



アムリットのたり

2025年 3・4月号

編集：小沢泰久・有馬真有美・大森美穂

寄稿：りかお・ぽっくん

ワクワクペンギン博士

ア-コルヴェ-ダではコーヒーを推薦していませんが、アメリカのハーバード大学デュレン大学の研究者たちは、コーヒーを飲むタイミングが健康にどのような影響を及ぼすかを研究し、朝に飲むコーヒーが健康に良い可能性があることを発表しているそうです。朝だけコーヒーを飲む人は、心血管疾患による死亡リスクが低下するという結果が得られ、一方で、1日中コーヒーを飲むという人は、朝飲むほどには健康効果がなかったそうです。コーヒーを午後や夜に飲んでしまうと体内時計を乱してしまい、健康への効果を弱めてしまうと考えられるそうです。またノンカフェインコーヒーでも似たような健康効果がみられたそうです。

ア-コルヴェ-ダでは、朝はゆっくり低温モードでカパ質が高まりやすいので、白湯や室温の水をカップ一杯程度飲むことを推薦しています。上記の朝コーヒー効果は白湯を飲むだけでも似たような効果があるかもです。コーヒーファンの方、飲むなら午前中、アイスではなくホットで飲んだらいいかもね。ただ習慣は急に变えずにゆっくり変えていきましょ。午後や夜に飲む頻度や量を少しずつ減らして白湯やほんのり甘いヴァ-タティなどにセカリ替えていってはいかがでしょう。

プチ*ア-コルヴェ-ダ

春 消化力が弱いので 食事にご注意!!

春は、カパを乱さない食事・生活習慣を心がけましょ。消化力が落ちているので食事内容や量には特に注意します。からだも少し重たくなるので運動を心がけ、ハイキングや山歩きなどを楽しみましょ。

健康をつくる食事

- ・苦味を感じる春野菜(芽キャベツ、ふき、たらの芽など)を積極的に摂る
- ・からだを温めるスパイス(しょうが、クミン、カルダモン、シナモンなど)を使って調理する
- ・夕食は少なめにし、温かく消化のよいものを食べる
- ・肉や魚、卵、チーズなどの乳製品や甘いお菓子など、「重い」食べ物も避ける
- ・油をたくさん使った食事、冷たい食べ物、飲み物は避ける
- ・塩辛い味、酸っぱい味は避ける

はちみつレモンとコリアンダー漬け

カパが増大している今の時期、甘いものは避けたほうがいいのかと、疲れたときなどは是非はちみつが欲しくなる…。そんなときは、唯一採ってOKな甘味、非加熱のはちみつを使ったドリンクを。脂肪除去の効果もあると言われていのでダイエットにも最適。体の熱を冷ましてくれるコリアンダーシードを合わせて、爽やかな飲み口。

〈材料〉(作りやすい量) *印はアムリットで販売しています
無農薬レモン…2個

- * 非加熱はちみつ…250g
- * コリアンダーシード…小さじ1

〈作り方〉

- ① レモンを薄くスライスする
 - ② 煮沸消毒した瓶にレモンとはちみつ、コリアンダーシードを交互に入れて漬ける
 - ③ 最低でも半日漬けてレモン汁でシロップ状態にする
 - ④ コップにシロップを15cc入れ、水300cc程度で割る
- ※ 加熱してしまうと臭いがないので、必ず常温の水を使てね。



ハウオリの

第100話

印度的な生活

ポハ! 近所のよく行くスーパーのレジに「伊藤」と名札をつけた、母によく似ている人が働いています。その伊藤さんはもう長く働いていて、私が買い物に行くとき、だいたいレジにいます。4ヶ所ぐらいレジのコーナーはあるのですが私はいつも伊藤さんのところに並び、こっそりと母を思い出しながら、伊藤さんを観察するのです。ちよとしたストーカーですよね(笑)。1月半ば、外猫のしまちゃんが療養することになり。(この話はまた次回にでも)、家に入れるのに猫用のボディスタオルを買ったついでに買いました。その時の買い物はしまちゃんの病状の心配もあり、私の気持ちはちよっとんよりしていました。そしていつものように伊藤さんの列に並び会計をしてもらっていたら、伊藤さんが「ネコちゃん、かわいいでしょ!」と笑顔で突然話しかけてくれたんです。「いい! 5匹います!」とあわて返事しました。混んでいる時間だったのでそれだけの会話でしたが、帰りの車の中で猫好きだった母が伊藤さんに私を元気づけてくれたり頼んでくれたりような気がして嬉しく涙でいっぱいでした…。伊藤さんに気がついて、お仕事がんばってください、影ながら応援します。マハロ。

ア-ユルヴェ-ダ
から 診る

花粉症・アレルギー



花粉症などのアレルギーに悩む人は多いもの。
症状が本格化する前に生活習慣を改善することで、
つらい症状からさよならができます ♪

症状がでてからでは遅い！ 冬の間には予防する

冬の寒さがゆるみ、ホカホカした春の日差しがでてくると、思いやり日光浴を楽しみたいくなります。けれども花粉症の人にとっては、眼鏡やマスクをしなければ外を歩けない、憂うつな季節のはじまり。

ア-ユルヴェ-ダでは、春は冬の間にとまったカパが暖かい太陽に当たり、体内で溶け出す季節。花粉症は、その溶け出したカパが鼻水などの形になって排出される病気なのです。

ですから、花粉症のケアで大切なのは、春に症状がでてから慌ててカパの争奪もおこなうのではなく、冬の間からカパをためないように注意することです。

ポイントは、「からだを冷やさない」「運動を習慣にする」「食事に注意する」ことです。冬の間から、温めたごま油でオイルマッサージをしたり、朝や食後に15~30分程度散歩します。食事でもっとも注意したいのは、量を減らして消化力(アグニ)を高めること。甘味・酸味・塩味の食べ物、高カロリーな食べ物も控えるとよいでしょう。

鼻炎やぜん息などそのほかのアレルギー性疾患も花粉症同様、基礎的な原因はカパの悪化です。それに呼吸器系を司るヴァータの乱れが加わることで、鼻水や咳などつらい症状を引き起こします。花粉症同様、まずはカパをととのえる生活を心がけます。



花粉症・アレルギーを改善する ポイント ♪

冬の間から以下のケアをおこないます。

- * カパをためない食事・生活を心がける
- * 毒素(ア-マ)をためない、消化力を高める食事を心がける
- * 夕食は軽めにし、夜遅くに食べないようにする
- * からだを冷やさないようにし、冷たい飲み物も避ける
- * ごま油でオイルマッサージをする
- * 朝の散歩など運動を習慣にする

鼻洗浄で
すっきりする



1. 小さめの急須を用意する(あればロタヤネティ-ポット。専門店やドラッグストアで購入できます)
2. 体温より少し温かい程度のお湯で0.9%の食塩水をつくり1.に入れる
3. 鼻を横に向け、片方の鼻孔にお湯を注ぎ、反対の鼻孔からお湯をだす。最後に鼻から鼻とお湯を吐き出す。



アムリットのおすすめ商品は
コレだよー!!

アレルギーヘルス 60粒 7,560円
季節・環境・食物に対して敏感な方に...
3個セットもおすすめ!! 22,680円のところ...
18,000円



インド占星学

NO.88

ペンギン博士
ジョーテッシュを語る

1月1日0時0分における星々の位置関係と上昇星座・第1室を蠍座として今年の日本を分析します。第1室の支配星の火星が第9室で弱くなっていることから、多くの努力が示唆されています。その努力にかかわらず、国家としては国民の容易でスムーズな進歩と幸福は感じられないでしょう。第1室の支配星が弱いことから、洪水、嵐、地震などの災害があるかもしれません。それでも、人々の人生をあまり乱すことはないでしょう。第1室内の水星は国家としての経済的な成長のための良いプランが計画されることを示唆しています。しかし、計画は部分的にのみ実施されるでしょう。

第2室に太陽と月が入っていて、支配星の木星が第7室に入っていることから、輸出入が増えることが示唆されており、国家としてはこの分野はうまくいくでしょう。

第3室と第4室の支配星である土星が金星と共に第4室に入っています。この位置関係から、人々の快適さが増すでしょう。家屋、乗り物など快適な環境に有用な施設が増えるでしょう。友好国との関係も良好でしょう。

第5室にラーフが入っていることから、研究への興味、高度な教育を学ぶ人が減るかもしれません。出生率もあまり良くないかもしれません。

第6室の支配星の火星が弱いことなどから、小国からの小騒動があるかも。政府の考え、計画がうまくいかないかも。国民に短期的な健康問題が示唆されています。

第7室の支配星の金星が、第4室に入っていて、木星が第7室に入っていることから、今年はより多くの人々が結婚するでしょう。輸出関連のビジネスがうまくいくでしょう。

第8室の支配星の水星が上昇星座に入っていることから、洪水、地震、嵐などのいくらかの問題が起こるかもしれません。

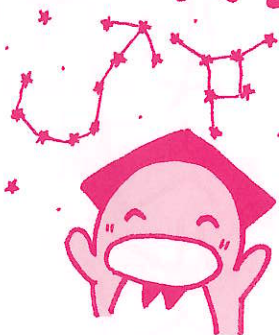
第9室の支配星の月が第2室に入っていることなどから、国家の進歩的な計画の実施が遅れ、人々が精神的宗教的なプログラムを行うのに困難を感じるかもしれません。

第10室を土星と金星がアスペクトしています。政府が新しい仕事の機会を作り出し、それらの仕事に国民が満足するでしょう。

第11室の支配星の水星が上昇星座に入っていることなどから、政府は収入を増やすように努力を重ねますが、それほど成功しないかもしれません。

第12室の支配星の金星が第4室に入っていることから、人々は生活を快適にするために、より多く出費するでしょう。政府も人々の快適さのために努力するでしょう。小さめの問題はあるかもしれませんが、大問題はなさそうですね。

ペンギン博士からのお知らせ



毎月5日間、2グループ10人のパンデットにより
継続してグローバルヤキヤが行われています。
グローバルヤキヤ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。ご協力、お待ちしております…。

＝グローバルヤキヤ専用口座＝

三菱UFJ銀行 桑名支店 普通1282020 (有)アマリット

今日も元気!!

パンギン博士。

2025年3月4月号



アユルヴェーダでは冬の間は食べて消化できなかったものがアーマとなって

春に花粉症などの症状として出てくるという考え方をしています。



皆さま、こんにちは。今年度は、地域によっては例年より4.5倍の花粉の量になるとニュースになっていましたね。



症状が出てからだとは少し遅かったりもするのですが、何も対策しないよりは、ということでも、パンギン博士とアムリットスタッフの花粉症対策を少しご紹介いたします。

その1 鼻うがい

パンギン博士は毎日しています。

その4 アレルギーヘルス

目のかゆみ
なくなりました

¥7,560

その2 ノーズオイル

オイルでバリアをして花粉の侵入を防ぐ

その3 杉檜茶

事務所にスタッフ皆飲んでます

5g x 15p ¥1,080
2g x 10p ¥454

その1 鼻うがい

ふんわり綿棒にオイルをつけて右左の鼻の入口にオイルを塗布する

ノーズオイル&ふんわり綿棒15本 ¥1,628

ぜひ試してみてください

りかあめ これ試してみた

さとう式
リンパケア
フレクサー
ソックス

皆さま、こんにちは。

今回は、「さとう式リンパケア」から生まれたフレクサーシリーズ
フレクサー黒ラメソックスとフリルソックスをお試しさせていただきました。



このお試しをさせていただくにあって思ったのが
「さとう式リンパケア」とは？でした。

さとう式リンパケアは、歯科医でもある佐藤青児先生が
顎関節の患者さん達の治療のために考案した逆転の
発想から生まれたリンパケア理論なのだそう。ここでのリンパとは、リンパ間質液のことを指すそう。筋肉の緊張と収縮をゆるめることでリンパ間質液を「流れやすい状態」にし、細胞に必要な酸素や栄養素を行き渡らせ、老廃物もスムーズに排泄することができるそう。そして、大きなポイントは「腔」。身体には、大きく分けて口腔・胸腔・腹腔の3つの「空洞」があり、この空洞を広く保てれば内臓は活発に働き、健康も美顔も美ボディも手に入るとのこと。反対にこれらの腔がつぶれると、肩こり、猫背、腰痛など、さまざまな体のトラブルを引き起こしてしまうとか。フレクサーシリーズは、腔に立体的にアプローチし独自のラインで筋肉をゆるめて体を本来の位置へと促しているそう。



めぐりを整える

肌の透明感アップ

黒ラメソックス

¥2,970

疲れ軽減

バストヒップアップに

ぽっこりお腹に

フリルソックス

¥3,850



左用

このソックスには、左右があり、足底にハートマークがある方が左足用です。特殊なサポート構造で編み上げられているせいか最初はきつく感じ、ちょっと履くのに苦労しました。特にフリルソックス履いた瞬間、ちょっと締め付けが強いなと思ったのですが歩いてみると足が軽い!! このソックスは、母指球に荷重がかかり、身体のバランスがとりやすいらしいので、そのせいかな? ちょっと歩いているのが楽しく感じました。旅行の時にも履いていったのですが、かなり歩いたのに、いつもより疲れを感じませんでした。3か月くらい毎日ではないのですが履いていて感じたのは、最初締め付けが強いと思っていたのに、今は足をきゅっとサポートされ足が気持ち良いというか楽でした。これは、リンパのめぐりが良くなったという事でしょうか? 残念ながら、下腹のぽっこり改善やバスト、ヒップアップは感じられませんでした。疲れの軽減は歩くほど感じた気がしています。*個人の感想です。

このラインが筋肉をゆるめるそう。

手紙に さとう式リンパケアを体験してみたい方は、ぜひ試してみてください。



⑤のアジアで月みて考えた。



その8
黄金仏の
恩返し

“1953年バンコク郊外、とある廃寺が取り壊されることになった。仏像たちの引き取り手を探す中、最後まで残された、何だか不細工なわりに大きな、漆喰の仏像…。ようやく行く先が決ったと喜んだのもつかの間、本堂からの搬出中、思いもよらぬ重さで、クレーンが故障、翌日まで屋外に置き去りにされる羽目になり、一晩中大雨に打たれ、衰れ漆喰は崩れ、更におんぼろに…。と思いきや、内からキンキラの黄金仏が現れた。曰く、700年前に造られ、高さ3M、重さ5.5t、ほぼ純金。隣国との戦争中、奪れぬよう隠されたものらしい。”
その後、この黄金仏は、バンコク市内のとある古刹に落ちつきました。

1990年代初頭、⑤は雨季のバンコクにおりました。インド大使館からの帰り道、チャイナタウンの入り口に、人気のない小さなお寺を見つけ、一休みするためお堂に上らせていただきました。一般のタイのお寺は、拝観料もなく、本堂は天井が高く、風通しが良いので、暑さをしのぐ為には最適だったのです。この日もしばらく拝観した後、裏口の方に行くと、本尊の須弥壇から外れた端に、輝く金色の仏像が、のほほんとして座していらしたのです。後の壁には、古い写真が貼っており、漆喰から現れた黄金仏の由来が簡単に説明されていました。同じ様に経歴がミステリアスな、エメラルド仏(ワットアラク)には、それが安置される処は栄える、という伝説があり、実際、タイは東南アジアで唯一植民地化をまぬがれるなど、恩恵を受けているようですが、この黄金仏にその様な‘いゆゆ’がある様には、この時思いませんでした。か、考えると、純金の仏像が無頓着に出口の横にぽんと置かれているのも、仏陀の無執着の教えを体現しているようではあつたかもしれませんが…。

時は流れ2000年代も10年程が過ぎ、タイも以前にも増し海外からの旅行者で賑わうようになってきた頃、あの黄金仏のお寺を再訪する機会がありました。

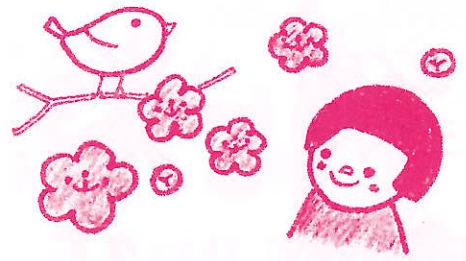
到着してすぐ目に入ったのは、何と、大型観光バスの団体客。そして、あの小さなお堂はどこにもなく、庭もなく、全てが壊れてしまっていました。さて、あの黄金仏は何処に？一周見回すと、狭い敷地に似合わないほど立派な、黄金色の屋根に白亜の尖塔を頂く宮殿風？の仏塔、(3階建て?)が…。聞くと、あの黄金仏を納める為のもので、近々完成、それまでは黄金仏は拝観できないとのこと。タイでは特別な寺院を除いては、お寺は信者の寄付のみで成り立っているのだ、もちろん大きな寄付があつたにちがいない、もしかしたら中国の富裕層の方からかもしれない…と勝手な想像もふくらみました。五余曲折、新居に鎮座することになった黄金仏は、さらに多くの人を呼び込むことでしょう。そしてその分富貴や幸福を求める人々の思いを受け取ることになるのでしょうか。半世紀以上の時を経て、かつてはつとしない？見た目の自分を引き取ると決めてくれたお寺への黄金仏からの恩返しが出来たということになるのかな…。

ちなみに、
今のあのお寺の本尊は、
あべからぐおしゃか様像。
日本のお寺ではあまりお見かけしませんね。

おまけ
お寺の名は
ワット トライミット
現在は
拝観料
が必要
らしいです。

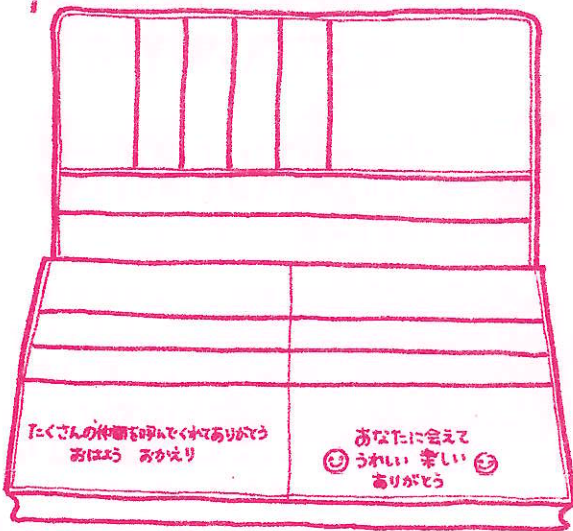
縁起の
良い

春です、



お財布、新調しませんか?

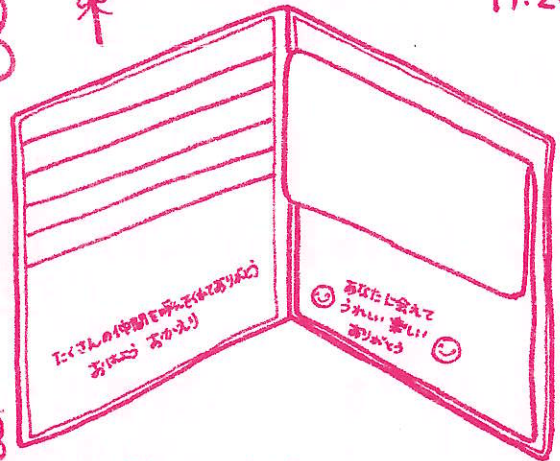
友を呼ぶお財布・札入れ 12,222円



仲間を呼んでくる不思議なお財布です。
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。
やわらかな手触りで手になじむ牛皮製。
このお財布に縁があって来てくれたお金に、
たくさんの「ありがとう」の言葉で歓迎して、
仲間をたくさん連れて帰ってきたくなる財布
です。

贈り物に
人気です!

友を呼ぶお財布・二つ折り 11,204円



売切り商品特別企画

「幸運を呼ぶ札・ホログラムなし」の商品が
在庫限りで終了となります。そこで皆様に幸運
のおすそわけ企画を〜!!

「友を呼ぶお財布・札入れ」をお買い上げの方に…
「友を呼ぶお財布・二つ折り」

「幸運を呼ぶ札ホロなし」

1枚プレゼント!! (※種類はこちらで選んでいただきます)

「幸運を呼ぶ札・ホログラムなし」
どれでも3枚お買い上げの方に

幸運を呼ぶ壹万円札(二万円札・三万円札) ホログラムなし各315円
ホログラムあり 各419円



新しく財布を買ったとき、初めに入れる
金額を財布が覚え、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」
「そんなのあったら面白いね」という笑い
話から誕生したグッズです。

この音分がホログラムになるかならないかです…

※本券はお金ではありません。
財布に収め直す際は誤使用にご注意下さい。

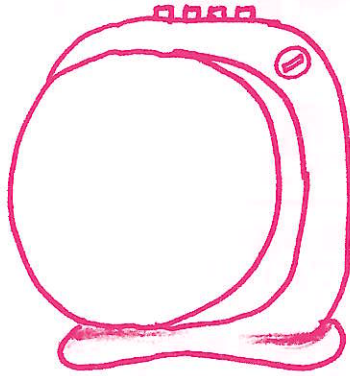


花粉対策しっかり!

売切りごめん!

PM2.5 とるとるフィルター

4,471円



※メーカー製造終了につき在庫限りにて販売終了
「サーキュレーター」に取り付けるだけで、高性能な空気清浄機に早変わり!

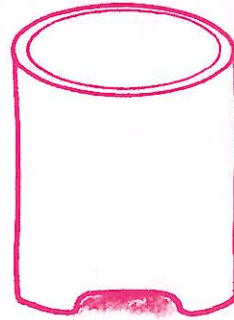
このフィルターを取り付けサーキュレーターを回すと、お部屋の中を漂う花粉、ハウスダスト、タバコの煙、ホコリ、PM2.5等を背面から吸い込み、特殊加工によってお部屋の中にはクリーンな空気が広がります。

「PM2.5とるとるフィルター」を装着すると、サーキュレーターからはほとんど風が出てきません。「PM2.5とるとるフィルター」は秋から冬、春シーズンにご活用いただくことで商品を年中快適にご使用いただけます。またサーキュレーターの風量を「弱」にさせていただくことで、PM2.5や花粉を効果的にキャッチしていただけます。

=メーカー直送品=

ニューピュリファイア凍

52,800円



テラヘルツ & 特殊セラミック
の力で、清浄 & イキイキ
空気たっぷりの空間に
導く空気清浄機!!

「ニューピュリファイア凍」は、一般的な(ユニット)アルミ塗装仕上げ(ファン)80×80×25(mm)ボールベアリング使用DCファン:12V DC(アダプター)29×29×33(mm)色:ホワイト電源:入力電圧 240V AC 50/60Hz出力 5VDC 1A(使用範囲)6畳/1Hメーカー保証期間:1年

「ニューピュリファイア凍」は、一般的なフィルターで汚れを除去する空気清浄機とは違い、質の高いテラヘルツと特殊セラミックを内蔵したテラヘルツボールに電動ファンで空気を送り込むことで、清浄でイキイキとした空気がたっぷりの空間へと導きます。また、本体内部には銀イオン加工が施されており、雑菌の繁殖を抑えることも可能です。もちろん、フィルターの交換などのメンテナンスは一切必要ありません。

ノーズオイル&ふんわり綿棒

(15本)

1,628円



鼻から守る新習慣!!
クリーン、スッキリ爽やか♪

【ノーズオイル】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

ノーズケア用の「ノーズオイル」は卵殻膜とオイルの力で鼻を保護し、ペパーミントですきり鼻の乾燥を防ぎ保湿します。

綿球が大きめの専用綿棒15本付き。持ち運びやすいチャック付きのOP袋入り。

数量
限定

ノーズオイル用ふんわり綿棒

15本×2袋 528円

粘膜を傷つける恐れがありますので、鼻の奥まで入れないよう、ご注意ください。



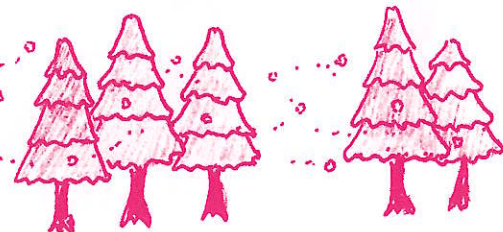
PKオイルスプレー

150ml 3,300円



口臭やお口の乾燥が気になる方に
成分:ゴマ油、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、ユーカリ葉油、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。セサミオイルをベースにプロポリスや高濃度茶カテキンを配合、口腔内の汚れや乾燥を防ぐことが健康にもつながります。ペパーミント精油配合のさわやかメンソール風味です。唾液が減少しお口が乾燥すると口内の菌が繁殖しやすくなります。セサミオイルで保湿し、プロポリスやカテキンで口内環境を整えます。



春にオススメ!

アレルギーヘルス

60粒 7,560円



原材料：カリジリ、マゾーゴールドの花、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

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ーダ食品です。

インナースキビューティー

60粒 7,560円



原材料：アマテ、セイヤカミロバラン、ターメリック、フェネル、ニンニク、松脂、ガムグレル、シナモン

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。お肌を光輝させるために、体内をピュアに保つように特別にブレンドされたアユルヴェーダの神秘の効果を、お楽しみください。また、アーマが気になる方、体がだるい方にもおすすめです。



お得なセット
購入がおすすめ!!

2コセット → 14,000円

3コセット → 18,000円

※ 組み合わせは、自由です。
在庫状況でご希望におたえできない場合は、ご了承ください。
※ 全ての割引対象外です。

カパクリア

120粒 3,700円



カパティー

20TB 2,700円



杉檜茶

お試し 2g x 10P 454円
大 5g x 15P 1,080円



原材料：フウセンアサガオ、アジョワン、長コショウ、黒コショウ、乾燥ショウガ、インディアンバイルーフ、インドショウズク、タルク

アユルヴェーダ由来のハーブたちのシナジー効果が、増強し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るドゥシャクリハーブタブレットです。

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

バシ身元气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朝の快適な目覚めと活力を与えてくれます。

原材料：ほうじ茶、杉茶、檜茶

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たお茶です。鼻のぐしゅくしゅ、目がかゆい…が飲むと軽減すると評判の商品です。



ショウガで消化カアッブ!

金時ショウガ粒

国産 720粒 5,400円



香りの素「ガラナラクトン」と辛み成分「ジンゲロール」は他のショウガに比べ約4倍も含有!
1回8粒を目安に1日1~3回水かお湯と一緒にどうぞ

蒸し金時ショウガ(粉末)

ミャンマー産 100g 3,240円



蒸すことでショウガオール含有量が増加
茶サジ1杯位を目安に飲み物に入れたり、お料理にも

ひふみセット

インド・中国産 80g 1,080円



クミン・ジンジャー・コリアンダーの3種をミックスしたセット。
お腹の調子をととのえます。
食後、お白湯と一緒にどうぞ

トリカトゥ

石垣島産 30g 1,400円

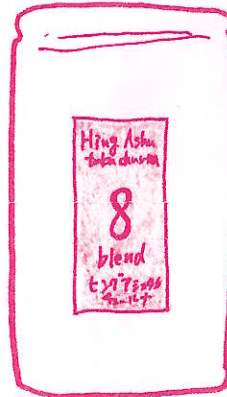


Trikatuのtri=3
Katu=辛いという意味
Trikatuは、3つの辛く温める作用を持つスパイス。
コショウ、長コショウ、ショウガパウダーを同量ずつ混ぜたシンプルなハーブミックス。
アグニ(消化の火)を刺激し、デトックス、消化カサポート、余分なカバも取り去ります。

ヒングアシュタカチュールナ

石垣島産 30g

1,600円



ヒングアシュタカチュールナは消化器系の不調に使われるアールヴェーダの代表的なハーブホーミラ(組み合わせ、慣例)
アグニ(消化カ)のバランスを整えるサポートをしてくれます。
前回ご紹介したところ、好評だったのでしばらく継続します!

原材料: ナガコショウ(スリランカ)、コショウ(インド)、アジョワン、キャラウェイ、クミン、ショウガ、ブラックソルト、ヒング

ヨギティー

アメリカ産 16TB

レモンジンジャー

1,430円

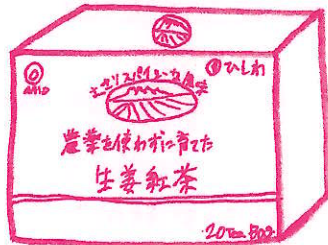


おなかの健康サポートせ
身体を温め気分をスッキリ
させてくれるジンジャーと相性の良いレモンの組み合わせ。
消化サポートにも!

農業を使わずに育てた

生姜紅茶

20TB 410円

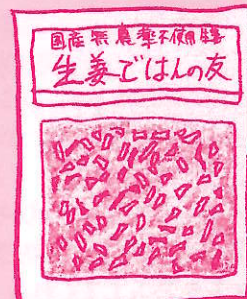


農業を使わずに栽培したフレッシュな香りの飲みをおえたケニア紅茶。
ピリッとスパイシーな有機生姜をブレンドした紅茶。

数量限定

生姜ごはんの友

国産 80g 432円



原材料:
生姜、かつお節、
漬け原材料
(しょう油、麦芽水飴、
米酢、粗糖、しょう油、
もちみ、食塩(再結晶
塩)、かつおだし、
昆布だし、本みりん、
梅酢)

国産農業不使用生姜使用。
生姜のシャキシャキとした食感と辛み、
かつおの風味がごはんによく合う
温かいご飯にのせたり混ぜ込んでどうぞ

春のデトックス



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してくれる
 島根県出雲地方産高純度ゼオライト
 100%配合。

無味無臭、透明色なのでおせよみの飲み
 物に噴きかける他、お口に直接スプレーして
 こー使用ください。
 1日5〜10スプレーが目安



アーマクリア インド産 120粒
ハーブタブレット 3,700円

ア-ユルヴェ-ダ由来ハーブの
 相乗効果で増悪したア-マを
 効果的に取り除き、クリアな
 バランスをもたらせてくれる
 ド-シャ-別ハーブタブレット。

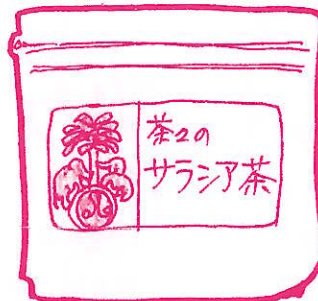
1ヶ月1瓶を目安にしてお召し
 上がりください。



有機タンポポ茶
 2g×24TB 1,425円

ポーランド産有機タンポポの
 根100%

香ばしく深みのある苦みとココ
 1包でカップ1杯(約140ml)分
 ひもつき無漂白三角ティーバッグ
 ノンカフェイン

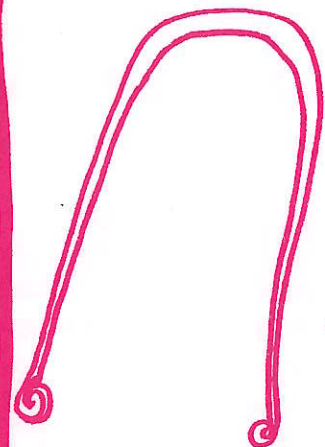


サラシア茶100%
 インド産 3g×30TB 3,780円

美と健康のお茶
 脂肪や糖が気になる方に
 ※在庫限りにて販売終了
 お見逃しなく!

サラシア茶はインドに自生する樹木サラシアオブロンガの根茎
 を細刻焙煎したもので、「美容と健康のお茶」として
 愛されてきたヘルシー飲料。最近の研究により過食、
 運動不足による余分な糖質や脂質が体への沈着を
 抑制することがわかりました。毎日の生活習慣にどうぞ!

体の中からキレイに！グッズ



ドクタータング 国産 4,500円
 ステンレスの上に24金コーティング

シルバープレートタング
 オランダ産 2,500円
 銅の上に厚めの銀コーティング

銅製タングスクレーパー
 インド産 1,584円
 銅イオンで殺菌効果も。
 ※若干銅の味があります。

純銅マグカップ 国産 280ml 4,400円



一般市場では
 入手しにくい錫
 メッキなしの銅カップ
 内側は銅そのまま
 なので、使っている
 間に変色(黒色)
 してきます。




問題ありませんが、気にな
 るようになったらお湯や
 塩しそん等でゴソゴソ、
 よく洗って下さい。

毎朝の舌のクリーニングは、ア-ユルヴェ-ダでは、材質と
 して、金・銀・銅・金銅・真鍮の順におすすめしています。

ア-ユルヴェ-ダでは毎朝
 一晩銅カップにつけたお水
 飲むのをすすめています。

春の**おいしい**限定品

味噌屋のまかないみそ汁シリーズ

-  蔵出し信州こうじみそ 5食入
 -  蔵出し完熟白つぼみそ 5食入
 -  3種の信州みそ合わせ 5食入
- 各 378円

数量
限定

有機みそ ヴィバルディ

600g 1,350円

原材料：有機米、有機大豆、食塩



「ヴィバルディ」はふし、「お味噌に音楽を聴かせたらどうなるのだろう」という好奇心から生まれたものでした。

「お味噌にクラシック音楽を聴かせるとどうなるのですか」とお客様に聞かれます。ワインなどの水分が多い食品では音楽を聴かせた交果がハッキリと出ていますが、お味噌は水分が約50%ほどの半固体体であるためか、交果は明らかではありませんが(笑) 香りがよく、柔らかく感じます!!



味噌屋だから知っているっておきのおみそ汁を商品にしました。味噌蔵に眠っているじっくり熟成された味噌に、具を入れてお湯を注ぎ、最後にかつおぶしをパッとひとふり。素材本来の豊かな味わいをお楽しみいただけます。使用したのは、味噌、かつおぶし、具*だけ。自然の恵みだけで、みそ汁はここまでおいくなる!!

*品質保持のため、醸造アルコールと、食塩を使用しています。(乾燥ねぎ、乾燥わかめ)

クリスピースナックシリーズ

- *クリスピー タイター
 - *クリスピー モカ
 - *クリスピー チョコレート
- 各60g 各410円

NEW
この味も
めっちゃうま!!



小麦粉の代わりにココナツ粉を、バター・食塩の代わりに、ココナツ油・ヒマラヤ岩塩と海塩を使用。おいしさも妥協せず、素材の味を生かして作っています。フィンガーサイズで食べやすいお手軽スナックです。

タイター

クセになる
ミルクティーの香り

モカ

コーヒーの芳ばい
香りが絶妙!

チョコレート

豊かなココアの
風味が甘すぎず
Good!

NEW にんじんグラノーラ

80g 499円

原材料：有機にんじん、有機オーツ麦、レーズン、バナナピューレ、米油、米粉、かりぼちゅの種、黒砂糖、てんさい糖、食塩、シモンパウダー、ジンジャーパウダー、ターメリックパウダー、ナツメグパウダー



にんじんは免疫力のアップ、アンチエイジングなどの交果がある栄養素β-カロテン、カリウム・食物繊維を多く含む緑黄色野菜です。そんなにんじんの栄養価を「最も含む」形で製造しています。食べ飽きないようにあえて小さくさまざまな形が含まれており、ヨーグルトなどにかけて食べている間も全体がしんなりせず最後までザクザク食感を楽しめます!!

NEW



北海道ギー

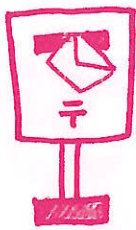
390g (450gと表示されていますが誤表示です)
3,200円

バターに近しい味なので
ギーが苦手な方にもおススメ!



インドで何世代にもわたって受け継がれてきた伝統的なギー作りの技法を尊重し、北海道・富良野の自然豊かな土地で作られた、バターを使ったギーです!!

富良野の清らかな空気と美しい大地で育った牛たちが生むミルクは豊かな風味と栄養をたっぷり含んでおり、そのギーは自然の恵みを感じさせる味わいを堪能できます。



お客様リクエスト商品



3~6月限定

サクラントリートメントカラー

各200g(約1ヶ月分)
各3,850円

カラー：ナチュラルブラック・ライトブラウン・ダークブラウン(ライトブラウンのみは染まりが弱いです)



使うほど髪に艶とハリを与え、スイゼンジリ配合の白髪染め

無添加

無添加でサクテン配合。髪本来の美しさを保つため原料にもこだわりました。*

お手軽

毎日のトリートメントとしてお使いください。

染毛力

使い続けるほどにしっかり染まります。

消臭

シクロデキストリンの効果で、毛穴や頭皮の汚れや皮脂を取り除き、頭皮の気になる臭いを解消します。



混ぜて使うと色が長持ちします!!

現在出回っている白髪染めのほとんどが、過酸化水素水で髪のメラニンを壊して脱色し、化学変化を使って染める白髪染めです。人によっては、アレルギー、かゆみ等が起ります。

サクセントリートメントカラーは化学変化を起こさない染料を使用。おだやかに優しく染めます。ヒアルロン酸5倍の保湿力を持つスイゼンジリ多糖体をたっぷり配合し、痛んだ髪を補修し、使い続けるほど艶髪に…。

3~6月限定

いちごの約束

36包入 4,320円

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



1袋で1日のビタミンCと葉酸が!!

酵素なのにスイーツのように美味しく、身体に良い、いちご酵素ジュレです。いちごには「ビタミンC」や「アミノ酸」、「ポリフェノール」や「葉酸」などがたくさん含まれていて抗酸化作用がとてもしっかり強い果物です。疲労回復や免疫アップ、

冷え性の改善やコレステロールの抑制にも効果もあり、花粉症などの緩和にも良いと言われています。さらに酵素も消化や代謝を助ける働きがあります!!

いちごの目覚め

30包入 4,320円

原材料：無農薬いちご、てん菜糖、オリゴ糖、米粉、酵母、ショウガ、ナガコショウ(ヒバツ)、黒コショウ、ビタミンC



アールヴェーダの最強スパイス

「トリカトゥ」をブレンドしました*

甘味と酸味の発酵いちごに、スパイスの辛味・苦味・渋味が加わり、五味と発酵の旨味の目覚めのパワーが1袋にぎゅっと詰まっています。3種のスパイス「ショウガ」「ヒバツ」「黒コショウ」をMIXした「トリカトゥ」には鼻炎や花粉症の改善、皮膚疾患の改善、むくみや肥満の改善にも期待できる最強のスパイスです!!

数量限定

ひしわ有機

アールグレイ紅茶

20TB 540円

原材料：有機紅茶、香料



ひしわ有機アールグレイは爽快なベルガモットの香り。香りを楽しむには、やはりストレートが一番!! 茶葉が持つ本来の香りを存分に楽しめます。

数量限定

農薬を使わずに育てた

アッサムブレンド紅茶

20TB 378円

原材料：紅茶



「農薬を使わずに育てた紅茶」に有機アッサム紅茶をブレンドし、フレッシュな香りです。渋みが少なく、深みとコクがあります。ミルクを加えてもコクがしっかり残るのでミルクティー好きの方には特にオススメ!!



変化の多い春を元気に過ごす



頭と心に…



フルハート

60錠 9,720円

原材料: ツボクサ・アスパラガス・菖蒲・ルンギア・スカンデンス、カニコソウ、長コショウ(ヒバツ)、ナツメグ、バラ、栗、純金銀箔

春のシーズンは色々あり、気づかない内にストレスとしてかかえ込んでいませんか? 豆もスッキリ! ハジも軽く!



Next K

生ゼリー 30粒入 6,512円
グミタイプ 56粒入 6,112円



ストレス・年齢からくる悩みには! 脳の専門家でも注目サプリとして採用されているK・リゾレシチン含有食品です。

K・リゾレシチンは全ての栄養素の「触媒」であり「受け皿」です。全ての細胞膜になくてはならない「栄養素」で、コントローラーとして脳内のバランスをサポート! 別名「ブレインフード」とも呼ばれており、知能指数や感情指数のコントロールもサポートします。



フルハート
3個セット

お得です!!
29,160円 → 23,000円
※全ての割引対象外

数量限定
お早めに
どうぞ!

ブラーミーハーブ タブレット

60粒 2,400円

原材料: ブラーミー(パコパ)、タピオカ粉



ブラーミーは、とても人気のあるアールヴェーダのハーブ。インドでは3000年にわたって伝統的に使われてきました。滋養を与えるものであることから、多様な健康パワーを発揮し、「学ぶ、考える」をサポートしてくれます。

つぼくさ茶 ゴツコラ100%

308 1,700円

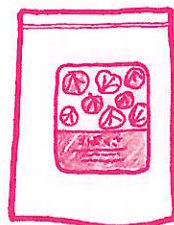


ゴツコラには特に神経と脳細胞を活性化する効果があると考えられ、記憶力を高め老化や老衰を遅らせる、認知予防などさまざまな効果が期待されています。味は日本茶に近く、甘みとよのちほんのリ苦みがあります。

ツボクサパウダー

308 1,800円

原材料: ツボクサ



高価なツボクサを余すところなく全て摂りたい! という方に。抹茶のようにして、お湯によくかき混ぜて飲んでよし、青汁、もしくはグリーンスムージーの材料としてもいいですし、パンやお菓子作りの際に使ってもよし! 工夫次第です!



体に…

カリカセラピ クロガリンド

中 40粒 12,500円
大 100粒 26,000円

継続は力なり
定期購入も
おすすめ!!

100カプセル
16,740円

原材料: 黒ガリゲル粉末、ゼラチン



中サイズにはカリカ浴、大サイズにはカリカ浴+カリカ石けんをプレゼント! 原料には、パパイアの中でもとくにエネルギーの高い未熟果のパパイアを厳選。大自然の「パワー」がそのまま活かされているから、毎日の元気サポートに良いと大好評!!

主原料の「黒ガリゲル」は、東南アジアの山岳地域に自生するショウガ科の植物。東南アジア山岳帯原産のウコンや生姜の仲間にあたる別種植物であり、東南アジアでも一部の限られた気候と土壌でしか栽培できない幻の植物です。



お便りも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!

梅醬番、昔母が勧めたく水子した。私の母の味です。
梅醬エキスは昔を思い出します。これは塩味に力が着き
元気が出ます。一方血圧も上げます。そこで酸味のクエン酸
が血液をサラサラにして水子したと思ひます。夏の
体への害を予め考え之が飲み物なのです。
有難いから正座して飲みます。

(K.H様)

じわじわと人気商品になってきた「梅醬番茶」、少し前、いくつかの
テレビ番組で取り上げられていました。血流を重かしたり腸内を
正常化したりする効果が期待できるデトックス飲料だそう。
飲むタイミングは空腹時が特に良いようです!!

お便り欄・お客様の声大募集!

先日北海道のギーありがとうございます。ギーを使い始めて29分
ぶり年世以上使っていると思います。ギー料理すると、何でも
おいしくなるという魔法の油の様です。今ではギー無し
料理は考えられない位です。北海道のギー等し製品の
香りがとても増かして、今迄感じた事がない、おいしい香り
香りでした。料理に使用した後は、今迄と変わりが
おいしい味に仕上がりました。ふんわりと軟かい
使いやすいギーでした。ありがとうございます。

ギー大女子キペンキ博士。ん?コレ (J.C様)
本当にキー!?!”と思う程あのギー 独特の香りが無い。
でもあの香りが苦手な人にもギーを楽しんでもらえるなら
OKだ! とポジティブに考え、販売を決定しました!!

2回目のオーダーになりました。ヴェーダ天文台の絵と、ギーをお願いしました

ギーの容量も一人暮らしにはちょうどよく風味豊かで美味しいです!

そして何よりもクリスマスプレゼントいただきとても感激しました。

オーサワのカレーやナッツバーなど、どれも嬉しいものばかりでした

思いがけないサンタさんに一人こころ癒されました

手書きのこころのこもったお便り、アムリットだより、それに撮った方の気持ちが伝わってくるポートレート

心が暖かくなりました。すてきなお店に出会いました

これからも、よろしくおねがいします。(Y.K様)

お客様へのプレゼント・アムリットだより、どういった物を
お届けしたら喜んでいただけるだろう...スタッフ全員で試行錯誤
しています。このようにご意見をいただくと本当に嬉しいです!!
これからもたくさんの方に喜んでいただけるよう、がんばりたいです~♪



お便りお待ち

してあります

商品についてのご意見・ご感想を
とんとんお寄せください。ほんの気持ちですが
ささやかなプレゼントをお送りさせていただきます。
こちらの「お便りコーナー」に掲載いただいた方には、
もう少し立派な? (笑)プレゼントをお送ります。

上得意の
あなた様
だけに♡

春の芽吹きキャンペーン

2025年
3月3日(月)
～
4月25日(金)

3月3日

日(月) 発送分～

先着 **150名** 商品代金5,000円以上お買い上げ
国産100% 国内産有機人参ジュース 198円
添加物不使用 プレゼント!

先着 **80名** 商品15,000円以上お買い上げ
国産100% VEGAN カレー-めん 270円
動物性原料不使用 プレゼント!

先着 **50名** 商品25,000円以上お買い上げ
有機にんじん THIS IS SALAD 1袋 499円
フルーツの板 (こんじんグラノーラ) プレゼント!

アマリット
スプリングweek
4月21日(月)～25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
指定は対象外です。

※キャンペーンプレゼントはなくなり次第終了

4月1日

日(火) 発送分～

先着 **150名** 商品代金5,000円以上お買い上げ
うま味調味料 「味噌屋のまかない
不使用即席みそ汁 みそ汁」シリーズ 3種の中から 1袋 372円
プレゼント!

先着 **80名** 商品15,000円以上お買い上げ
国産農業 生姜ごはんの友 1袋 432円
不使用生姜使用 プレゼント!

先着 **50名** 商品25,000円以上お買い上げ
国産有機 オーサワの有機麦茶 1袋 550円
大麦100% プレゼント!

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(火)～31(月) 発送分まで
4/25(金)～30(水) 発送分まで
※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

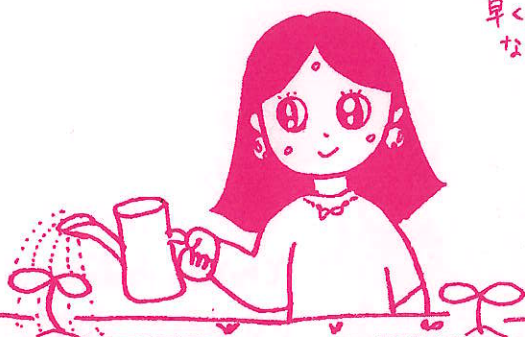
営業日: 月～金(土日・祝休み)
9時～17時 ※当日発送最長14時受付まで

全国一律 商品1万円以上
送料700円 お買い上げ → 送料無料
代引き+200円 ※北海道・沖縄・離島はうパックのみ

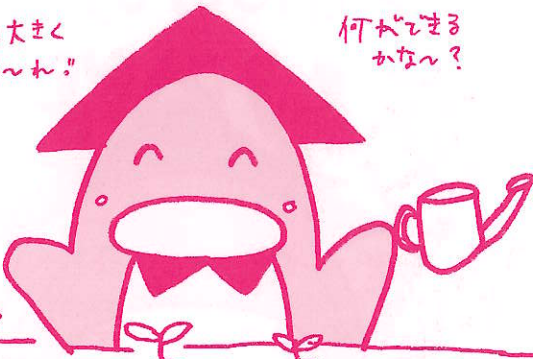
※クレジット払いポイント対象外
※原則商品は指定日の2日前発送
(キャンペーンプレゼントは発送日基準)



←アマリット
Instagram
商品の入荷状況、
限定品、お知らせ等
フォローがいいね!が
はげみになります♡



早く大きく
な～れ!



何でできる
かな?♡

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

アマリット
Webサイト →