

こちら シマ桑情報発信局！

5 ○桑関連の書籍を紹介！

シマ桑無料モニター まだまだ募集中！

詳細は、広報7月号、または農林課まで！

今回は、みなさんにもっと桑に親しんでいただきたいと思います、町立図書館に置いている桑の本を紹介します。
日中の暑い時間帯は図書館で涼みながら、あなたにぴったりの本を探してみてください！



天恵の島・沖永良部島が生んだ驚異の食材「シマ桑」

シマ桑普及研究会 / 編 メディアパル

3大学合同の本格的な学術調査研究により分かった、シマ桑の有益性や多彩な栄養成分についてわかりやすく解説。シマ桑を育む沖永良部島の自然環境や、シマ桑の特徴・成分・機能性、シマ桑を使ったレシピなどを紹介。ぜひ、一家に1冊置いていただきたいシマ桑専用本です。

【目次】プロローグ／第1章 奇跡のシマ桑を育む天恵の島へ／第2章 天然の優良健康食材「シマ桑」完全データ／第3章 健康長寿生活へ シマ桑(得)活用術／第4章 シマ桑の里 天恵の島へ行ってみよう！



桑の葉パワーで毎日壮快！

引地 學 / 監 ジーオー企画出版

桑がなぜ注目されているのか、どのようなパワーがあるのかを、監修者の身近な出来事や体験も含めて分かりやすく紹介。桑の栄養成分に限らず幅広い情報を掲載。桑の葉のお茶の上手な取り方についても、愛飲者の声も交えながら楽しく読み進められます。

【目次】1章 生活習慣病予防に、期待される桑のお茶／2章 桑の葉のお茶は、なぜ体にいいのか／3章 桑の葉のお茶で健康になる／4章 桑の葉のお茶ができるまで／5章 桑の葉のお茶を上手に利用するために／体験談集／桑の葉コラム



桑博士のメタボ解消法

原 三郎 / 著 ケイ・ディー・ネオブック

健康食品としての桑葉の栄養成分について、既に研究で明らかになっているもの、さらに筆者自身が研究した結果に基づく内容をまとめた、桑の知識をもっと深めたい上級者向けの一冊。便秘の解消法や活動的なからだづくりについても掲載。

【目次】1章 肥満は人類の敵／2章 さらに便秘／3章 スリムになろう／4章 活動的な身体／5章 血糖値の上昇を抑える桑葉DNJ／6章 ひそかに進む動脈硬化

第3回 桑の日フェスタ ～桑を知る一日～



日時：平成27年8月30日（日） 11:00～16:00
場所：ドルフィンポートなぎさタワーまわり1F
（鹿児島市本港新町5番4号） ※荒天時中止

【催し物】

- オープニングセレモニー
- “桑”ってなんだろう？（かごしま桑振興会パネル展示）
- 美味しい桑を味わおう！（桑製品の試飲・試食・販売）
- 「桑のある風景」（絵画コンクール展示・表彰式）
- お楽しみ抽選会や蚕の展示も！
- 龍桜高等学校モードビジネス科（ファッションショー・ハンドエステ）

イベント
情報

【お問合せ】

かごしま桑振興会事務局
電話：0995-62-3030



ベリーちゃんの
ベリシーモ

朝起きて飲むコップ1杯の水は、寝ている間に失った水分を補給するだけでなく、胃腸に刺激を与えてぜんどう運動を促したり、細胞の新陳代謝を促すスイッチを入れてくれるそう。桑茶はノンカフェイン。お水代わりにどうぞ。