸すことで、ジンゲロールからショウガロールに  
効率よく変換、茶サジ1杯を目安に飲み物  
などに混ぜてどうぞ。



**ひふみセット** 80g 1,080円

クミン・ジンジャー、コリアンダーの  
3種パウダーをミックスしたセット。  
お腹の調子を整えるサポートを♪  
食後にお白湯と共にそのまま  
パクッとどうぞ♡



**ヨギティー  
レモンジンジャー**

アメリカ産 16TB 1,512円

消化を助け、胃の痛みを  
和らげる  
お腹の健康サポートだけでなく  
身体を温めたり、気分をスッキリ  
させたい時にも。



**農薬を使わずに育てた  
生姜紅茶**

ケニア産 20TB 464円

農薬を使わずに栽培した  
フレッシュな香りの淹みをおさえた  
ケニア紅茶に、ピリッとスパイシーな  
有機生姜をブレンドした紅茶



# 春の元気を チャージしよう!



## いちごの約束 5g×36包 4,320円



『いちごの目覚め』は、5g×36包 4,320円  
2月上旬現在欠品中(入荷時期不明)です在庫状況は、アマリットWeb上、もしくはお電話等にて、お問合せください。

原材料:無農薬いちご、てん菜糖、オリゴ糖、米粉、酵母、ビタミンC  
完全無農薬の完熟いちごも無添加で  
酵素発酵、手軽に美味しく1包で1日分の  
ビタミンCと葉酸をサポート!!

### 『いちごの約束』の魅力



- ① 素材の質のよさ  
土づくりから3年3ヵ月かけて、農薬も化学肥料もいっさい使わずに育てあげたいちごだけを使用しています。  
真っ赤に熟し、宝石の如くに光り輝くいちごを丁寧に摘み取り、添加物はいっさい加えずに酵素発酵させています。
- ② 美容成分たっぷり!  
ビタミンCのほか、美容や生活に必要な葉酸、さらには、アントシアニンやいちごポリフェノール、いちご種子エキス、女性に嬉しい成分内容です。
- ③ カラダのめぐりをスムーズに、気持ちもクリアに!  
いちごの約束の酵素は、ビタミンやミネラルの合成を助け、体内環境のバランスをサポートするため、いつまでも若々しい体づくりと美肌キープに役立ちます。



## 高吸収型亜鉛 50ml 2,700円

某日間限定販売

## マルチミネラルビタミン 180カプセル 9,504円



原材料:塩水湖水低塩化ナトリウム液、グルコン酸亜鉛、グルコン酸銅、ビタミンB6 (ピリドキシン酸)、クエン酸  
※開封後は要冷蔵

### 亜鉛

- ・皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
- ・たんぱく質・核酸の代謝に関与して、健康の維持に役立つ
- ・味覚を正常に保つのに必要な栄養素です。



### こんな方におすすめ!

- ・肌や髪を健康を保ちたい方
- ・食生活が不規則な方
- ・美容に気を遣う方
- ・成長期のお子様やスポーツをされる方
- ・カプセルや錠剤を飲むのが難しい方

1日10滴を目安にお飲み物などに混ぜてください。



原材料:ビール酵母、グアガ、パニキ種子、セサミン、アマラ、ホーリーバズル、からし菜、ヤシ油、ヒマワリ種子、グレープフルーツ種子、ケルプ、サゴヤシ、ローズヒップ、アセロラ、牡蠣殻、ブロッコリ、タマネギ、アルファルファ、キャバツ、オーツ、HPMC(植物性生カプセル)

### マルチミネラルビタミンは安心・安全・高ポテンシャル

♡植物を優しさをカプセルング"お子様も安心して召し上がって頂ける"

植物性素材カプセルに入った粉末タイプ。ビタミン独特な匂いも少ないです。

♡驚きのポテンシャル  
ビタミンC500mg、葉酸400μg、セレン100μgをはじめ、従来、同タイプサプリメントでは考えられなかったポテンシャルを実現!!

# 売れ切れぞめん



最後の  
チャンスだよ!

## アレルギーヘルス

60粒 7,560円 → 5,000円



原材料: カリジリ、マリーゴールドの花、ツボクサ、サンゴ、ヒマワリ、フェネル、ブドウの皮のエキス、昆布  
賞味期限 26.5.31 ~ 8.31  
季節、環境、食物に対して敏感な方のためにブレンドされた古代ア-ユルヴェ-ダ食品。

## インナースキン

### ビューティー

60粒 7,560円 → 5,000円



原材料: アムラ、セイタカミロバタン、ターメリック、フェネル、ニンニク、松脂、ガムググル、シナモン  
賞味期限 26.5.31  
素肌美人になりたい方に、美しいお肌は内側の若さに依存しています。ア-マの気になる方、体がだるい方に。

## レバーヘルス

60粒 7,560円 → 5,000円



原材料: イボツラフジ、バニカスミ、天然炭酸カリウム、ニーム、セイタカミロバタン、アムラ、ガムググル、ハチマ、松脂  
賞味期限 26.5.31  
「飲み過ぎ、食べ過ぎ」  
睡眠不足で疲れ気味の方、またはそれによってお肌が荒れている方に

どれでもお好きな組み合わせでOK!!



超!!  
破格

通常価格

1個 7,560円 → 5,000円

通常価格

2個 15,120円 → 9,000円

通常価格

3個 22,680円 → 12,000円

全ての割引対象外となります。

## パールカルシウム

120粒 3,400円

原材料: 貝カルシウム、砂糖、PVP、タルク、ミント



1日2~3粒を目安にお召し上がり下さい。

真珠を生み出すアコヤ貝の貝殻を原料に、伝統的なア-ユルヴェ-ダの技法でもある、「バスマ(焼成)」を用いて製造された天然カルシウム剤です。吸収されやすく、カルシウムが不足気味な方や脳焼けが気になる方にもお勧め。ミントの風味ですっきりとおいしく食べられます。

好評販売中

## 真空カルシウム

150g 4,536円

原材料: 貝カルシウム、金粉



体に吸収されやすいあらね型の炭酸カルシウムです。北海道八雲地方で採れる貝化石に、金粉をプラスしました。年齢を問わず、骨に悩まれている方に好評です。

1日の目安は、添付スプーン(大)ですり切り1~1.5杯、水、ぬるま湯に混ぜたり、ご飯を炊く時や料理に少量加えても!!

# 春のごきげんケア

**アレルギ-ヘルス**  
60粒 ~~7,560円~~ → 5,000円



特別価格のため、全ての割引対象外となります。

原材料：カリジ-リ、マリーゴールドの花、ツボクサ、サンゴ、ヒマワリ、フェンネル、ブドウの皮のエキス、昆布

季節、環境、食物に対して敏感な方のためにブレンドされた「古代ア-エルウエ-ダ」食品です。1日2回1粒づつを目安にお召し上がりください。

スタッフのまるちゃんもガリガリ噛んで食べるそうです(笑)

**杉檜茶** 29×10P 454円



原材料：ほうじ茶、杉茶、檜茶  
※原料に花粉は使用していません

昔から春山に入る山師は杉を煎じて飲んでいたのでいいです。それは、杉を飲むことで、外からきた杉の花粉をカラダが異物と感じさせないようにするからだと言われていす。その古くからの知恵を活かしてつくられたのが「杉檜茶」。ほうじ茶をベースに、100%無農薬、国産の杉茶と檜茶を配合しました。

**ローズオイル**  
15ml 1,628円



ふんわり綿棒 15本入り

全成分：ごま油、卵殻膜、プロポリスエキス、チャ葉、セイヨウハッカ油、ユーカリ葉油、ティーツリー葉油、トリグリセリル、エタノール

ローズケア用の「ローズオイル」は卵殻膜とオイルのカで鼻を保護し、ペパーミントですきり、鼻の乾燥を防ぎ保湿します。使い方はシンプル!! ふんわり綿棒にオイルを5~10滴つけて、左右の鼻の入り口にオイルを塗布するだけ!

**PKオイルスプレー**  
150ml 3,300円



全成分：ごま油、プロポリスエキス、チャ葉、セイヨウハッカ油、ティーツリー油、ユーカリ油、トリ(カプリル酸/カプリン酸)グリセリル、エタノール

99%自然由来成分で作った口腔保湿スプレーです。口内が乾燥すると虫歯や歯周病の菌が繁殖しやすく、また風邪やインフルエンザにかかりやすい環境になります。お口にやさしい自然由来の成分で口内を清潔に健康な環境に整えましょう。口腔内に2~3プッシュするだけ!

## 春カパに...

**カパクリア**

120粒 3,700円

原材料：フウセンアサガオ、アジワン、長コショウ、黒コショウ、乾燥ショウガ、インドアマンバイン-フ、インドショウズク、タリワ



増えたカパを効果的に取り除き、クリアなバランスをもたらしてくれます。

**カパティー**

20TB 2,700円

原材料：ジンジャー、クローブ、胡椒、カルダモン、ウコン、サフラン



心身を元気づける刺激的なスパイスブレンドのカパティーは100%オーガニックのノンカフェインで、体に優しくコーヒーに代わるものとしてどうぞ。

**カパアロマ**

10ml 4,250円

原材料：ローズマリー、フランキンセンス、シヨウノウ、ラベンダー、ユーカリ



カパを鎮めるアロマオイルです。カパの強い人や春の季節に適しています。鈍さや気だるさを除き、爽快感をもたらします。



←これはカバカパね...



とリアえず...

# 新しく、入りました!

数量限定販売

イタリア産オーガニック  
生はちみつ

何も足さない、引かない、100%天然(EUオーガニック認証取得)、砂糖や水あめなどを一切加えずに、自然本来の甘さと成分をそのまま生かしたオーガニック。



現地では40℃以下で瓶詰めして、15℃の定温輸送で輸入。通常の船便では、赤道直下でコンテナ内が50~70℃ぐらいになり、栄養素、酵素、風味が損なわれます。そのため、輸入時の輸送にも糸田の注意を払っております。



水分量が17.5%と低い含有量で品質が保たれております。加熱せずにきちんと水分含有量が低く保たれている正真正銘の本物の生はちみつです。

イタリア産オーガニック生はちみつ

レモン 250g 2,800円



爽やかな風味は、  
甘い生はちみつが苦手な方でもOK

レモンならではの爽やかな香りが特徴です。飲み物やケフィアに合わせるのももちろん、輪切りのレモンと合わせてハチミツレモンを作るのもおすすめです。

イタリア産オーガニック生はちみつ

アカシア 250g 2,800円



最もポピュラーな生はちみつです。  
どんな料理にもおすすめ!

さらっとした口当たりです。透明感のある、繊細な甘さです。結晶化されていないので、料理にも使いやすく、毎日の食卓に幅広く使っていただけます。

イタリア産オーガニック生はちみつ

ユーカリ 250g 2,800円



個性的で、クセになる  
こってりとしたコク

地中海沿岸のユーカリから採取。リコリス(甘草)を思わせる個性的な味で、後味はスッと爽やか。ヨーグルトやハーブティー、紅茶に良く合います。

NEW

認知症サポートアロマオイル

リ・ブレイン 10ml 4,180円

使用精油: 真正ラベンダー・スイートオレンジ

休んでも疲れが取れない、集中力が続かない。  
もしかして脳疲労...!?

脳の疲労を回復するために大切なのは、  
ストレスをためないことや質の良い睡眠を取ること。  
何も考えないリラックスした時間も大切です。



夜用アロマ

フローラルな香りの真正ラベンダーと爽やかで甘いオレンジスイートの精油。バスタイムをくつろぎの時間へと誘い、ぜひリラックスタイムをお届けします。



# やさしいおいしさおまどめセット

## ポタージュセット

1468円 → 1390円



### カラダにやさしいポタージュ

国産とうもろこしを主原料に国産野菜のかぼちゃ・玉ねぎ・セロリ・玄米などのカラダにやさしい素材だけを使用したポタージュです。

### オーサワの八穀ポタージュ



8種類の国産雑穀使用【とうもろこし・玄米・はと麦・もちきび・大麦・たかきび・ひえ・あわ】コクのあるポタージュです。

## 4種スープセット

690円 → 650円

NEW



### わかめスープ

(単品価格 151円)  
鳴門海峡のわかめをたっぷり使ったコクのあるわかめスープ

NEW



### 焼き海苔スープ

(単品価格 194円)  
1食あたり枚分の焼き海苔を使ったとろりとした海苔スープです。



### ミネストローネ

国産のローストキャベツ・ほうれん草・ローストオニオン・チーズを使用したミネストローネです。



### 生姜スープ

高知産の生姜と九州産「筆味鳥」・白ねぎを炒めて作った中華仕立ての生姜スープです。

## ごはんセット

644円 → 600円

NEW

### 一膳炊き 五目ごはん

(単品価格 322円)



厳選した国産のお米を使用し、鰯節・干椎茸・昆布の旨み出汁にほんのり香る生姜をカエ、丁寧に炊いた五目ごはんです。

NEW

### 一膳炊き 筍ごはん

(単品価格 322円)



五目ごはん同様のお米、出汁を使い、こちらはほんのり香る袖子が良い、レンジで温めればすぐにお召上がりいただけます。



## おやつセットもお買い得です!!

### グラノーラ4種セット

1,996円 → 1,780円



- ◎ にんじんグラノーラ
- ◎ にんじんグラノーラブラックペッパー
- ◎ ケールとフルーツグラノーラ
- ◎ リンゴと有機ビーツのグラノーラ

おやつにも小腹が空いた時にも栄養満点のグラノーラを!!  
ブロックになったグラノーラを食べやすさも満点です!!



### クリスピー4種セット

1,816円 → 1,640円



- ◎ チョコレート
- ◎ モカ
- ◎ タイティー
- ◎ グリーンティー

小麦粉の代わりにココナッツ粉、砂糖・バター・食塩の代わりにココナッツシュガー・ココナッツ油・ヒマラヤ岩塩と海塩を使用



### ジンジャービスケット4種セット

960円 → 940円



- ◎ プレーン
- ◎ オレンジ
- ◎ アーモンド
- ◎ レモン

ちよとしたプレゼントにもいいよ!

スリランカ産の天然ショウガを使用したクセレスパイスな味わいのジンジャービスケット。ザクザクとした食べ応えのあるクランチビスケットです!!



### インドスナック3種セット

1,290円 → 1,080円



- ◎ ムングポン
- ◎ ミニサモサ
- ◎ ひよポン

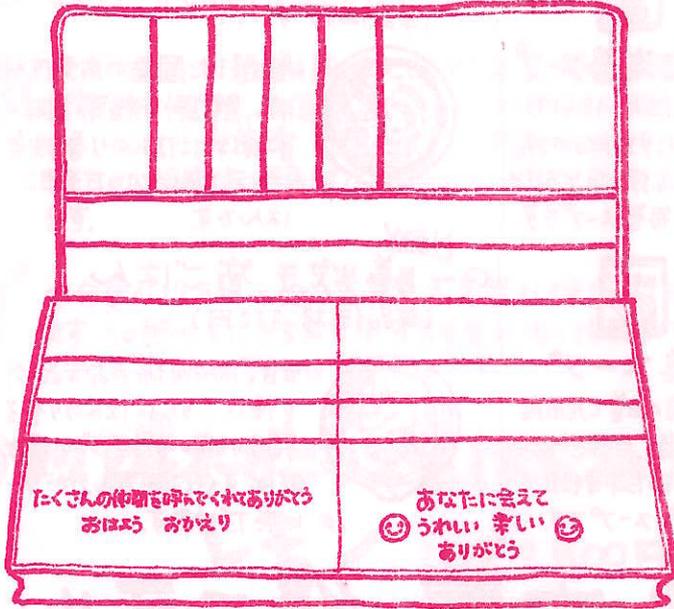
やめられない、とまらない~のインドスナックです。日本にはない味付けで、クセになっちゃいますよ!!  
色んな味を楽しんでください。

# 福を呼び込む春じたく



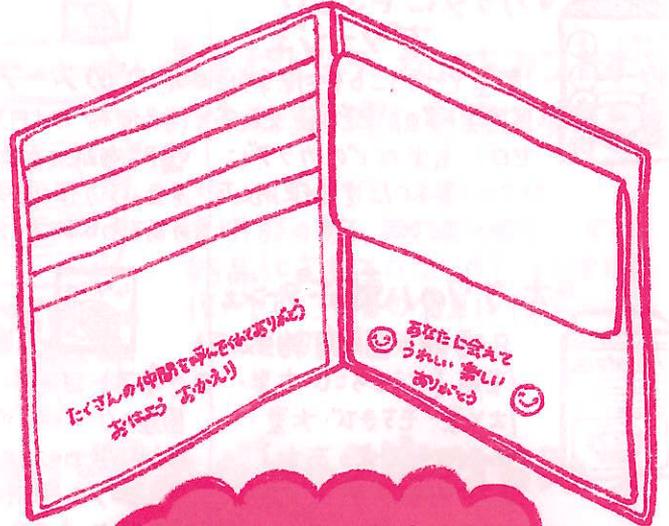
## 友を呼び込む財布・札入れ

カラー：ベージュ  
12,222円  
サイズ：タテ9.2cm×ヨコ18.8cm×厚さ2cm 材質：牛皮



## 友を呼び込む財布・二つ折り

カラー：ベージュ  
11,204円  
サイズ：タテ9.2cm×ヨコ10.5cm×厚さ2cm 材質：牛皮



### お財布購入の方に!

先着10名様に  
「幸運を呼び込む札入れ(ホログラムなし)3枚セットをプレゼント!!」

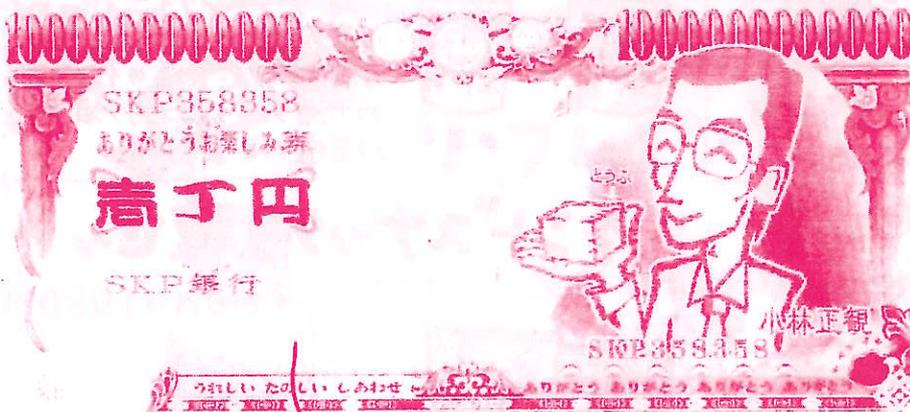
仲間を呼んでくる不思議な財布です。  
内側にありがとうのメッセージがいっぱい。  
一万円札が100枚入ります!!  
使い初めには一万円札をいっぱい入れて、財布に記憶させましょう!

## 幸運を呼び込む巻丁円札(二丁円札・三丁円札)



ホログラムなし 各315円  
ホログラムあり 各419円

\*ホログラムなし3枚セット  
通常945円 → 700円  
ご指定がない場合は巻、二、三丁円を各1枚ずつのセットになります。  
違う組み合わせもご希望があれば、対応させていただきます。



この部分がホログラムありかなしです。

※ 本券はお金ではありません  
財布に収納する際は誤使用防止の為、商品添付のビニールのままお使いください。

新しくお財布を買ったとき、初めて入れる金客員を財布が覚え、その金額位を守護してくれるようになるという不思議な話があります。「それなら最初に大金を入れたいね」という笑話から誕生したグッズです。😊



お便りをありがとうございます。皆様からのお便りは“元気”のもと!!



# お便りコーナー

(有)アムリット 〒510-0815 三重県四日市市野田 1-2-23

新しいお財布に壹丁円札を入れると、不思議とお財布が喜んでいるような気がしました。そして、お財布を開けて正観さんの笑顔を見るたびに、お金に対して今まで以上に感謝するようにもなりました。これからどんな臨時収入(!!)があるのか楽しみです。ありがとうございました!

同封いただいたパンフレット、すべて手書きで懐かしい気分になりました。学生の頃の学級新聞のような、あたたかみがあって、かわいいイラストにも癒されました。ありがとうございました!

今号で紹介している壹丁円札のご感想いただきました。お財布を開ける度に (S・Y様)  
気分が上がっている様子が思い浮かんで来て、嬉しく思います!!

アムリットだよりも読んでいただけ、ありがたいです。これからも皆様に「天っリ」を届けて  
いきたいなあと思います。

## お便り欄・お客様の声大募集!

いつもありがとうございます。毎年毎上月カレンダー  
を楽しみにしています。自宅と職場に置いてありま  
す。今日は満月だから気を付けて運転(ようとか)、  
感情的にはならないようにしよう、などと考えています。  
新月には目標を決めようと心がけています。

(I・N様)

毎年人気の月カレンダー、上手に活用していただい  
ますね〜!! まだ在庫、少々ございますので、  
ご購入希望の方、お問い合わせくださいませ〜!!

## お便り欄・お客様の声大募集!

花粉症で、通っている眼科に「ちゃんと目薬を  
使っていますか?」と疑われる程に目が真っ  
赤に腫っていたのですが、アレルギーハルス  
を飲みはじめたから「キレイに腫っています」  
と言われました。自分でもびっくりです。

(N・Y様)

効能がきついアレルギー薬が多いなか、このアレルギ  
ハルスは、体に優しく、安心して使っていただけます。  
つらい症状がある方はぜひこの機会(只今お得価格に  
なっています)にお買い求めください!!



## 商品のご感想



### お待ちしております

ご購入いただいた商品のご感想を  
どんどんお聞かせください。

お寄せくださった際には、ちょっとしたプレゼント  
を贈らせて頂いております。こちらのお便り  
コーナーに掲載させて頂いた際にはさらに  
特別プレゼントを贈らせて頂きます!!

上得意の  
あなた様  
だけに♡

# 春ひらくキャンペーン

2026年  
3月2日(月)  
～  
4月27日(月)

はじめ応援キャンペーン 3/10(水)～13(金)、4/10(金)～15(水)  
新規ご購入者さま 商品5,000円以上 送料無料

## 3月2日(月)発送分～

先着 130名  
商品代金5,000円以上お買い上げ  
カレシマリー 小さな米蜜ビスケット 1パック 324円  
自然派 おこめのチカラ! プレゼント

先着 80名  
商品15,000円以上お買い上げ  
熊本県産 天の紅茶 1袋 540円  
渋みは少ない プレゼント

先着 50名  
商品25,000円以上お買い上げ  
無添加 栄養豊富 ピアロムデーツ 1袋 627円  
プレゼント

春の  
プレゼントweek  
4月20日(月)～24日(金)  
この間に発送の方全員に  
お楽しみプレゼント♡  
※4/29以降の日付  
指定は対象外

## 4月1日(水)発送分～

### 送料お得キャンペーン

商品5,000円以上お買い上げ  
通常送料700円→400円!

対象期間

3/25(水)～31(水) 発送分まで  
4/27(月)～30(木)

※合言葉・メルマガクーポン併用不可  
対象外:新規ご注文者  
海外直送便のみのご注文  
アマゾンからのご注文

営業日:月～金(土・日・祝休み)

9時～17時(店舗営業9:30～)

※当日発送最長1時受付まで

先着 130名  
商品代金5,000円以上お買い上げ  
レンジ3分! お鍋も使わない  
美味しい 出雲そば または 釜揚げうどん どちらか 1袋 194円  
プレゼント!

先着 80名  
商品15,000円以上お買い上げ  
国産米使用 レンジで温めれば  
一膳炊き 筍ごはん 1ヶ 322円  
プレゼント!

先着 50名  
商品25,000円以上お買い上げ  
みそ汁間加えた しあわせいっぱい  
野菜のおみそ汁5種 みそ汁5つの味詰め合せ 1ヶ 821円  
プレゼント!

全国一律  
送料700円  
代引き+200円

商品1万円以上  
お買い上げ → 送料無料

※北海道・沖縄・離島半パックのみ

※クレジット払いポイント対象外

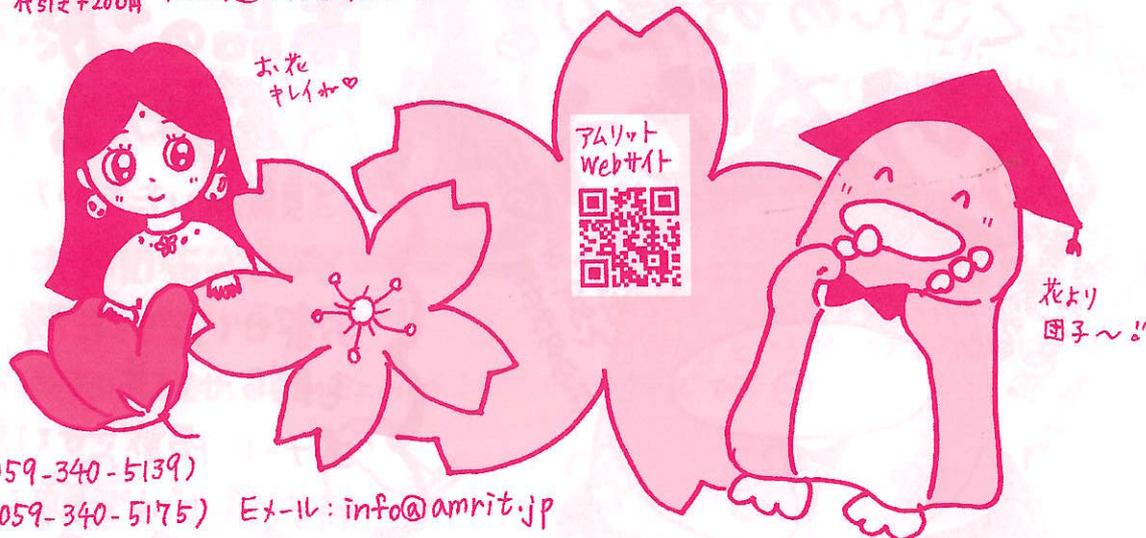
※原則商品は指定日の2日前発送  
(キャンペーンプレゼントは発送日差押)

アマリットインスタグラム



@AMRIT\_AYURVEDA

営業日は  
毎日更新!  
フォロー  
いいね  
お待ちしてます!



(有)アマリット

☎510-0815

三重県四日市市野田1-2-23

TEL:0120-65-8631 (059-340-5139)

FAX:0120-88-7376 (059-340-5175) E-mail: info@amrit.jp