



食の安全意識の高まり・健康志向・・・→マクロビオティック??
日本初の「マクロビオティック」携帯公式サイト
Beauty♥マクロビオ!
KDDI、ソフトバンクモバイルでも OPEN !

株式会社メディアシーク(本社:東京都港区)では、日本初のマクロビオティックの携帯公式サイトを、2009年2月オープンしたドコモに続き、KDDI、ソフトバンクモバイルでもオープンしました。

2008年に相次いだ食品偽造問題や汚染米・汚染粉ミルク問題等・・・巷でも食の安全意識はどんどん高まっています。そして、それに比例して世の中の健康志向も注目されています。その大きな流れの中に「マクロビオティック」という言葉もよく耳にするようになりました。マクロビオティックとは、日本古来の食養生を原型にした健康法で、ココロとカラダの健康に効果があるとされ、欧米各地では既に多くの方が取り入れています。近年はマドンナをはじめとするハリウッドセレブたちも取り入れて一気に知名度が高まり、日本にはいわば逆輸入の形で広がってきています。2009年2月にドコモでサービスを開始以来、会員は増加傾向、人気の高まりを感じます。そんなコンテンツを、KDDI、ソフトバンクモバイルと大手3キャリア展開することで、より多くのユーザーへの訴求と、既存ユーザーのキャリア移動をフォローすることで、常にサービスをご利用いただける環境を提供してまいります。

Beauty!マクロビオって?



ココロもカラダも健康に、キレイになれる マクロビオティック。
 Beauty マクロビオは、マクロビオティックなライフスタイルを毎日続けられるように支援する、あなたのパートナーです。

Beauty♥マクロビオ! 5つの特長

- ①日本初 マクロビオティックの携帯公式サイト
- ②専門家による品質高いコンテンツ
 (世界的権威 久司道夫氏が理事を務めるKIJ出身の講師が制作に協力)
- ③携帯サイトならではの、食事記録ツールや、レシピ検索機能の充実
- ④KIJ講師へのお悩みを相談コーナーや、掲示板などコミュニティー機能の併設
- ⑤マクロビオティック専門商材を扱うショップを併設

●コーナーのご紹介!

<p>マクロビオレシピ</p> <p>毎週、旬の食材を使ったおすすめのマクロビオティックレシピをご紹介します! レシピには、陰陽バランスやどの季節に適しているか目安が掲載されています。マクロビオティック初心者にもマクロビオティックレシピの検索も充実! の忙しい人向けに、調理時間からレシピを検索できます! ①今ある食材で作れるレシピを検索できます! ②「お肉」や「チーズ」を食べたいときの代替レシピを検索できます!</p> <p>制作協力:KIJ講師(石河 真紀子先生/中川 実恵先生/南 智美先生/渡邊 幸子先生) レシピ提供:渡邊 真梨子</p>	<p>マクロビオレシピ</p> <p>菜の花ごはん 調理 60分</p> <p>二食マクロビオ</p> <p>●陰陽のバランス (色が「陽」が赤「陰」が青)</p> <p>●食相 (色が「春夏秋冬」)</p> <p>●食事種類</p> <p>朝食 昼食 夕食</p>	<p>マクロビオアドバイス</p> <p>季節の変わり目で、肌がかゆい、悩んでいます。食事での肌の調子を保てますか?</p> <p>みんなのお悩みや疑問に、KIJ講師がわかりやすく丁寧にアドバイスします。</p> <p>肌荒れのときはどうすればいいの? 過食がやめられません? ... などの不調のお悩みや、お肉は絶対食べてはいけないの? 寒さはどれくらい湯水させればいい? ページリアンとマクロビオティックの違いは? ... などのマクロビオティックの素朴な疑問をみんなから受け付けています。</p> <p>どこで聞けばいいかわからない! 始めたばかりでわからないこといっぱい! 独学で正しいのが不安! 不調のときの対処法が知りたい! そんな人におすすめのコーナーです。</p> <p>【先生の回答】 肌荒れにはいくつか原因があります。原因別にどのような食事がよいのかをご紹介します。肌荒れの原因として、脂肪分の摂り過ぎ、お砂糖の摂り過ぎが原因となっていることが多いです。対策としては、乳製品やお肉、卵、白砂糖を使った甘いお菓子を控えましょう。吹き出物が特にひどいときには・・・</p>
---	---	---



- 【レシピ】 KIJ 講師によるマクロビオティックレシピの紹介。お肉やチーズが食べたいときにおすすめの置き換えレシピや忙しいむけ、30分以内に作れるマクロビオティックレシピ検索など便利機能もついてます。
- 【先生のアドバイス】 初心者向けのアドバイスほか、体調不良へのお手当て方法や、季節の注意点などを KIJ 講師がアドバイス。
- 【読み物】 マクロビオティック先進国 アメリカからの現地レポート。KIJ 講師でもあり、ブラウズフィールドを運営する中島デコ先生のマクロビオティック実践日記など。
- 【診断】 あなたは陰性タイプ？陽性タイプ？自分のタイプがわかる「陰陽度チェック」。今日食べたレシピの陰陽バランスがわかる、レシピバランスチェックなど。
- 【ツール】 食事メニュー、記録した食事の陰陽度の管理ほか、体重や体脂肪の管理もできる、ダイアリー。
- 【ショップ】 マクロビオティックの食材が購入できるマクロビオショップ。
- 【コミュニティ】 マクロビオティック体験者が語るレポート。みんなで情報をシェア、掲示板コーナー。

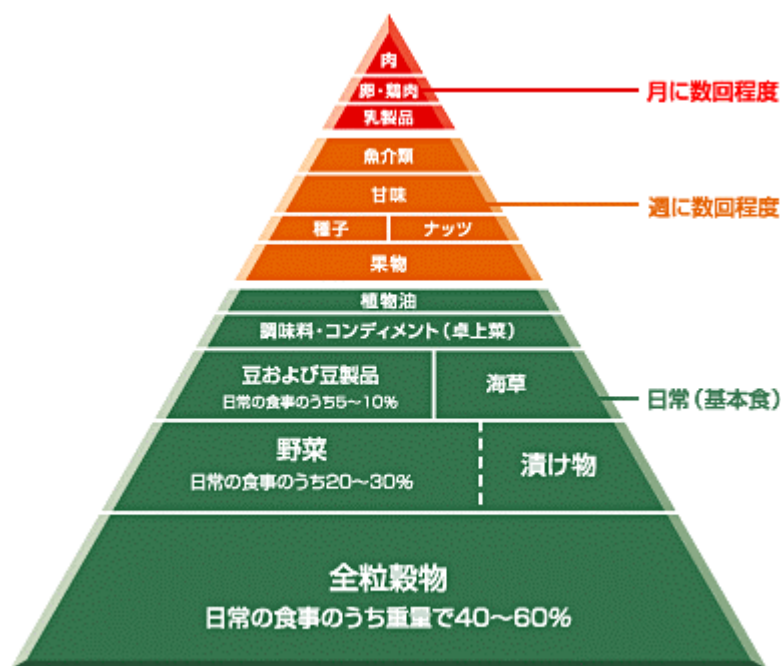
●マクロビオティックとは・・

マクロビオティックの語源は古代のギリシャ語でマクロビオスからきており、「健康による長寿法」「偉大な生命」という意味をなします。マクロビオティックはそこから変化したフランス語で、単なる健康な食事法だけを意味する言葉ではなく、日々健康やかに健康に生きていくための手段・方法であって、その要素が入っているものを総称して「マクロビオティック」と呼んでいます。創始者は桜沢如一で(さくらざわ ゆきかず、外国ではジョージ・オオサワとして知られる)、明治時代の食医・石塚左玄の食養生を取り入れ研究を重ね米国に渡りマクロビオティックの普及に努めました。ジョージに追随し戦後米国に渡った久司道夫氏は、その後のマクロビオティックの活動が認められ「アメリカ人の健康を向上させた」として日本人として初めてスミソニアン博物館に殿堂入りを果たしています。その功績は目覚ましく、近年欧米諸国では久司道夫氏があまりにも有名です。

<マクロビオティックの4原則> 注意:菜食主義と思われがちですが、そういうわけではありません

- ①一物全体食(食材を丸ごといただく)
- ②身土不二(季節のもの、その土地に産するものを主に食す)
- ③健康的な食品(食品添加物や農薬等を使用されていないものを食す。水道水はそのまま飲用しない。)
- ④食物の調和(東洋古来の食べ合わせ方の原理による。バランスよくミネラル・ビタミンや多くの栄養素を自然の素材から摂る。陰と陽に大別される食材をバランスよく摂る。)

食事指針 「マクロビオティック標準食」



(c)2000 Michio Kushi, 日本誌 2002年5月



One peaceful world
Michio Kushi 久司道夫

●マクロビオティックの世界的権威 KIJ(クシ インスティテュート オブ ジャパン)代表理事 久司道夫(くし みちお)氏

1926年に和歌山県に生まれた久司道夫氏は、東京大学法学部および同大学院修了後、世界平和の実現を志して1949年にアメリカへ渡りました。海外での研究生活の中で久司がたどり着いた答えは、健康と幸福を培うためには「食」を正すことが第一であるという1つの真理でした。そして、アヴェリーヌ惜子夫人とともに人類に理想的な穀菜食を主とする「マクロビオティック標準食」を編成。さらにその理論や調理法を体系化し、身体と心に真の健康をもたらす『クシマクロビオティック』を確立しました。

以後50余年、久司夫妻のひたむきな教育・啓蒙活動により、若い学生から、重病・難病の患者、医学や栄養学の専門化、俳優、アーティスト、さらに実業家や政治家にいたるまで、世代・人種・国籍を越えた400万以上の人々がマクロビオティックを実践し、心身の健康を向上させています。こうしてマクロビオティックが人々の食生活を改善した功績は国際社会に高く評価され、久司道夫氏が日本人として初めてスミソニアン歴史博物館に殿堂入りするなど、数々の栄誉と賞賛を得ています。

また、1980年に設立された「クシ インスティテュート(KI)」を本拠地として、欧米各国でマクロビオティックの教育や普及が行われる中、日本でも活動拠点の開設が高く望まれていました。そして2004年5月、久司道夫氏と親交が深く、“自然との調和”を理念に掲げて企業活動にマクロビオティックを導入している滝口友樹哉の支援と協力を得て、山梨県小淵沢に「クシインスティテュート オブ ジャパン」を設立。日本におけるマクロビオティックの教育基盤を築き、普及・啓蒙活動を行っております。

〈国際社会における、久司道夫氏の功績に贈られた栄誉〉

- 1994年 「世界の平和と人類の健康に貢献した」として、国連著作家協会優秀賞を受賞
- 1995年 「米国の食生活改善に多大な功績があった」として、ロードアイランド州上院より表彰状が授与される
- 1997年 「エコロジーと自然の理に叶った生活様式と食生活による健康に貢献した」として、ベルギー・アントワープ市有志より表彰される
- 1999年～ 米国国立歴史博物館「スミソニアン」に、クシマクロビオティックの代表的な出版物や資料がクシファミリーコレクションとして永久保存され、展示される
- 1999年 米国国家下院にて、久司道夫氏の業績を公認する決議が行われる
- 2000年 「地球擁護協会」と関連する米国マサチューセッツ州「ピースアベイ」より、平和賞を受賞
- 2007年 米国国会下院にて、久司道夫氏の生誕80年を記念して、業績の顕彰決議が行われる。

＜モバイルサイト「Beauty♥マクロビオ！」概要＞



- ◆サイト名 : Beauty♥マクロビオ! ※3キャリア共通の公式サイトです
- ◆URL : <http://beautymacrobio.com/>
- ◆内容 : マクロビオティックに関する情報提供、陰陽度チェック・レシピバランスチェック機能、ダイアリー機能、レシピ検索、専門家からのアドバイス提供、掲示板等のコミュニティ機能、ショッピング機能他
- ◆アクセス : iモード iMenu→メニューリスト→健康/ビューティ/医学→健康→Beauty♥マクロビオ!
Ezweb カテゴリー(メニューリスト)→生活情報→住宅・健康・暮らし→健康・医学→Beauty♥マクロビオ!
Yahoo!ケータイ メニューリスト→暮らし・健康→レシピ→Beauty♥マクロビオ!
- ◆利用料 : 月額315円(税込)
- ◆サイト運営会社 : 株式会社メディアシーク
〒106-0041 港区麻布台2-3-5 NOAビル www.mediaseek.co.jp 03-3224-3113(代表)

- ◆ 「iモード」はNTTドコモの商標または登録商標です。
- ◆ メディアシークロゴは㈱メディアシークの登録商標です。
- ◆ その他記載されている会社名及び商品名/サービス名は、各社の商標または登録商標です。