

すこやか通信 アグリ生活

# あぐりっしゅ ※ AGRICHE 2026.6

※「あぐりっしゅ」は、アグリとフランス語のリッシュ(riche/豊かな)の造語です。

vol. **138** 雨音楽しむ  
初夏の時間

色鮮やかな紫陽花が街を彩る季節となりました。  
皆様いかがお過ごしでしょうか。

六月は雨の日も増えますが、しっとりとした景色の中に季節ならではの美しさを感じられる時期ですね。  
身近な自然や暮らしの中の小さな楽しみを見つけながら、穏やかな初夏のひとときを過ごしていきたいですね。



Instagram・クックパッドで  
レシピを公開しています！  
アグリ生活の商品で楽しくおいしいレシピをご紹介します。



「とても大好きな味です！」  
ほろ苦く、少し大人味な感じで、苦すぎず食べやすく  
紅茶やコーヒーなどにも合う味だと思います！

(岐阜県 F・R様)



「飲みやすくて、続けられそう！」  
イノシトールをしっかりとりたくて始めてみましたが、  
とっても気に入ってます。

(大阪府 Y・M様)



「気に入ったので、定期購入にしました！」  
甘過ぎない優しい味わいのほうじ茶ラテで、飲むと  
ほっこりしました。

(東京都 A・A様)



「ゴールドトリオです！」  
どのお茶も美味しくて飽きずに1年通して飲めます。  
お得に買えるので嬉しいセットです！

(千葉県 I・M様)

## お客様の声大募集！

お礼プレゼント！あなたのお声お待ちしております！  
※ハガキでの応募を終了し、応募フォームからの応募へ変更致しました。



アンケート&応募フォームは  
こちらから！

あぐりっしゅのプレゼント企画に応募頂けますと、抽選で下記の特典をプレゼント！

アンケート上でご選択いただいた  
ご希望商品をプレゼント！

発行物に掲載された  
お客様 楽天のお客様の場合はレビュー掲載で  
30%OFFクーポンをプレゼント！



※本アンケートで取得しました個人情報につきまして、目的外の利用をする事はございません。

お客様の声 「うれしいお声」頂きました！

※お客様の感想であり、効果効能を示すものではありません。

アグリ生活 AGRI SEIKATSU

日本アドバンスタグリ株式会社 商品センター  
〒520-2362 滋賀県野洲市三宅457

☎ 0120-977-625

平日 10:00~21:00 / 土日祝 10:00~18:00

Fax.077-588-6122



公式オンラインストア  
<https://www.agri-life.jp/>

アグリ生活 🔍

「楽天市場」「Amazon」「Yahoo!ショッピング」「Qoo10」  
「au PAY マーケット」にてお買い求めいただけます。



※取扱商品、在庫状況は店舗により異なりますので、予めご了承ください。

# 食後の血糖値が気になる方へ。

食生活を見直したい、食後に上がる血糖値が気になるあなたに。  
バタフライピー由来のアントシアニン(テルナチン)が  
食後血糖値の上昇をおだやかにします。  
毎日飲むものだからカラダに負担のないものもいい。  
植物由来の機能性関与成分で、毎日の健康をサポートします。



楽天ショップ  
ブルーファースト  
タブレット  
◀こちらから

## 今月の注目商品

食事を楽しく、健康のための新習慣  
続けやすいタブレット

和ハーブ

## 「ドクダミ」

Agri Life

## ハーブに魅せられて vol.51



雨音がやわらかく響き、庭先の緑がいつそう深まる6月となりました。梅雨の湿り気の中で、ひっそりと白い花を咲かせる身近な和ハーブがあります。今回は、前号でご案内した通り、梅雨時期の代表的な和ハーブ、ドクダミについてお話します。

### ■雨の季節に咲く白い和ハーブ

ドクダミは、湿り気のある半日陰や庭先、道端などでよく見られる多年草です。6月頃になると、緑の葉の間から白い花のような姿をのぞかせます。どこか控えめでありながら、雨の季節の緑の中ではっと目を引く白さ。ドクダミは、梅雨の風景に静かな清らかさを添えてくれる植物です。

### ■「十薬」と呼ばれてきた暮らしの薬草



ドクダミは、古くから「十薬(じゅうやく)」とも呼ばれてきました。その名は、さまざまな用途で暮らしの中に役立てられてきたことに由来するといわれています。

独特の強い香りを持つため、苦手に感じる方も少なくありません。一方で、その個性的な香りこそがドクダミらしさでもあります。昔の人々は、花の咲く頃に地上部を刈り取り、陰干しや天日干しにして保存し、お茶や入浴など、季節の養生として日々の暮らしに取り入れてきました。

乾燥させると香りがやわらぎ、健康茶としても親しまれてきたドクダミ。梅雨の湿気がこもりやすい時期に、植物を干して備えるという行為そのものにも、季節と向き合う昔ながらの知恵が感じられます。

### ■名前に込められた不思議な力

ドクダミという名前には、いくつかの由来が伝えられています。独特の香りから「毒溜め」と呼ばれたものが変化したという説や、毒を抑えるという意味の「毒矯み(どくため)」から転じたという説があります。少し強い印象の名前ですが、そこには人々がこの植物に特別な力を感じてきた歴史が見えます。

### ■梅雨を整える植物の知恵

現代の私たちにとっても、ドクダミは身近な季節の植物です。庭先で見かけると、つい雑草として抜いてしまいたくなることもありますが、その背景には、雨の季節を健やかに過ごすための知恵や文化が息づいています。

白い総苞片、強い香り、十薬という名、そして梅雨の風景。ドクダミは、日常のすぐそばにある植物にも、深い物語が宿っていることを教えてください。

雨の日が続く季節、足元に咲く白いドクダミに目を向けながら、植物と共に過ごす梅雨の時間を楽しんでみてはいかがでしょうか。

次号(7月号)では、七夕の季節にちなみ、笹と願いごとの植物文化について取り上げます。どうぞお楽しみに。

### 研究結果でも証明 テルナチンパワー

バタフライピー由来のアントシアニン(テルナチン)を、5粒あたり23mg配合。研究データに基づいた量をしっかり摂取できます。アントシアニンは、目の健康維持や美容にも良い成分です。



### 青いタブレット バランス良く食生活を改善

1日5粒を目安に。飲みやすい8mmの小粒タブレットです。忙しい毎日、食生活が乱れがち、運動が続かない方に。気軽に始めていただける新時代のための機能性表示食品です。

vol.67

## 健康の、おはなし。

### 雨の日こそ体をほぐす：6月の活動量ケア

6月は雨の日が増え、外出や運動の機会が少なくなりやすい季節です。気づかないうちに座っている時間が長くなり、肩まわりや腰、ふくらはぎに重だるさを感じることもあります。

この時期は、無理に特別な運動を始めるよりも、日常の中でこまめに体を動かすことを意識しましょう。雨で外に出にくい日は、家の中での掃除や片づけも立派な活動量アップにつながります。

また、朝にカーテンを開けて明るさを感じることや、起床・就寝時間を大きく崩さないことも、毎日のリズムを整える助けになります。雨の日こそ、こまめに体をほぐし、無理なく動く習慣を取り入れて、6月を健やかに過ごしましょう！

## アグリ生活

日本アドバンストアグリでは、東南アジア原産のハーブを活用した商品を取り扱っております。東洋ハーブの魅力や当店のハーブについてのこだわりを紹介するコーナーです。

過去の会報誌はこちら

