



コレステロールとは？

脂質の一種で、細胞膜の重要な材料の1つ。ホレモンや胆汁の原料としての役割も担う。血液中のコレステロールが低いと言われるのは、濃度が低いと血管の内側に脂質がたまり動脈硬化が進み脳卒中や心筋梗塞のリスクが高まるとされています。しかし、今回の発表はエビデンスが乏しく結果が散らばっています。

先日、養鶏場にて、明日の朝ごはんはコレステロールを多く含む卵は「2個」よりも「1個」の方が適量だと言われていた。コレステロールは、私たちが生活していく上で欠かせない要素の一つである。動脈硬化や心臓病の原因となることが知られている。今回の発表は、これまで「科学的根拠のない話だ」ということが明らかになった。コレステロールは血液中のコレステロール値をコントロールする調節機能が備わっている。しかし、何でも食べ過ぎはよくない。食べ過ぎは卵だけじゃなく、油やバターなども注意が必要。食べ過ぎは体に健康のためには卵をたくさん食べるべきです。

コレステロール値、食事で変わらない！

動脈硬化学会が声明を発表。



竹鷄かわら版

2015年6月

発行: 竹鷄ファーム かわら版編集室 TEL: 0224-25-2814 FAX: 0224-25-2865



日本で一番、ありがとうのかわが生まれる養鶏場を目指して。



竹鷄 一黒シヤモ

シヤモ取扱店のご紹介

野菜巻き串屋 くらおび

仙台にある素敵な専業 団員のさまと、屋さんくろがびさん。店主の北戸



〒980-0811 宮城県仙台市青葉区一番町4-7-7F TEL.070-5327-9602 定休日曜日

しあわせはたまご色

わけ、ありがとうの Vol.11

レストランバー変幻自在の店主 湯川史樹さん・菜穂子さんご結婚♡



数年に渡り、竹鷄たまごをお取扱りしていただいていた東京は大門にある変幻自在の湯川さんが先日ご結婚されました。お二人はもとよりご縁があり、本当に嬉しい限りです。また、マギオにくんたまをプレゼントしていただき心をお寄せくださいました。素敵な二人の未来に幸せを御慶び願っています。東京タワーに行った際にはぜひお立ち寄りください。

さんとはとても優しく話が印象的な方です。女性も入社してくれれば、この「かわら版」を店内に貼っていただいてもいいと思います。本当に感謝です。シヤモのモモやぼんじりがとても好きです。これからもよろしくお願いいたします。竹鷄ファームの皆さまへ。北戸くろがびさん、ご報告させていただきます。

今年になつてやっと畑を耕して、ナスを植えてあげた。お庭に植えた。いちごがたくさん熟して毎日、赤い実と満足に孫といっしょにとりよめる。いちごジャムも作って食べて。孫といっしょにいちごが大好きなので、楽しいですね。こんな時をいただけて、自然に感謝します。ありがとう。

久美子 お母さん



配達をしていると、たくさんの方々にダイエットについて聞かされるようになりました。気になってくださる方のために(?) お伝えします。(どうでも良いと思われそうですが...) 現在も継続中です。-3kgの減量に成功しましたが、そこで落ち着いてしまっており。そこで、今度は格闘技を始めようと思っています。痛いのは嫌いなので、痛くなるようなものを募集中です。

タマゴとトリの相談員 村上君



「金持ちと勤め、とか政治の仕事」... 金持ちは勤め、とか政治の仕事... 金持ちは勤め、とか政治の仕事... (The text is partially obscured and difficult to read in detail)

竹鷄時間

志村浩幸 社長
志村竜海 専務

