

ヒポクラティック・サナトリウムさん

今回はピカイチ野菜くんを飛び出し、にんじんジュース断食で健康を増進する保養所ヒポクラティック・サナトリウムさんに取材をさせていただきました!



初めての社外取材!
笑っていますか?
とても緊張しています!

取締役常務
吉田益也さん



教えてください! 断食の良い所

今回、ヒポクラティック・サナトリウムの取締役常務吉田益也さんからお話を聞かせて頂きました。私たちのつたない質問にも丁寧にわかりやすく説明して下さい、とてもありがたかったです。

Q. ヒポクラティック・サナトリウムさんではモニターのお客様が非常に多いとお聞きました。断食の良さとは何でしょうか?

何度も来られるお客様は必ずしも大病を患っているわけではありません。断食をすると断食をした人にしかわからない、抽象的で申し訳ないのですが、心地よい幸福感を感じます。五感が非常に研ぎ澄まされ、例えばお葉っぱを見ると非常に美しく感じたり、断食後の食事の味がとても濃く感じられ食事のありがたさを感じることが出来ます。普段多忙な方や自然が少ない環境で過ごされている方は、自然の中のホテルで仕事を忘れ、断食により体の中から休まることで心身共にリラックスされます。

Q. 素朴な質問ですが、断食中は体を動かしますか?

断食中は体を動かして欲しいです。ヒポクラティック・サナトリウムでは1日9杯の人参ジュースをお出しします。人参ジュースは9杯で約1000kcalありますので、体は十分動かします。自然の中をお散歩をされたり、温泉に入ったりと自由に過ごされています。施設内には運動をする器具もあり、ヨガやストレッチ体操の教室などに参加することも出来ます。

ヒポクラティック・サナトリウムさんについて

静岡県伊東市に位置し、にんじんジュース断食・玄米食・温泉等で健康を増進する保養所です。「病気は食事療法と運動によって治療できる」と主張した医聖ヒポクラテスの名にちなみ、医師である石原結實先生により1985年に伊豆高原に設立されました。通常「宿泊施設」と言う、十分なほど設備が整い美味しい食事が提供されると想像すると思いますが、サナトリウムさんは断食施設となります。

また毎週日曜日の午前8:30~11:00、ご宿泊者様を対象に所長 石原結實先生の健康講演が開催されます。日々の生活を見直すきっかけになるかと思しますので、ご興味がある方は是非、受講されてみてはいかがでしょうか。



伊東温泉で心身共にリラックス♪

断食をすることによるメリットとは

ダイエットとは違い、デトックス効果があります。普段の過食により体に溜め込んできた老廃物や有害物質を尿や汗により一気に体外に排出することで、様々な効果を感じる事が出来るのです。また、大きく違いを感じられるのが食事習慣の改善です。今までのようにたくさん食べなくても満腹感を得られようになり、濃い味が好みだった方が薄味派になったり...これは本来身体が持つ機能を取り戻したということ、より健康な身体へ近づいているのです。



にんじんジュースをいただきました! とってもおいしい!

ヒポクラティック・サナトリウム お問い合わせはこちら

電話 0557-44-0161

URL <http://www.h-sanatorium.com/>

ピカイチ野菜くんの商品がサナトリウムさんにも!?

オリジナル冷凍ジュースなどの定期お届け便のご購入できます♪

ハギーの感想

初の社外の取材だったので緊張しましたが、とても優しく丁寧に教えていただき感謝いっぱいです。断食という苦いようなイメージでしたが、ヒポクラティック・サナトリウムさんで取材をさせていただきイメージがガラッと変わりました!これを機会に自分の食事について考えてたいと思います。

みうみうの感想

腹八分目くらいで抑えておけば健康にいいとはこのことなのか!と感じました。食べ過ぎにより身体を傷める可能性が大きい事を知り、衝撃を受けました。サナトリウムさんでは1食でにんじんジュースを3杯、これを朝昼晩飲むだけ(計9杯)で1000kcalは摂取出来る事を伺い、「身体も問題無く動かしますよ」と心強い言葉を頂け、挑戦してみたいと思いました。

きゃろっぽ漫画 第4話

「断食」はメスを使わない手術である(フランスのことわざ)



きゃろっぽスタンプを
よろしく!

人参の妖精きゃろっぽの
LINEスタンプが登場!
全部で16種類!



こちらのQRコードからご購入頂けます



4月産地情報

箱根南麓のメディカル野菜セットが販売開始しました。静岡県伊豆現役のお医者さんが医療の分野だけではなく、食べるものも大切にしたいと、10年前に農業をスタート。通常の野菜だけではなく、より効率よく美味しく栄養が取れる機能性野菜やイタリアン野菜といったちょっと変わった野菜を栽培しています。もちろん農法も無農薬や減農薬のものなので安心です。8品入ったお試しセットや15品入ったボリュームいっぱい野菜セットなどありますのでぜひ一度ご賞味ください。

編集係

早4月となりました。富士山もべったりとした水分が多めの雪で覆われてくる季節。1年で最も雪がある時期という説もあるようです。今年はどうでしょうか?雨も最近多いです、そんな中クリームパンの引売りの方がびしょぬれになって「パンどうですか?」と弊社へ来ました。雨の中寒いだろうにとパンを購入。販売方法も押車で販売して大変そうですが、その人の熱意から不思議と美味しく感じるパンでした。9人買ってました。

ヒポクラティック・サナトリウムさん

今回はピカイチ野菜くんを飛び出し、にんじんジュース断食で健康を増進する保養所
ヒポクラティック・サナトリウムさんに取材をさせていただきました!



初めての社外取材!
笑っていますが
とても緊張しています!

ヒポクラティック・サナトリウムさんについて

静岡県伊東市に位置し、にんじんジュース断食・玄米食・温泉等で健康を増進する保養所です。「病気は食事療法と運動によって治療できる」と主張した医聖ヒポクラテスの名にちなみ、医師である石原結實先生により1985年に伊豆高原に設立されました。通常「宿泊施設」と言う、十分なほど設備が整い美味しい食事が提供されると想像すると思いますが、サナトリウムさんは断食施設となります。

また毎週日曜日の午前8:30~11:00、ご宿泊者様を対象に所長 石原結實先生の健康講演が開催されます。日々の生活を見直すきっかけになるかと思しますので、ご興味がある方は是非、受講されてみてはいかがでしょうか。



伊東温泉で心身共にリラックス♪

断食をすることによるメリットとは

ダイエットとは違い、デトックス効果があります。普段の過食により体に溜め込んできた老廃物や有害物質を尿や汗により一気に体外に排出することで、様々な効果を感じる事が出来るのです。また、大きく違いを感じられるのが食事習慣の改善です。今までのようにたくさん食べなくても満腹感を得られようになり、濃い味が好みだった方が薄味派になったり...これは本来身体が持つ機能を取り戻したということで、より健康な身体へ近づいているのです。



にんじんりんごジュースをいただきました! とってもおいしい!

教えてください! 断食の良い所

今回、ヒポクラティック・サナトリウムの取締役常務吉田益也さんからお話を聞かせて頂きました。私たちのつたない質問にも丁寧にわかりやすく説明して下さい、とてもありがたかったです。

取締役常務
吉田益也さん



Q. ヒポクラティック・サナトリウムさんではリピーターのお客様が非常に多いとお聞きしました。断食の良さとは何でしょうか?

何度も来られるお客様は必ずしも大病を患っているわけではありません。断食をすると断食をした人にしかわからない、抽象的で申し訳ないのですが、心地よい幸福感を感じます。五感が非常に研ぎ澄まされ、例えばお葉っぱを見ると非常に美しく感じたり、断食後の食事の味がとても濃く感じられ食事のありがたさを感じることが出来ます。普段多忙な方や自然が少ない環境で過ごされている方は、自然の中のホテルで仕事を忘れ、断食により体の中から休まることで心身共にリラックスされます。

Q. 素朴な質問ですが、断食中は体を動かしますか?

断食中は体を動かして欲しいです。ヒポクラティック・サナトリウムでは1日9杯の人参ジュースをお出しします。人参ジュースは9杯で約1000kcalありますので、体は十分動かします。自然の中をお散歩をされたり、温泉に入ったりと自由に過ごされています。施設内には運動をする器具もあり、ヨガやストレッチ体操の教室などに参加することもできます。

近づいているのです。

ヒポクラティック・サナトリウム お問い合わせはコチラ

電話 0557-44-0161

URL <http://www.h-sanatorium.com/>

ピカイチ野菜くんの商品がサナトリウムさんにも!?

オリジナル冷凍ジュースなどの定期お届け便のご購入できます♪



ハギーの感想

初の社外の取材だったので緊張しましたが、とても優しく丁寧に教えていただき感謝いっぱいです。断食という苦しいようなイメージでしたが、ヒポクラティックサナトリウムさんで取材をさせていただきイメージがガラッと変わりました!これを機会に自分の食事について考えてたいと思います。

みうみうの感想

腹八分目くらいで抑えておけば健康にいいとはこのことなのか!と感じました。食べ過ぎにより身体を傷める可能性が大きい事を知り、衝撃を受けました。サナトリウムさんでは1食でにんじんジュースを3杯、これを朝昼晩飲むだけ(計9杯)で100kcalは摂取出来る事を伺い、「身体も問題無く動かしますよ」と心強い言葉を頂け、挑戦してみたいと思いました。

きゃろっぼ 漫画 第4話

「断食」はメスを使わない手術である(フランスのことわざ)



きゃろっぼスタンプを
よろしく!

人参の妖精きゃろっぼの
LINEスタンプが登場!

全部で16種類!



こちらのQRコードから
ご購入頂けます



4月産地情報



箱根南麓のメディカル野菜セットが販売開始しました。静岡県伊豆現役のお医者さんが医療の分野だけではなく、食べるものも大切にしたいと、10年前に農業をスタート。通常の野菜だけではなく、より効率よく美味しく栄養が取れる機能性野菜やイタリアン野菜といったちょっと変わった野菜を栽培しています。もちろん農法も無農薬や減農薬のものなので安心です。8品入ったお試しセットや15品入ったボリュームいっぱい野菜セットなどありますのでぜひ一度ご賞味ください。

編集係

早4月となりました。富士山もべったりとした水分が多めの雪で覆われてくる季節。1年で最も雪がある時期という説もあるようです。今年はどうでしょうか?雨も最近多いです、そんな中クリームパンの引売りの方がびしょぬれになって「パンどうですか?」と弊社へ来ました。雨の中寒いだろうにとパンを購入。販売方法も押車で販売して大変そうですが、その人の熱意から不思議と美味しく感じるパンでした。9人買っていました。

ピカイチ野菜くん® 株式会社一粒万倍

〒419-0123 静岡県田方郡函南町間宮 897-1

TEL:0120-09-1831 FAX:055-977-7833
mail: info@pika831.com

営業時間 平日 9:30-18:00 (土日祝日は休業です)