

寄稿：リかお・ほっくん

① フォチ*ア-エルヴェ-ダ"

「気になる彼をふり向かせたい」

まず、その彼がどのドーシャをもっているかを見極めてみましょう。もっている性質によって、面白いくらいに女子のアプローチが変わってくるのです。それによって攻略法を考えることをおすすめします。

中肉中背で、バツ身ともにタフなひとなら、「ピット
男子」。きっちリとしていて、自分の中のルールを守
っているタイプです。

それぞれのタイプにしてあげると喜ばれることをP2に
主としてみました。ご参考に、成功を祈っています!



ハウオリの 第109話
印度的生活

• ❀ • ❀ • ❀ • ❀ • ❀ • ❀ • ❀ • ❀ • ❀ • ❀ •

アハ! 息子の空は趣味でDJをやっています。自宅で曲を組んだりしているので聞こえてきます。私は、DJを聞く場に行ったことがなかったので、ギャラが出るわけでもないのに、仕事を休んで…はあ…とっていました。ある日、空が、「同じぐらいの世代の人もあるで来たろええやん」と言ってくれたので、行ってみました。空の選曲は昭和のJポップ。私達の世代が口ずさめる曲ばかり。あら!? 楽しいじゃないの♪(笑) そこに来ている人達も音楽を楽しみながら、自由にゆったり過ごしていて、1人の演奏者さんもお客まで一緒になって音楽に乗る。今まで味わったことのない世界でした。コンサートでも発表会でもない、なんともゆるい自由な世界。そこで空を通じて、たくさん知りあいました。今まで、DJ活動をあまり良く思っていなかった私ですが、空にとってはとても大切な場、大切な人達がいる、良い場所なんだと思いました。これから、人の縁を大事に仕事と両立して行ってみたいと思います。アハハ

- ・ 里芋 … 3個
- ・ れんこん … 100g
- ・ にんじん … 1本
- ・ しゅうが … 1片
- ・ ごま油 … 大さじ1
- ★ 昆布だし … 600ml
- ★ 白みそ … 大さじ2
- ★ くず粉 … 大さじ1



作り方

- ① 野菜を一口大に切り、ごま油で炒める
- ② だしを加えて柔らかくなるまで煮込む
- ③ 白みそを溶き入れ、水溶きくず粉でとろみをつける
- ④ すりおろししょうがを加えて完成

♡ ドーシャ別男子攻略法 ♡



ドーシャが違ふとこんなに違ふ！ 男子への効果的なアプローチ法を伝授!! 恋愛だけでなく、仕事相手や男友達との良好な関係にも役立つでしょう♪

参考支那: 女子のお悩みQ&A
蓮村先生、おしえてください!!

仕度問

- ① デート
- ② 好きな食べもの
- ③ 弱点、苦手な場所

対策

- ① おすすめのデート
- ② するよいこと
- ③ 好きな女性のタイプ



＊ヴァータ男子



＝特徴＝
からだは細い、
朝と夕方と言って
いることが違う。
ヴァータが舌れると
不安定になる。

＝傾向＝

- ① 毎回行き先が違ふ。途中で行き先が変わることもあり、なんとなくせわしない。
- ② スナック菓子。油があって塩気があるもの。食事にあまりこだわりがなく、遊びやおしゃべりに夢中になって食事をたれることも。ただし空腹が続くと不安定になるのできちんと食べさせること。あたたかいスープを飲むとおだやかでいいかんじになる。
- ③ からだが冷えること。騒音のあるところ。風が吹いているところ。

＝対策＝

- ① 沖縄やグアム、ハワイなどあたたかくて静かな場所。海でまったり過ごす。温泉。冬にスキーやスケートに行ったりするのはNG。
- ② 触れられるのが大好きなので、腕を組んだり手を握ったりはとても効果的。もっと仲良くなったらオイルマッサージをしてあげるととても喜ぶ。音にも敏感なので、ムーディーな音楽をかけながら行くといい雰囲気。
- ③ ナチュラル。メイクにはあまりこだわらない。自分がせわしくなく、不安定なところがあるので、おっとりした愛情深い女子に惹かれやすい。

＊ピッタ男子



＝特徴＝
中肉中背で
タフ。
舌れると、よく
怒る
(猿のように)



＝傾向＝

- ① ゲームセンターのように刺激的なところ。映画。
- ② 辛くて刺激的なもの。焼肉やカレーなどが好き。からだは熱くなりやすいので、サラダを食べさせるのもよい。ただし、すっぱいものはきらい。オリーブオイルなどを多めにかけて食べさせる。空腹になるとイライラしたり、気分が度々変わりやすいので、様子がヘンと思ったら、常夏のフルーツジュースや砂糖入りの麦茶を飲ませるのもよい。
- ③ 競争。熱くなること。暑い場所。お腹がすくこと。

＝対策＝

- ① 湖田半の美しい避暑地。涼しいところ。寒い地域。プール。卓球など「戦うスポーツ」はNG。
- ② ・いつも「はい」と言っておける
・ひとりでもくよくくと集中できる環境を作ってあげる。集中している時は絶対に邪魔しない。
・美しいものを見せる
・冷房をかけるなど「涼くする」
- ③ 華やか。ヘアメイクが美しいひと。アクセサリをつけてきらきらしている。カッコ悪い、清楚、貧乏くさい身なりはきらい。カパ女子のゆたかりたところ安心する。頑張るのが好きなので「えらいね」「ご苦労さま」など言っておけると喜ぶ。

＊カパ男子



＝特徴＝
ぽっちゃり、ゆたかり型。
愛情深い。
食べるのが好き。
いろいろなものが溜まっているのがうれしい。脂肪、冷蔵庫の中、ごみ箱などなんでも。

＝傾向＝

- ① 毎回同じ場所や店に行こうとする。じっとしてあまり移動しない。マンガ喫茶でマンガをずっと読んでいたり、食べることが大好きなので、毎回おいしいものを食べに行きたがる。
- ② 甘いもの、美食家なので、食べることが好き。ただし太りやすいので、カロリー控えめのおいしいものを食べさせる。
- ③ 冷えること。励まされること。焦らされること。運動を強いられること。寒いところ。

＝対策＝

- ① よく歩くデート。あたたかい場所からだをよく動かす。ハイキングなど。
- ② ・とにかく優しくして、ほめること。
・セックスが強いので、自分が強くない場合は昼間にたくさん運動させること
- ③ 優しくして明るい女の子。ナチュラルメイク。自然でふわとしたかんじ。シャープな雰囲気はNG。ヴァータタイプの機敏で明るい女子に惹かれやすい。激しいことを言われるのが苦手なので、あまりきつく接しないこと。落ち込んでいるときはそっと寄り添うだけでOK。



⑤のアジアで月みて考えた。

その17
月の夜は
タージマハルで

梅雨が明けたらいきなり連日39度越えの東海地方。始まったばかりの夏なのに、もう、「夏よ、往ね」と叫びたい...。思いおこせば、昔アジアを旅していた時にも、インドのムンバイ(ボンベイ)で、突然、「暑い処はこれ以上いられない!!」と叫びたくなったことがありました。思えば、日本を離れて半年、ずっと暑い国を歩いていたが、11月に入り、身体が日本は秋である、と思い出したようで、その上、ムンバイの暑気と悪臭が手垢のにやたら高い路代などがトリガーとなったのか、かの、アジヤン、エローラの遺跡、もうどうでもよくなってしまい、泊だけムンバイを後にしました。

ムンバイから北へ向う列車でたどり着いたのは、アグラ。乗り合わせたオランダ人のバックパッカーに案内された宿に4エウインをすませ、部屋に荷を置いてみると、「今すぐ出かけよう!」と件のバックパッカーが呼びに来たので、「はあ?」と言葉が通じないとなると、「タージマハルに行くんだよー!」と言う。でも、もう日が暮れているのでダメとねー、と言いつつも、オートリクシャーに乗り込むと、彼は、ドライバーをせかせかせ、今日は満月なので、タージマハルは日没後もいざ早く開いていて、しかも無料で見られるぞと教えてくれました。

何とか開門ギリギリで滑り込んだ入り口の門をぬけると、ムガル建築のモスク型の廟へと誘う素晴らしい参道にはすでに人影はなく、白亜の廟は、高く澄んだ天空からそそぐ満月の光を受け、ふわりと白く空に浮かびあがって見える。幻想的で美しい...。のびやかさも... 実のところ、それほど心に動かされてはいませんでした... (笑) ふーん、という感じ...?

(あくまで個人の感想です。巨大人工建造物に興味のない者の...) 迷い入った廟の中にも照明はなく、懐中電灯を持ったガイドのおじさんと、1組の若いインド人夫婦がいて、このガイドさんが「白大理石に埋められた色石の回廊などを照らして見せてくれるのだから、珍しく? 物静かなガイドさんで、(江4エーションをよくおこなっている)おかげで静かな月夜の静けさの中で見学することができました。

その後、なぜだかオランダ人客(かいがい)不思議な菜食レストランで夕食をすませた帰り道、リクシャーで吹かされる風は、ひんやりとして、こころに暖かい風を思わせてくれるものでした。Y12、宿のバットは、マットレスが敷かれています。掛け布団のかけ何もなく、期待以上に寒くて、この旅のために日本で購入した最新? コンパクトタイプの寝袋を使用したのですが、素材が肌に合わないのか、朝起きたら、生地が擦れていた、顔の部分が環状に赤くなっていました...。

こうして暑さのため、アジヤン、エローラは逃しました。月夜の、ほろ酔いセリリのタージマハルは、あのままムンバイに滞在していたら出会った風景ですみれました。今でも満月の夜は無料で開放されているのでしょうか?

おまけ
梅干しの土用干しを
終えました。

39°Cにもなる中では
昔みたいに3日3晩とか
干さなくてよいのかもと思っ
てあ...

いろんな事が
変わっていくのだ。が、
もっと生命の本質に
関ることだけで
シブいと思いたい
思っ

今日も元気!!

ペンギン博士。

2026年 9月10月号



本格的

アユルヴェーダトリートメント

を、10月18日(日)から27日(火)に
開催いたします。

皆さま、こんにちは。
早いもので今年もあと、1/3ですね。
秋は、いろいろとイベント事が多い時期と
なりますが、アムリットでも



海外でトリートメントを学ばれ
沖縄で30年以上に渡り
アユルヴェーダサロンを開かれている
野林愛子さんと我那覇順子さん
おふたりによるトリートメントです。



いつも好評で
予約が埋って
しまうので
ご希望の方は
お早めに
お問い合わせと
お申し込み
ください♡

アムリットでは、毎年春と秋の2回
おふたりをお呼びして、三重県四日市市で
トリートメントを定期的に
お願いしております。

ガッ

アユルヴェーダトリートメントとは?

アユルヴェーダでは
ドーシャ(ヴァータ・ピッタ・カパ)の
バランスが乱れると病気になる
と考えられています。
乱れたドーシャを全身のオイル
マッサージで整えていきます。



体にオイルを塗ることにより
毛穴を通じて毛細血管から
オイルに溶けやすいアーマや
毒素を消化管へ流れ出やすいよう促します。
そして、マッサージによって排出しやすくなり
アーマや毒素を汗と共に排出させます。
こうして蓄積したアーマや
毒素を取り除き、体内の
浄化を行います。



他にも...

- ・免疫力の向上 ・血行促進
- ・活力の向上 ・心身のリラクゼーション
- ・若返り ... などの効果もあるそうです。

今年は都合により
春は、お休みで
秋のみの開催と
なりましたが...

りかおの これ試してみた

刺さない鍼
ラフット
(Lafoot)
休足鍼

皆さま、こんにちは。

今回は、貼るだけで明日の足がちょっと違うと評判の
ラフット (Lafoot) 休足鍼をお試しさせていただきました。



皆さまは、足が重く感じることはありませんか？

私は、デスクワーク仕事であまり歩かないので
普段から足がだるく、旅行などで1日中
歩きっぱなしだったりすると次の日も足が
だる重いとよく感じています。なので簡単に
足がスッキリする方法があればいいなと
思っていました。今回お越しさせていただいた

ラフット休足鍼は、そんな私の希望にピッタリ♡
ラフット休足鍼は、一般医療機器の貼るだけの鍼。

鍼といっても裁縫の針のような先端の尖ったものではなく特殊なくさび型突起の
ステンレス鍼で痛くないそうです。ステンレスの突起 (5kg/cm²の圧白効果) でツボを
ピンポイントにやさしく刺激し、足のコリの緩和をサポートしてくれるんだとか。貼るだけで
筋肉の深層に集中アプローチし、「グ」とくるのではなく「じわ」と効く感覚なんだそうです。

使い方はとても簡単。指で押して気持ち良いポイントを探して貼るだけ。貼る所が
分からなくても、パッケージの内側に貼り方が分かる指南書が書かれています。

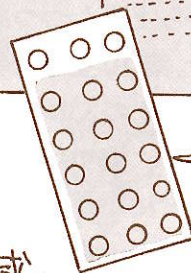
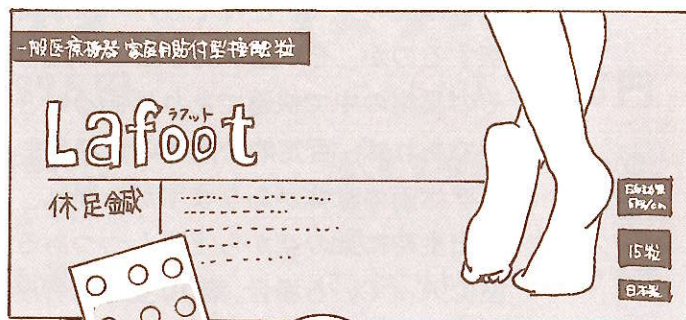


せっかくなので指南書に書かれている足の裏3か所に貼ってみました。
貼ったまま歩いても全然痛くありません。違和感もあり
ませんでした。貼ったまま就寝した次の日の朝、起きてびっくり。
足の裏が軽い!! だるさが軽減している!! 足が軽いだけで
今日1日頑張れそうと幸せな気分になりました。

休足鍼というので足専用なのかと思ったのですが、どうやら
足に限らず、肩・腰など気になる所に貼っていいらしいので
常に首がこっている私は、首周りを押して気持ち良い所に

休足鍼を貼ってみました。コリが完全にとれるわけでは
ないですが、首コリが少し和らいだ気がして、肩周りも少し
楽になりました。だるさが軽減しているのが嬉しい♡
コリでだるかったのでもとても助かりました。

足が重だるいと感じている方、手軽にコリを和らげたい方
ぜひ試してみてください。



15粒

1408円





インド占星学

NO.97

ペンギン博士
ジョーティシュを語る

太古インド占星学ジョーティシュでは、出生時の9惑星と12星座と27のナクシャトラ（月宿）の配置図から基本的な人生の設計図を描き出します。今回は、惑星が滞在中の星座の中で、どのくらいの強さで、良い意味合い、あるいは否定的な意味合いで解釈するのか、その基本的な星々の位階を決める要素について説明していきます。星々がその星座の中で快適であればあるほど、その星の持っている意味の好ましい質が高まり、逆であれば、否定的な意味の質が高まります。例えば、土星には控えめな、堅実というプラス面の意味がありますが、遅れ、重労働などの意味もあるのです。

出生時に東の空から上昇しつつある星座が山羊座で、土星が仕事の部屋である第10室に入っている場合。第10室は天秤座となります。土星は天秤座と最も相性が良くて、高揚した状態となり、その人の仕事面にまじめさ、堅実さが出てくるでしょう。蟹座が上昇星座の人にとって、第10室は牡羊座で土星にとって最も相性が良くない衰弱する星座に入っていることとなります。この場合は、重労働であったり、仕事面での遅れが出たりなどマイナス面が示唆されることになるのです。同じように土星が第10室に入っている場合、その星座との相性によって解釈内容が大幅に変わります。

土星が天秤座に入っている場合、その入っている場所が真ん中なのか端なのかによっても意味が異なります。各星座は30度の幅があるのですが、0度や30度に非常に近いとそのプラス面での意味が減ってしまうのです。土星は天秤座の20度で最も強く高揚します。牡羊座の20度で最も強く衰弱します。水星はとても複雑で、乙女座の0度～15度で高揚し、15度でピークを迎え、それ以降20度まではムールトリコナという高揚に次ぐプラス作用の大きい状態になり、20度～30度では3番目にプラスの自分の部屋という状態になります。他にもいろいろな考慮しなければならないポイントを方程式を解くように、その人の人生を計算していくのです。

熟練ジョーティシュ占星術師達はこれらの計算を瞬時に計算して解釈していきますが、ペンギン博士は全然達していませんので、ゆっくりいろいろ考えて分析していきます。これらの計算は、直観に頼るのではなく、本当に計算できるものです。ですから、ジョーティシュAIが皆さんの過去現在未来を予測することは現在もある程度は可能と思われます。これからどんどん精度が上がっていくでしょう。それでは、学ぶ必要がなくなるかという、そうではないと思います。ジョーティシュを学ぶことは思考力を高め、意識を高めてくれるというのが先人からの教えです。アーユルヴェーダとジョーティシュでボケない健康人生を目指す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人のパントリーにエリ
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74111)

生きたおいしさ非加熱はちみつ

♪ 帰ってきました ♪
国産はちみつ!!



新緑のころの ♪ 若葉のころの ♪ はちみつ ♪ はちみつ ♪

600g 3,996円

600g 3,996円

新緑のころに採れた
『くろがねもち系』のはち
みつです。
上品な香りが和菓子を
思わせます。
また、チーズなどにもよく
合います。

風薫る季節に採れた
『里ざら系』の百花蜜。
風のように、やさしく、
さっぱりしたはちみつです。



歯周病をひきおこす原因
となる「ジンジバリス菌」の
抑制効果で特許取得済

チャムハニー

210g 12,960円

原材料: 甘露はちみつ
原産国: トルコ



昆虫が松の樹液から蜜を作り、
さらにミツバチがその甘い蜜を集め
熟成したものが、「松の液由来の
ハニーデュー蜂蜜」。抗菌作用・抗
酸化作用が高いチャムハニーは、
花由来の蜂蜜 マヌカハニーと並び、
高機能な蜂蜜と言われています。

白いクリーミー生はちみつ

250g 2,200円

原材料: 純粋はちみつ
原産国: キルギス共和国



140カ国が参加した世界最大の
国際養蜂大会で、最高賞で
ある金賞を受賞した天然の
白いはちみつです。キルギスの標
高2,000m以上で生育する、強い
生命力を持ったみつばちが、6種類の
天然ハーブから採集しました。

ミエリツィア Bio

アカシア有機ハチミツ

250g 2,500円

原材料: 有機はちみつ 原産国: イタリア
上品な甘さでクセがありません ♪



ミエリツィア Bio

オレンジ有機ハチミツ

250g 1,800円

原材料: 有機はちみつ 原産国: イタリア
オレンジの香り漂う柑橘系はちみつ

在庫限り終了

オーガニック生はちみつ

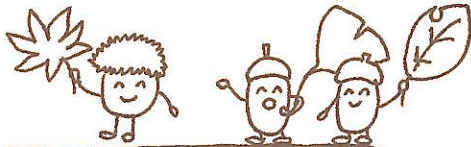
ユーカリ

原材料: 有機はちみつ
原産国: イタリア



個性的で、
クセになる
こってりとしたユー
カリコリス(甘草)を
思わせる個性的な味で、後味
はスツと爽やか ♪

秋を元気に迎える 体づくり!



体の元気サポート



**アムリット
タブレット MA6007**

インド産 60粒 10,500円

ヒマラヤハーブを30種類以上使用
日々の健康維持と栄養補給に
※MA6007とMA9005はお互いを
強化し、後押しするので両方同時に
摂るのもオススメです。

9.10月限定



1袋を約200mlの水に
溶かしてどうぞ

イート トウ ウィン
EAT to WIN
5g×30本 2,592円

クエン酸とカルシウム・マグネシウムを
ベースに筋肉や体内の組織を
つくるアミノ酸や丈夫な骨と筋肉
の働きを助けるミネラル類、体の
潤滑油の働きをするビタミン群
とスタミナ源の無臭ニンニクお茶
の抽出物、西洋菜エキスなど33種
類の栄養成分をバランス良く配合



カリカセラピ

(大)100包 27,000円

(中)40包 12,960円

野生のパパイアをじっくり
発酵・熟成・自然乾燥
させた天然の健康食品。
皮・種・果肉をまるごと使い
大自然のパワーがそのまま
活かされています!

数量限定 お買い上げの方に
カリカ浴(非売品)プレゼント!



クロガリンド 100カプセル
16,740円

主原料のクロガリンドは
東南アジア山岳地域に自生する
ショウガ科植物。

東南アジアの中でも、気候・土壌・水・
標高等の条件がそろった場所に
しか自生せず、現地では「山の神様の
贈り物」と呼ばれることも。

内服からのエイジングケアとして期待
されている黒ガリンド加工食品です。

頭の元気サポート

**アムリット
タブレット MA9005**

インド産 60粒 9,700円



知性の
めざめに

ヴァータの
バランスを
整える

1日2回1粒ずつを
目安にどうぞ

ヒマラヤの貴重な植物から作られた
アーユルヴェーダサプリメント

**ブラミー
ハーブタブレット** 2,670円

インド産
60粒



学ぶ・考える
力をサポート!
滋養を与え
豊かな
健康パワーを
発揮します

インドでは3000年にわたり伝統的に
使われてきた人気のハーブです

ネクスト ケイ
Next K 10g×30包入
生ゼリー 6,901円



ストレス・
年齢から
くる悩みに!
心の専門家の
注目サプリ
「K・リゾレチン」
含有食品

○K・リゾレチンとは?
全ての栄養素の「触媒」であり「受け皿」
全ての細胞膜になくてはならない
「栄養素」コンローラーとして体内バランス
をサポート! 別名ブレインフードとも呼ばれます。

夏の
疲れを

眠リバツセット!

New オーガニック
ヨガティー ベッドタイム
アメリカ産 16TB 1.5/2円



すっきりとしたミントと自然な甘味が特徴。カフェインが含まれていないので、夜でも飲みやすく、リラクスティムに最適なハーブティー

原材料: (香料以外は全て有機)

甘草、カモミール、スペアミント、スカルキヤップ、カルダモン、ミナモン、ローズヒップ、バレリアンルートエキス、ラベンダー、パッションフラワーエキス、ステビア、香料

1年中人気!

インド製ヴァータティー
20TB 2.980円



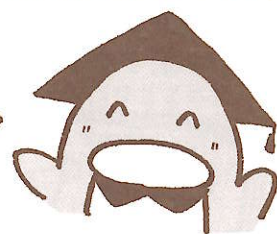
落ち着きがなく、不安な気分の時には、ヴァータティーでほっと一息。心と体に安らぎをもたらしてくれます。混乱している心を落ち着かせ、身体をリラックスさせてバランスを取り戻します

120粒
シンリセット 4.860円



シンリセットは、心と体に受けるストレスをリセットし、心身のコンディションを整えることで、本来のパフォーマンスを発揮できるようサポートするサプリメント。天然由来食品原料を組み合わせ、代謝物質“バイオジェニックス配合”気分の停滞や不安を知らば、心身のコンディションを保ち、内在エネルギーをUP!

ハーブティー、サプリメント、アロマオイルで
お休み前のリラクスティムを☆



〜 オススメの香り 〜

ニドラアロマ 10ml オランダ産 4.750円



ニドラアロマは、穏やかな眠りを誘います。
就寝 1~2時間前におススメ

原材料: ベルガモット、スイートオレンジ、ラベンダー、マジョラム

アロマディフューザー、又は ティッシュに
1~2滴足らして枕元や近くにとろろ。

認知症サポートアロマ

リブレイン(夜用) 10ml 日本製 4.180円



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。質の良い睡眠をとること。何も考えないリラックスした時間も大切。

鳥取大学の研究結果に基づき、商品が開発されました。

番外編 1年中人気の香りはこちら!

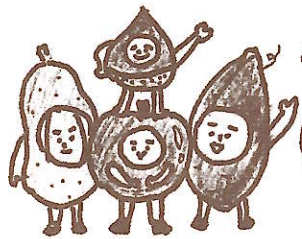
「ヴァータアロマ」 10ml オランダ産 4.750円

お休み前、旅行中、不安せじ配な時などに

心せ良く安らぐ香り

フローラルな香りの真正ラベンダーと爽やかに甘いスイートオレンジの精油をブレンド。

オーガニック栽培の天然ハーブから抽出された高品質のアロマ精油です。



おいしく食べて

秋を楽しむ♪

リニューアル

※従来品の カカオフィグ、サウスインディアン
カレーは在庫限りで終了となります。

WHOLE BARシリーズ 各340円



*クラシックバニラ

デーツペースト、アーモンドクラッシュ、アーモンドペースト、
マカダミアナッツ、カカオニブ、バニラパウダー、食塩

*ココナッツキャラメル

デーツペースト、アーモンドクラッシュ、ココナッツミルクパウダー、
アーモンドペースト、ココナッツシュガー、ココナツロング、バニラパウダー、食塩

*ストロベリーマカダミア

デーツペースト、アーモンドクラッシュ、有機ドライストロベリー加工品、マカダミ
ナッツ、有機ドライクランベリー加工品、有機ひまわり油

*チョコバナナ

デーツペースト、アーモンドクラッシュ、ドライバナナ、ココア
パウダー、カカオマス、アーモンドペースト、カカオニブ

*トマトバジル

デーツペースト、オーツパウダー、アーモンドペースト、トマトパウダー、
玄米パウダー、オニオンチップ、ドライバジル、食塩、ブラックペッパー

*トロピカルパンチ

デーツペースト、ドライパイナップル、アーモンドクラッシュ、
ドライマンゴー、アーモンドペースト、ココナツロング

WHOLE
BAR
6種セット

2040円

↓
1.850円

数量限定 野菜サクッチ

採れたて野菜をこめ油100%でカラッと揚げました!

*国産にんじん

346円



にんじん、こめ油

*国産れんこん

346円



れんこん、こめ油、
食塩

*国産かぼちゃ

346円



かぼちゃ、こめ油

*国産ごぼう

346円



ごぼう、こめ油、
食塩

*国産安納芋

432円



有機・安納芋、
こめ油

野菜サクッチ 5種セット

1816円 → 1.650円

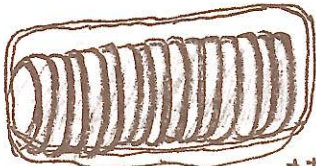
数量限定

うの花クッキー

80% 292円



原材料：小麦粉、てんさい糖、
ショートニング(パーム油、米油)、
おから、豆乳、コーンスターチ、
食塩、/膨張剤(重曹)



国内産小麦粉に食物繊維
を含むおからと豆乳を練り込
み、卵・バター類を使用せず
植物性素材のみで焼き上げました。

秋冬限定

ベジテ ベジタブルスープ

150% 340円



原材料：玉ねぎ、キャベツ、にんじん、かぼちゃ、
じゃがいも、ブロッコリー、ソテーオニオン、かぼちゃペースト、
トマトピューレ、にんじんペースト、水溶性食物繊維、
ココナツミルク、トマトペースト、根セロリペースト、
こめ油、ベジタブルコンソメ、塩粒、しょうがペースト、食
塩、セージ、タイム、フェンネル、ローズマリー
8種類の野菜をたっぷり使用し、じっくり
と炒めて煮込んだ野菜スープをベースにした
体にやさしいスープです。

数量限定

健康道場おいしい青汁 パットボトル

900% 972円

飲みやすい

続けやすい

食生活を
改善したい



原材料：ブロッコリー、セロリ、キャベツ、
ケール、ほうれん草、レタス、
パセリ、大根葉、小松菜、
りんご、レモン、クチナシ色素



おいしいから続けられる!!

メーカーがおいしさを追求した青汁です。
野菜汁・果汁100%。9種類の青
野菜に2種類の果物をブレンドし、
独自のすりつぶし製法、フレッシュ
ピュレ製法で、たっぷりのセンイ質が
感じられる濃厚な飲み心地です。



青汁四重奏

3%×30P 3,066円



食べ過ぎをやさしくリセット

アーマクリア

120粒 3,700円



原材料: 乾燥ショウガ、ナンバンサイカチ、長コショウ(ヒハツ)、フウセンサガオ、重曹、タルク

アールヴェーダ由来のハーブたちのシナジー効果で、増えたアーマを安果的に取り除き、クリアなバランスをもたらしてくれる、ドゥーシャ別ハーブタブレットです。
一ヶ月に一箱を目安にして、お召し上がりください。

蒸し金時ショウガ(粉末)

100g 3,240円



原材料: 蒸し金時生姜(ジャンマ産)

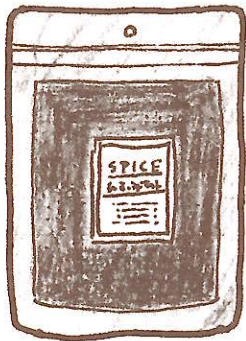
農薬・化学肥料不使用
金時生姜100%

刺激的な辛さですので、何かで害らって頂くのがおススメです。
飲めば1体が温まり、冬場はもちろんだ、夏場冷房にあたり過ぎたときもいいかもしれません。

茶さじ一杯位を目安にお湯、紅茶、牛乳等に入れてどうぞ。

ひろみセット

80g 1,080円



原材料: クミンパウダー、ジンジャーパウダー、コリアンダーパウダー

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。クニックでも処方されるスパイスをブレンドしています。
お腹の調子をととのえます。
食後に、お白湯と共にそのままパクッとしてもよし。お料理にも使ってヘルシーに!!

ヨガティー・レモンジンジャー

16小袋 1,512円

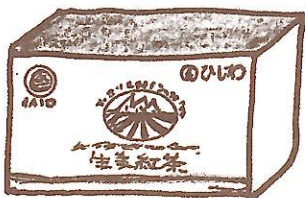


原材料: OG生姜、OGレモンラス、レモンピール、OG甘草、OGブラックペッパー、OGペパーミント、レモンフレーバー、甘草フレーバー、ビタミンC ※OG=オーガニック

ジンジャーは何世紀も前からおなかの健康サポートや身体を温めたり、気分をスッキリさせたりするのに役立つハーブとしてとても人気があります。
レモンジンジャーティーは、消化を助け、胃の痛みを和らげます。

生姜紅茶

20袋 626円



原材料: 紅茶、有機生姜

農薬を使わずに栽培したフレッシュな香りの茶みをおさえたケニア系紅茶に、ピリッとスパイシーな有機生姜をブレンドした紅茶。
冷えや寒さが気になる季節にホカホカ温まる紅茶をどうぞ!!
スタッフもお気に入りです~

ヒカリの有機じんわ〜りしょうが

150ml 486円



原材料: 有機しょうが、有機砂糖、有機リンゴ果汁、有機すだち果汁

体に有機しょうがの辛みが「じんわ〜り」と感じられ、有機砂糖と有機リンゴ果汁の甘みも「じんわ〜り」と感じられます。濃縮タイプなので、お好みの濃さに調節できます。
炭酸水で薄めるだけでとってもおいしいジンジャーエールになりました!! お料理にも!



出会えたらラッキー!! インド雑貨 売り切りSALE!

スパイスケース

限定3コ 4378円 → 2.800円

サイズ: 直径 20.5 cm 高さ: 7.3 cm
中のカップの直径 6.5 cm 高さ 5 cm
素材: ステンレス スプーン付



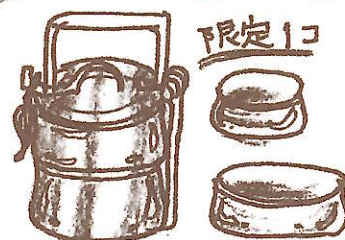
スパイス
まとめて
便利に
お料理!

7種類のスパイスを保管できるマサラケース。スパイスの保存状態などが一目瞭然。シンプルなステンレス製なので、お手入れもラクチンです。よく使うスパイスを常備しておけば、お料理の強い味方になってくれるでしょう。

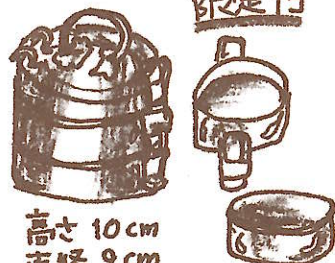
インドの弁当箱

2段 2.079円
スチルス製 小・小盛り2段 1.529円

2種セット
3608円
3200円



〈2段〉
高さ 18 cm 直径 12 cm



高さ 10 cm 直径 9 cm
〈小・小盛り2段〉

インドの不思議なお弁当箱!!

「カレーなどを入れても漏れない」といわれるインドの不思議なお弁当箱。下段にご飯、上に汁気のあるカレーなどを入れて使用します。下段は漏れやすいので、汁物は必ず上段に入れてご使用下さい。なおこちらの商品はインド製ですので日本の工業製品に比べると傷があったり、多少の歪みがあったりします。ご了承くださいませ。

インド伝統藍染め ハンドメイドコースター

4枚セット 1.078円 → 870円

サイズ: 0.5 cm × 10 cm × 10 cm
素材: コットン

限定3セット



インドの布というと派手な色合いのものが多いのですが、こちらはジャイプルで作られた落ち着いたインディゴ染めのコットンコースターです。デザインはランダムになりますがどれもかわいいですよ!!

経年劣化の為
プライス
ダウン!!

ご承のうえ
お買い求め下さい

トルシー 限定10の数珠

1200円 → 980円

トルシーは和名カメボウキと呼ばれ、ヒンドゥー教ではもっとも神聖な植物のひとつとなっています。トルシーは科学的にもさまざまな薬効が報告されています。またそれを身につけることで、帰依の心と、ハートに内注する愛をはぐくむ助けになるといわれています。

レッドサンダルウッド 限定3の数珠

約33cm 1.680円

レッドサンダルウッドのマラー（マントラ用の数珠）は、ガヤトリ・マントラ・ター・マントラをはじめ、あらゆる女神のマントラを唱えるときに使用されています。また、インドでは魔除けや厄除けとして、結婚した女性がこのレッドサンダルウッドの数珠を持つ習慣があります。それから、レッドサンダルウッドはサンダルウッド（白檀）と並んで、インドの伝統医学アーユルヴェーダでもとても大切にされています。サンダルウッドと違いレッドサンダルウッドには香りがございません。





幅広木製香立て (こげ茶)

880円

サイズ: 長さ約27.5cm × 幅約5cm × 厚み約5mm

通常の木製香立ての1.5倍幅が
広いお香立てです。通常の物より
も灰の飛び散りが抑えられます。



ガンガウォーター

200ml 2,139円



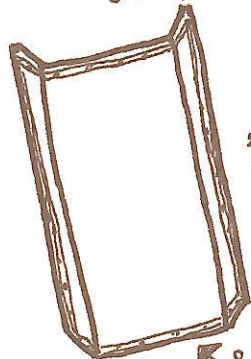
インドの神聖なる川、ガンジス川
のお水です。

- ・スプレータイプの容器に詰めて、
家やお部屋の浄化
- ・宝石をつけて浄化
など、さまざまな浄化にどうぞ。

※ 食用ではありませんので、飲まない
でくださいネ!

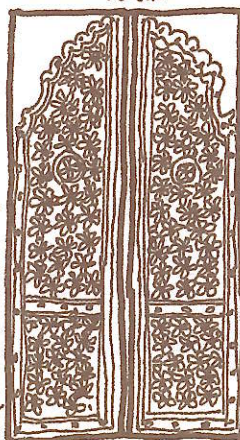
インドのカードセット 各330円 (それぞれ5組のセットになっています)

長方形

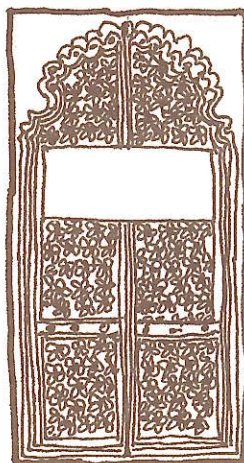


24
cm

10cm

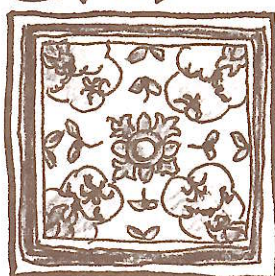


カード



封筒

正方形



13cm

カード (5枚)

無地の白い封筒が
ついています。

カードセット
どれでも
5セット



「どれが」
届くか
お楽しみ!

1650円 → 1,400円



商品券フェア

毎年9・10月号
期間限定企画!!

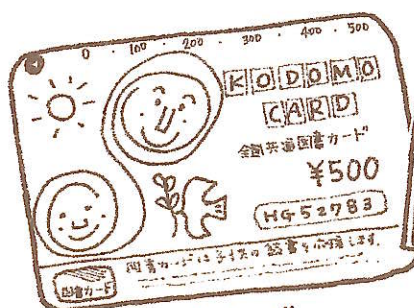


カード会社の金券

タンスの奥に眠っている商品券で
アムリットの商品が買えます!!

＝ご使用方法＝

- ※ お使いになる時は、ご注文の際、事前にお知らせ下さい。
- ※ アムリットの茶封筒に入れて郵送して下さい。
(特殊封筒ですので到着に1週間程かかります)



図書カード



デパート商品券

! ご利用 注意事項!

- ※ 有効期限付の商品券は利用
できません
- ※ お釣りはできませんのでご注意下さい。
- ※ 商品の発送は商品券が届いて
からの発送になります。
- ※ 「これはどうかなあ...?」という券は
お気軽にお問い合わせ下さい。
- ※ Q&Aカードの取扱いには終了とさせていただきます。

がんばる足に、ごほうびを

NEW



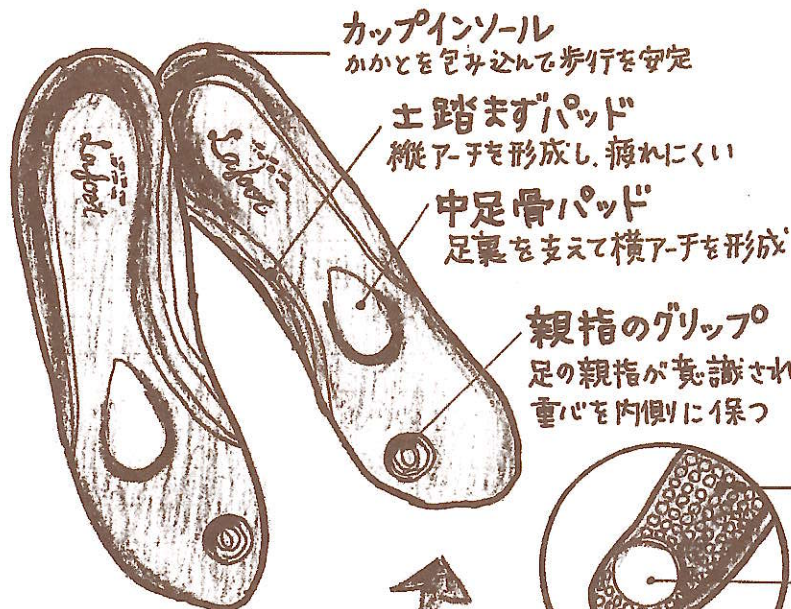
ラ フット

楽歩人ソールPRO

Mサイズ(22.5 ~ 23.5cm)

Lサイズ(24 ~ 25cm)

2Lサイズ(25.5 ~ 26.5cm) 各2,750円



カップインソール

かかとを包み込んで歩行を安定

土踏まずパッド

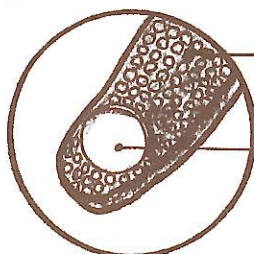
縦アーチを形成し、疲れにくい

中足骨パッド

足裏を支えて横アーチを形成

親指のグリップ

足の親指が意識され、
重心を内側に保つ



ハニカムパッド

足裏全体の衝撃を吸収

エア-ジェルクッション

かかとの衝撃を吸収

筋肉活動量が
約113%

NEW

材質：生地：ポリエステル

合成底：ポリウレタン

縦・横アーチを同時サポート

長時間歩行による足の疲れを軽減

疲れ、むくみ、O脚、外反母趾など足の悩みはいろいろ。La foot(ラフット)シリーズの商品は、日本人の足にフィットする履き心地にこだわり、まるでオーダーメイドのようなフィット感を追求。一人一人のお悩みを細やかにケアして、快適な歩行をサポートします。



ラ フット

La foot

休足鍼

15粒入

1,408円

使いがカンタン♪

寝る前に貼るだけ...

こんなお悩みありませんか？

- ☒ 一日中立ちっぱなしで足が重い
- ☒ マッサージしてもすぐ元に戻る
- ☒ 湿布はニオイが気になる
- ☒ 鍼は痛そうで怖い
- ☒ ケアする気力すらない夜がある



痛くないのに 効く理由



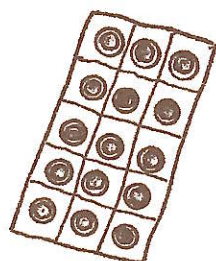
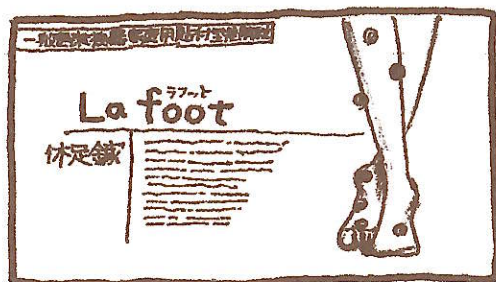
ステンレス鍼

表皮層

真皮層

圧迫効果 5kg/cm²

特殊なくさび型突起のステンレス鍼が筋肉の深層に集中アプローチ！すきり足へ...。「グッとくる」ではなく、「じわっと効く」感覚だから続けやすい。



横から見たカンジ

小さなくさび型ステンレス鍼がツボをピンポイントにやさしく刺激し、足のコリの緩和をサポートします。



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

お便り欄・お客様の声大募集!

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。新商品の川村エんの
おちみつ入荷は大変嬉しいです。毎日、何かしらで
おちみつをいただいているのですが、川村養蜂場エんの
ホームページのぞいてみた。安心安全で信頼できる
商品とわかり早速注文します。とてもまじめにいろいろに
気を使っている方のお力に、ほんの
少しでもなれれば”と思いたすので、今後も、
購入することによって応援していきたいと思います。

「チャハニー」は琥珀色で味わたことのない
深い味でした。さまざまな健康機能を
持つとのこと、続けていると身体にパワー
を感じます。特許つきとは高価だけ
ど納得です。

(I・M様)

そうなんですよ〜 川村さんのHP。 (K・S様)
ぜひ見ていただきたい!! とにかくハチさんファーストレベルのこもった
おちみつを皆さんも食べてください。

「味わたことのない深い味」とても上手な表現で
素晴らしいと思いました。今までのハチミツと同じように
甘いんだろうな〜と食べた私は ひえ〜となりました(笑)

アムリットさん、こんにちは。

いつもお世話になっています。

注文品が届きました。バレンタインプレゼントもありがとうございます! 可愛らしくラッピングされていて幸せな気持ちになりました。

いつも箱を開ける時にわくわくするんです。必ずお手紙が入っていて、可愛いカードやプレゼントが添えられているので、自分でお願したものが届いたというより、プレゼントの包みを開けている気持ちになります。

お気に入りにはムングダーで家族みな大好きなので、牛乳を入れたポタージュにしようと思っています。食べると幸せな気持ちになる私のパワーフードです。いつもは一袋ですが、今回は息子家族の分もお願しました。2歳の孫も大好きなんです。

時々送られてくるご案内を見て、あれこれ試してみるのを楽しみにしてきました。これからは洗剤関係を環境に良さそうなものに変えていきたいと思っています。

いつも心のこもった対応をさせていただいて嬉しいです。本当にありがとう
これからもよろしくお願いします。

(F・T様)

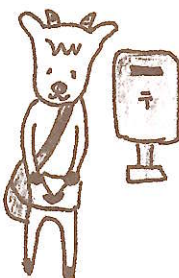
『ワクワクが届きたい!!』アムリットがいつも考えていることです。
なのでこのお言葉はとても嬉しかったです。これからもたくさんの方に
ワクワクが届きたいです!!

たくさんのお便り

ありがとうございます

お便りお待ちしております

商品のご感想をお待ちしています。
お声を頂きましたら、ほんの気持ち
ですがささやかなプレゼントを…
こちらのコーナーに掲載させて頂き
ましたら、ちょっぴり豪華なプレゼント
を、贈らせて頂きます!!!



上得意のみなさま様に

秋のめぐみフェア

2026年
9月1日(火)
～
10月27日(火)
まで

商品代金 5,000円以上お買い上げ

9月

先着
130名

国産うるち米
100% 米油使用
砂糖不使用

オーサワの

黒こしょうせんべい

1袋
280円

プレゼント!

商品代金 5,000円以上お買い上げ

1日

先着
80名

国産有機しょうが
使用、46倍濃縮
お湯や炭酸水で割って

ヒカリ有機

じんわ〜りしょうが

1本
486円

プレゼント!

商品代金 25,000円以上お買い上げ

砂糖・添加物
不使用、オイルフリー

有機大粒白いちじく

ひだまりドライ

1袋
853円

プレゼント!

9/25(金)～30(水)

商品代金 5,000円以上お買い上げ

送料お得キャンペーン

通常 700円 → 400円!

・10/5以降の日付指定対象外

・合言葉・クーポン併用不可

・新規ご注文・海外直送便

のみのご注文対象外

※1万円以上お買い上げ

送料無料は変わりません

全国一律

送料

700円

代引+200円

商品1万円以上お買い上げ → 送料無料 (北海道・沖縄・離島はゆうパック)

※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基準)

プレゼント Week!

10月19日(月)～23日(金)

この間に発送の方全員に お楽しみプレゼント!

※10/27(火)以降の日付指定は対象外

10月1日

(木) 発送分～

10/26(月)～30(金) 発送分まで

商品代金 5,000円以上お買い上げ

送料お得キャンペーン

通常 700円 → 400円!

※1/4以降の日付指定は対象外

営業日: 月～金 (土・日・祝休み)

店舗営業: 9:30～17:00

商品代金 5,000円以上お買い上げ

先着
130名

100% 植物素材
アミノ酸・特定原料
28品目不使用

バジテ

バジタブルスープ

1袋
390円

プレゼント!

商品代金 15,000円以上お買い上げ

先着
80名

長崎五島列島産
有機安納芋使用
塩不使用

野菜サクッ

安納芋

1袋
432円

プレゼント!

商品代金 25,000円以上お買い上げ

先着
50名

カリフォルニア産
無塩、皮つき

有機生アーモンド

1袋
918円

プレゼント!

実りの秋、美味しいよ～!

みんな
いただきます♪



(有)アムリット

〒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)

Ex-IL: info@amrit.jp
Instagram & Twitter
amrit-ayurveda