

# ふらのわ

季刊誌  
ふらのわ  
春  
創刊号



## 特集

平成28年 新年会のご報告～  
細胞・身体・心に、  
布良でスイッチオン!

季刊誌ふらのわ

# 春



一枚の布からはじまる良質な暮らし  
わたしたちは15周年を機に  
さらなる“良質”を求めていきます。

季刊誌創刊のためにご協力いただいた会員やお知り合いの皆さま、お忙しい中をありがとうございます。今回皆さまにお話をうかがう中で、あらためて布良がいかに皆さまに愛されているかを再認識いたしました。ありがとうございます。

\*\*\*\*\*

表紙で踊るのは綿の妖精“ふららちゃん”です。春の暖かさに誘われて楽しく遊んでいます。天然・手づくり・エコという、私たちが大切にしているものをイメージしてつくりました。この季刊誌は、皆さまの役に立つ内容で盛りだくさんにして、さらなる“良質”を追求していきます。ご意見ご感想をお寄せください。どうぞよろしくお願いたします。

平成28年・創刊号

## 大きな「ふらのわ」の和・輪・環へ

今年で『ふらのわ会』は15周年を迎えました。

はじまりは、布良という自然の大きいなる恵みと

生命力への気づきを与えてくれる布との出会いでした。

そして布良による「一枚の布からはじまる、良質なくらし」、

「自然の綿から人、地球環境をきれいにする豊かさ」を、

一人でも多くの方に伝え、

人の和・暮らしの知恵の輪・健やかな環境の環を

広げて行こうと、活動してきました。

人から人へご紹介いただいて、

気がつけば1万2千人以上もの会員になりました。

15周年を機に、もっともっと多くの方に、

楽しくわかりやすく『ふらのわ会』の活動が

伝えられるようにと一念発起！

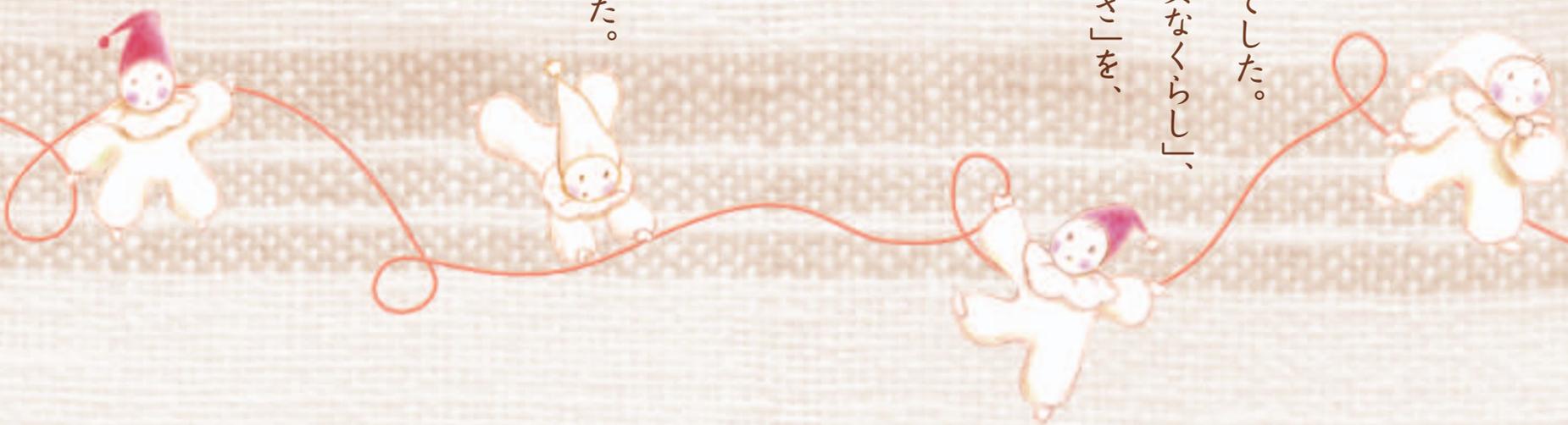
たくさんの方の役立つ情報やお知らせが満載の

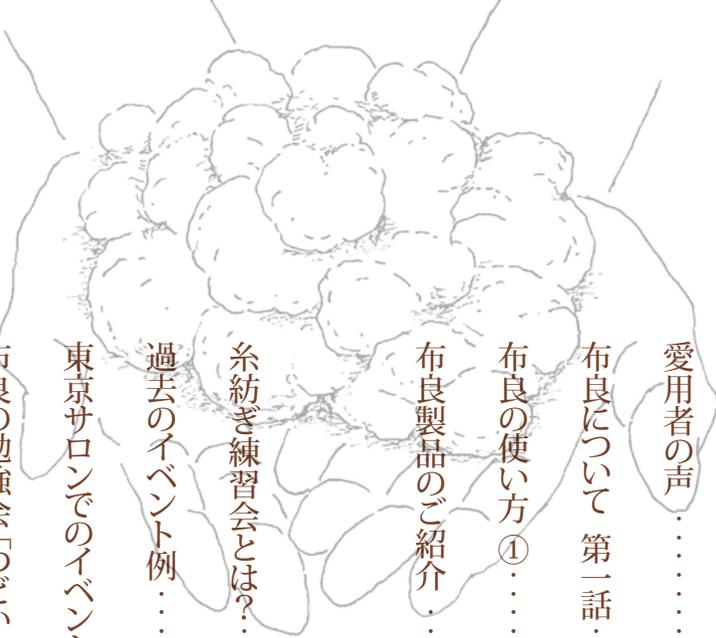
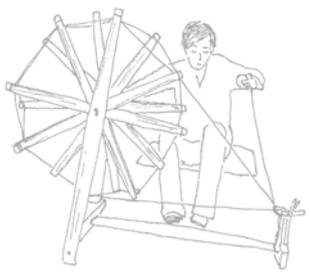
季刊誌『ふらのわ』を創刊いたします。

ご愛読いただくとともに、

布良の出会いをサポートする会員誌としても、

ぜひご利用ください。





創刊にあたって・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2

特集・・平成28年新年会のご報告・・・・・・・・・・・・ 6

**「細胞・身体・心に、布良でスイッチオン！」**

新年会作品コンテスト表彰・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 12

座談会・・綿は世界を変える・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 16

つどい・・レビュー(神奈川県大和市)・・・・・・・・・・・・ 22

ふらつと募集中・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 24

愛用者の声・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 26

布良について 第一話・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 34

布良の使い方①・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 36

布良製品のご紹介・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 38

糸紡ぎ練習会とは？・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 44

過去のイベント例・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 46

東京サロンでのイベント予定・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 48

布良の勉強会「つどい」の案内・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 49

美肌の洗顔術・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 50

M高史のものまね体操♪・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 51

楽しく脳トレ クロスワード・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 52

ふらのわテレビ局開局・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 53

ご購入特典／クーポン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 54

季刊誌ふらのわ 夏号の予定・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 55

編集後記・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 56



「細胞・身体・心に、布良でスイッチオン！」

ふらのわ会15周年目を迎えて

去る平成28年2月20日(土)13時、鉄鋼会館(日本橋茅場町)にて、ふらのわ会平成28年度新年会が開催されました。お陰様でふらのわ会は15周年を迎え、新年会参加者も200名を超え、その様子を見て代表は「今回は熱気が違うね!」と仲間の輪の暖かさ、想いの熱さにびっくり。代表の開会挨拶では「ここまで来るのに本当に色々あった。こんな分かりにくい話を分かってくださった会員さんに、感謝に堪えないです、本当にありがとうございます」と御礼を述べられ、参加者の皆さんからも「あたたかくてとても楽しい会だった」「私たちも布良に出会えて感謝しています」と振り返っていたきました。

さて、今年の新年会のテーマは「細胞にスイッチ・身体にスイッチ・心にスイッチON!」社会も変えていこう!という事で、明日に向かって、よりよい人生を「一緒に」楽しんでいけるためのプログラムや細胞が「気づく」ための講演、心に響く歌など「自分のスイッチの気づき」を体感できる内容を含めたものとなりました。その他にも、前島代表の想いをもっとたくさんの方々に知っていただくために、会場ではインターネットテレビ局の取材や撮影も行われ、新年会に参加できなかった方でも今後はホームページから現場の雰囲気や講演内容を閲覧できるようになります。

代表から「まだまだふらのわの、わ(和・輪・環)はこれから広がります。東京から全国へ、想い・心を伝えて世の中を変えていきましょう。これからのふらのわ会を宜しくお願いします」と想いを語られました。

次ページからは新年会概要をご紹介しますので、興味がありましたら次回ご参加くださいね。



皆さん真剣に作品を選定中

素晴らしい作品ばかり

布良は無駄なく使えますと福原さん

嬉しい特別販売会

疲れを飛ばす体操中

上嶋さんの体験談講演

前島さんの体験談講演

素晴らしいプレゼンテーション

功労者の皆さんに感謝

みんなワイワイ みんなシアワセ

皆さんの笑顔が楽しみ と上田先生

水島さんにも感謝感謝

幸せを呼ぶ南京玉すだれ

愛と絆を歌う コクーンさんライブ

素晴らしい内容の特別講演となりました

わ会

とても緊張したという前島代表

心と身体の繋がりに実験中



身体のメッセージに気が付いて、と中村氏

中村氏と真剣に談義中

皆さんあつてのふらのわ

名司会で大盛り上がり

北海道と沖縄からの参加

顔を紅潮させご挨拶

簾が様々な形に変化!

めでたづくし♪

幸せを呼ぶ南京玉すだれ

民間国際親善大使としてフィンランドヘルシンキの小学校劇場でも講演され、大盛況だった南京玉すだれを披露してくださいました神奈川県横浜市の宮武さんとそのお仲間。数年間に渡りボランティアで南京玉すだれを披露していただき、代表からは布良にとつてとても大切な方々、本当に感謝しています、とお話をいただきました。お仲間の中には福島や茨城からも応援に駆け付けてくださった方も。幸せ来ること間違いなし。

布良で体調も体質も改善!

北海道千歳市…前島みゆきさん  
前島さんは治療法がまだ確立されていない化学物質過敏症と電磁波過敏症という症状があり、布良を使い始めるまで吐き気や関節の痛み、激しい倦怠感があつたそうです。

私には薬よりも布良が効きましたと前島さん

布良で身体とコミュニケーション

特別講演…中村敬三氏

「布良は自然からのギフトである」とお話しいただいた中村氏は、医療に依存するのではなく自らに備わった自己治癒力を高めることが、病気からの脱却の道であることを発信しています。現代医学が追いつかない布良の世界を理解される会員さんは「ファーストペンギン(群れの中から始めに飛び出す1匹の勇敢なペンギンを指す言葉)」であるとお話いただきました。

中村氏からは、隠れ炎症が増加している原因や、身体には100人の名医がいるというお話、自身の身体の「気づき」を体感できる実験や、自分の身体は借り物であるというお話。他にも眠っている遺伝子の起こし方、現代の子供のゲーム脳のお話など、ここでは書ききれない素晴らしい講演を行ってくださいました。大切なのは、薬に頼るのではなく布良

体重も90kgほどあり「薬の信仰者」だったそう。しかし、薬や自然療法でも改善できず困っていたところ布良に出会い、使い始めると皮膚が粉状にポロポロはがれ、半年ほどで症状も不思議と改善され、体重も60kgまで落ちたそうです。

嘘みたいにぐっすり。心も楽に。

沖縄県沖縄市…上嶋巴香さん

一昨年春ごろ首にぶつぶつができて徐々に体中に広がり、指が曲がらない程悪化した上嶋さん。皮膚科や漢方でも抑えられず、食事療法で治ってきたと思つたら…ある朝顔が真っ赤に腫れて、自分でも誰か分からないほどに。つどの皆さんが励ましてくれ、シートを試しに使用してみると、嘘みたいにぐっすり眠れ、さらに自分から白い粉が毎日毎日すぐく出てきて、改善してきているのがわかり身も心も楽になつてきたそうです。



中村敬三氏…ジャパンアーツ、日本フィルの企画制作を経て、フリージャーナリストへ。現在、医療ジャーナリストとして活躍中

を使うことで心の感度をあげて、身体と対話をする。そして、身体に自分の気持ちを伝えてみる。お目めさんありがとう、お鼻さんありがとう、胃さん、小腸、心臓さんありがとう、と触つて感謝してあげてください。そして、また明日もよろしくね、と伝えてください。きつと、身体は応えてくれますよ。と明日に繋がる講演内容でした。

毎年恒例 全員参加のじゃんけん大会♪  
全国へ布良の普及活動を行っていた水島会員とのじゃんけん勝負! 優勝者には茶綿のさぶとんが贈呈されました。



恒例のじゃんけん大会

布良に感謝、と三浦さん

これぞふらの輪

優勝は誰の手に?

形もさまざまな作品たち

皆さんの励まして頑張られました! と上嶋さん

じっくりじっくり選定

なかなか決められない...



たくさんの会員さんに囲まれて幸せそうな前島代表



アイデアあふれる素敵な作品が勢ぞろい!



熱い想いで体験をお話しになる会員さん



布良の販売会も大盛り! 次の作品が楽しみです。



事務局も一生懸命! 春



会場ではTV局の取材も!



両手を使って体の動きを体感しましょう!  
と中村氏



コクーンさんにも  
布良をプレゼント♪



休憩時間に中村氏へ質問中



こんなことやあんなことの体験談がザクザク



布良を盛り上げてくれる功労者の皆さんへ感謝!



水島会員と大盛り上がりのじゃんけん大会!



優勝者の三浦さん

限られた時間の中、全員参加のコンテンツ形式で発表。優勝者は亡くなったお父様が大事に使用されていたという神奈川県横浜市の三浦さん。代表曰く、独断のことでしたが、会場も満場一致の拍手で優勝となりました。

なお、新年会の様子はふらのわホームページのふらのわテレビ局からご覧いただけます。詳しい閲覧方法は53ページをご覧ください。



大勢の会員さんに参加いただきありがとうございました

みなさんの体験談コンテンツ  
皆さんそれぞれの想いを



心に響く歌 コクーンさんのライブ♪  
10年も前に布良とご縁があり、ライブでは布良を使ったタオルもグッズとして販売されたことのあるコクーンさん。主婦だからこそ『家族の絆』『命の尊さ』をメッセージに乗せて5曲歌っていただきました。コクーンさんの歌は全て本当にあったこと。会場の皆さんもそれぞれの想いを胸に、涙を流しながら聴き入っていました。



心や細胞が思わずスイッチオン  
沁みわたる歌声で涙涙。

緊張した面持ちで語る皆さんへの御礼  
代表からは「お陰様で無事、盛大に終わることが出来、各地のふらのわ会の仲間とも交流を深めることができました。参加・登壇してくださった皆さん、そして開催のために企画準備を進めてくれたボランティアスタッフ、布良スタッフに改めて、感謝を申し上げます」とのこと。  
また、ある会員さんは「布良のことが分かる方は、お会いしても初めての気がしないの」と体験は違えど、想いは同じ方ばかり。今年参加できなかった方は、来年ぜひ遊びに来てください。他の会員さんの体験談や作品、コミュニケーションをとってみると、新しい気づきがあるかもしれません。お待ちしております。

## 自分のため、人のため、想いを紡いで...

素晴らしい作品コンテストに

新年会恒例の行事となりました作品コンテスト。今年も見えた目も形もアイデアも、多種多様な素晴らしい作品が集まりました。その数なんと64点！

紡いだ想い、編んだ想い、自分のため、プレゼントのため、様々な想いを抱きながらの作品ばかり。見ている人にまで想いの伝わる作品もたくさんありました。

作るのに数か月かかった作品も、お古の布良で作った方も。あなただっただらどの作品に投票しますか？ 全作品を楽しみながらご覧ください。



各作品の発表風景  
みなさん真剣に作品を選定中

本当に色々なアイデアある  
作品が集まりました

大賞

東京都葛飾区  
福原民子さん  
クッション兼ひざ掛け

使い古したクロスのふらそらを使い、世界遺産富士山をイメージして作り上げた作品。「2~3cmの小さな糸もあつめれば作品になることを学びました」とのこと。物を大切に使うことを教えていただきました。おめでとうございます。



努力賞

沖縄県浦添市  
比嘉京子さん  
愛・藍の思い届けふら



審査員賞

神奈川県川崎市  
菅野正子さん  
抱き枕カバー

努力賞

東京都日野市  
山田美枝子さん  
The meeting of 布良/  
布良is beautiful!





特別賞 北海道札幌市 石井 智恵子さん 手編みセーター



技術賞 埼玉県戸田市 川村 晃子さん トリックリーなボレロ



デザイン賞 東京都大田区 平尾 千栄子さん 夏のルームウェア



アイデア賞 群馬県安中市 平井 利美さん さくら染のストールとワンピース



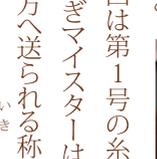
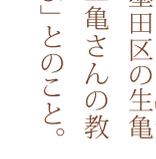
ふらのわ功労者 & 糸紡ぎマイスター発表  
作品コンテストの発表の前に、功労者とマイスターの発表が行われました。功労者には練馬グループの山本さん・伊藤さん・平林さんの3名が、布良の普及と成田での綿の栽培の協力をしてくださったこと、また、同じく、福岡の谷口さんと札幌の小林さん、町田の水島さんも、それぞれ布良の普及に尽力していただいたことで選出されました。また、今回は第1号の糸紡ぎマイスターが誕生しました。糸紡ぎマイスターは、糸紡ぎの技術を教えることのできる方へ送られる称号です。栄えある第1号は東京都墨田区の生亀さんが取得され、代表も「生亀さんの教えている風景は見ものですよ」とのこと。44ページに糸紡ぎの会が掲載されていますので、ぜひご覧ください。



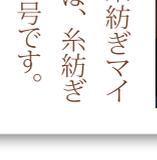
デザイン賞 東京都練馬区 坂本 朋央さん ワンピース



アイデア賞 千葉県千葉市 吉水 久美子さん ベビー用ベスト/うぶ着/帽子



功労者の皆さんと糸紡ぎマイスター



座談会

「綿は世界を変える」

布良というアイテムで

目覚める人を増やしたい！

2月に開催された平成28年ふらのわ新年会で、綿づくり功労賞を受賞した練馬グループは、ふだんも一緒に旅行を楽しんでおられる仲良し3人組です。

山本さんは、アロマの教室を開いています。平林さんは料理教室などを開いておられ、伊藤さんは主婦です。

3名とも、畑仕事とは縁もゆかりもない方々です。なぜ綿づくりに情熱を傾けるようになったのか、そもそもの布良との出会いや布良とのくらしの楽しさ、畑仕事の充実感などを本音で語っていただきました。

布良との出会い

山本 アロマ教室の生徒さんの一人が「先生、すごく良いコットンがあるんですよ」って教えてくれたのがきっかけです。すぐネットで調べたら紡ぎとか染色とかもやっている。これはおもしろそうだなと思って会に電話で問い合わせしたんです。それが布良との出会いです。

伊藤 私は3人で温泉旅行に行った時に山本さんから不思議体験を聞いたのがきっかけです。

平林 私もです。

山本 その旅行は道が混んでて、環七が



東京都練馬区在住

平林 裕子さん



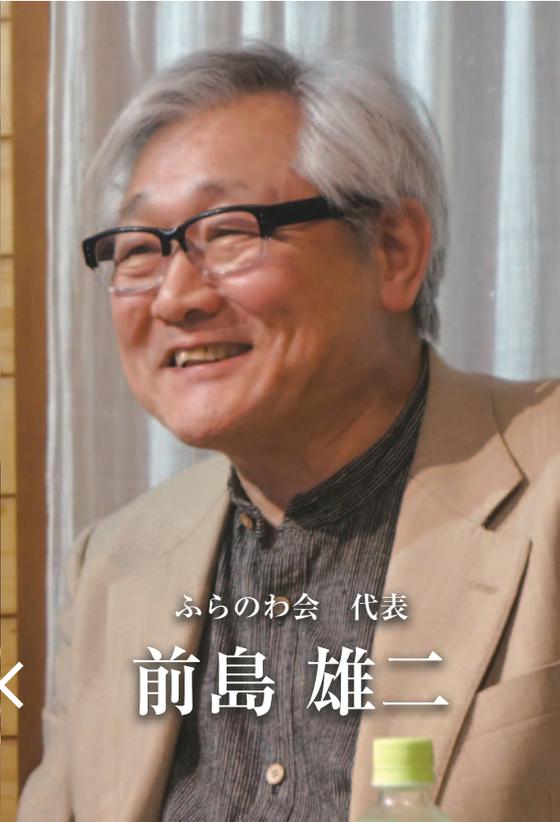
東京都練馬区在住

山本 和子さん



東京都練馬区在住

伊藤 恵美子さん



ふらのわ会 代表

前島 雄二

大渋滞。私はハンドルを握ると性格変わるタイプなのですが、なぜか平静でいられたんです。おや？と思ったら、その日は布良のタオルを首に巻いていた。宿に着いてそんな話をしました。

伊藤 彼女はヘルペスも良くなったって言うんです。そんなタオルがあるなら、って3人でつどいに行つて話を聞きました。

平林 母が17年前に亡くなったのをきつかけに健康食品とか足湯とか、いろいろ試したんです。そういう会つてトップがすぐ交代したりして信用できないんですね。ふらのの会は、社長がなかなか売ろうとしないんです。

前島 わかつてから使つてほしいからね。このサロンにも作品は飾るけど基本的に値札は置かない。買つていただくのは、良さを肌でわかつてもらつてスイッチが入つてから、と思つているんです。

## 布良にハマる毎日

山本 つどいは雨の日でした。私たち3人ともシーツを買つて、社長が「発送してあげるよ」つて言つてくれたんだけどね。

伊藤 今晚から寝ますーつて持つて帰りました。早く使つて試したかつたんです。

山本 ウチは夫のアトピーが1か月くらいで良くなりましたね。家からシャンプーが無くなり、石けんが無くなり、今では私よりハマつているほどです。(笑)

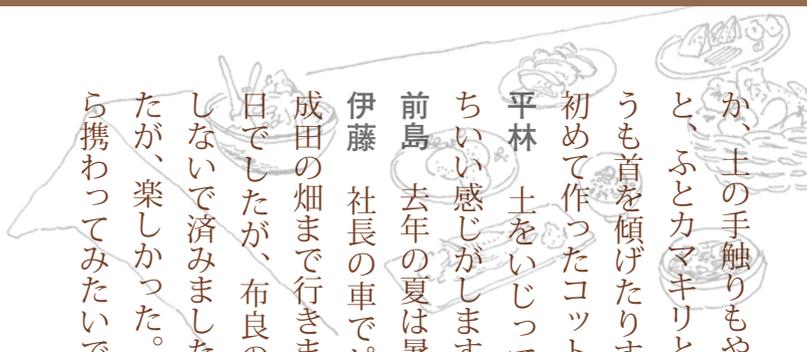
伊藤 石けん、いらないよね。

山本 お湯で洗つてあと何もしないで良いつていうのにも主婦として魅かれました。「石けん、手放してみましよう」つて皆に教えたい。

## 綿づくりの楽しさ

山本 今まで畑仕事なんてやったことなかったんですが、とつても気持ちいい。無農薬だから





か、土の手触りもやさしい。畑仕事をしていると、ふとカマキリと目が合ったりします。むこうも首を傾げたりするのがカワイイんですね。初めて作ったコットンの花は愛おしいです。

平林 土をいじっているとアースされて気持ちいい感じがします。

前島 去年の夏は暑かったよね。

伊藤 社長の車でピックアップしてもらって成田の畑まで行きました。すごく陽射しも強い日でしたが、布良のおかげで日焼けをあまりしないで済みました。汗だくになって大変でしたが、楽しかった。今年ももっと最初の段階から携わってみたいです。

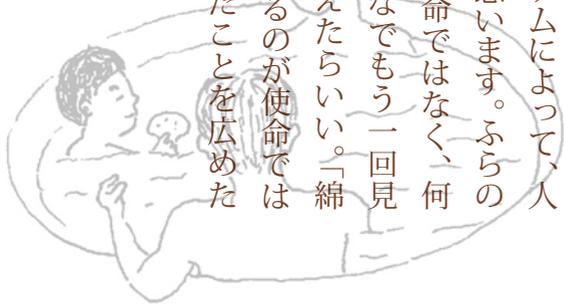
### ふらのわ会に望むこと

平林 私の料理教室でも、若い子が数人、布良を気に入って使っています。なるべく会員を増や

して地球環境を考えてくれる人を増やしてほしいです。

伊藤 自然に生きる人を広めたいですね。自然の治癒力で病気になりにくい人がもっと増えるといいな、と思います。病気になっても病院に行かないという人もいるみたいですよ。ヒトは自分で治るチカラがあることを、布良を使って実感してほしいです。

山本 布良の綿布というアイテムによって、人が目覚めてくれるといいなと思います。ふらのわ会がただ大きくなるのが使命ではなく、何が良いかという基準を、みんなでもう一回見直してみよう、という人が増えたらいい。「綿は世界を変える」です。布を売るのが使命ではないけど、布良が教えてくれたことを広めたいですね。





久保さんお手製「草木染のカイロ入れ」

神奈川県ほぼ中央にある大和市で、野菜カフェにお勤めの久保さん。有機野菜の畑もお持ちです。

「今の農業は豆を作るにも大きさを揃えないといけない。僕は選別には抵抗があります。いろいろなサイズがあってもいいじゃない、と思う」と久保さんのご主人。

「私は自分がずっと弾かれてきた立場なので、そういうものが愛おしい。大ちゃん(ご主人)の育てた紫芋やニンジンの葉で染めた布良で、使い捨てカイロ入れをつくったりしてます」と久保さん。

今日は久保さんが腕によりをかけて大和野菜づくしのごちそうランチです。集



# 「つどい」レビュー

神奈川県大和市 2月27日開催

布良の心地よさに靴下も脱いで遊びに夢中です



布良のショールのあたたかさやさしさを実感

今回のホスト役久保さんご夫妻(お友達のお子さんを抱いて)



久保さん手作りの、大和野菜のごちそうに舌鼓

で作りました。ふわふわの手触りに癒されます。「今年は綿を育ててみたい」と抱負を語る久保さんでした。

元アパレル業界にいた久保さんデザインによる布良のシームレスドレスづくりの後、前島代表が到着して、お話が始まりました。初めて聞く方もいて、興味津々です。腐敗と発酵の話、綿と絹の話、和綿とアジア綿の毛足の長さの違いには、いろいろ質問が飛び出しました。

まったのはお友達つながりの5名と赤ちゃんがふたり。

元アパレル業界にいた久保さん



サプライズの手作りバースデーケーキに照れる前島代表



地域のふらのわ会員を結ぶ

# 「ふらっと」募集中!

「ふらっと」をご存知ですか?

「ふらっと」とは、ふらのわ会員の方のショップや事務所、あるいは自宅に開設いただいている、ふらのわ会員が「つどい」のために集まることができ、定番商品を中心に購入できたりする交流スペースのことです。現在は全国に10カ所あり、地域のふらのわ会員同士で布良の情報交換をしたり、親睦を深め合ったり、素敵な和・輪・環が広がっています。

「ふらのわ会」15周年を機に、全国各地にこの「ふらっと」を増やしていきます。目標は、3年計画で各都道府県と東京23区に、各1つは「ふらっと」を開設すること!です。



## 「ふらっと」へのサポートについて

「ふらっと」を開設していただいた方には、

\*「つどい」開催の経費

\*販売に伴う手数料としての謝礼

\*その他活動費

などを、本部でサポートさせていただきます。

また、本部主催の研修会や旅行などにご優待いたします。

## 「ふらっと」開設決定まで

応募いただいた方は、代表の前島雄二が面接をさせていただいたうえで、開設を決めさせていただきます。また、「ふらっと」を開設する意欲はあるけれど、「まだ、布良に

ついての知識が浅く、心配」という方には、つどいの日に特別講義を行なう予定です。



●ふらそらタオルなど、定番品を預かり置き(衣装ケースにして2箱くらいです)いただけます、地域のふらのわ会員が、定番品などを購入できること。

※購入できる日は、週に数日でも結構です。

●新規のお客様などに、布良についてのご紹介をしていただけること。

●後々、つどいを自分で開催できること。



「やってみたい!」「もっと詳しく知りたい!」という方は、ふらのわ会本部まで、お電話かFAX、メールをお願いいたします。

TEL 03-5540-8511 FAX 03-5540-8601

メール fulanokai@blue.ocn.ne.jp



一度使って  
「すごいー!」と…

三重県南牟婁郡 久保咲恵さん

(入会日：平成22年8月17日)

軽いアトピー体質であることと、自然が好きで田舎に移住しているのも、環境を汚さないよう、日頃から洗剤を使わないように工夫したり、いろいろと試行錯誤していました。でも、石鹼やシャンプーは、どうしてもいい代替方法が見つからずにいました。もしその代替方法にかける時間がたっぷりあるならできるかもしれませんが。でもなかなか現実仕事をしているとできなかつたり。



布良は、誰にでも、すぐに始められるところ、そしてその効果がすぐ分かるので、一度使って「すごいー!」と思いました。

最初は、その原理が不思議でした。でも、説明文を読んで、撚りの方向、自然の自浄作用、すべてがいい波動を生み出している。不思議というか、自然の摂理にかなったものなんだと理解しました。

布良の布で髪を洗いだしてから2週間ほどですが、今まではあり得なかつた、ツヤと、指通りに、自分の髪じゃないみたいと驚いています。

手足湿疹の痒みも減り始めてきました。お風呂では、頭に巻いて、顔には小さいのをのせてやると、もう、ものすごい気持ち良くて。こんなにやさしい感触を持った布は初めてです。

広めてくださってありがとうございます。石鹼や洗剤を使わなくてよくなる家が増えれば、この熊野の地の、土地の力も、よみがえってくるかもしれません。熊野で縁のある人にも伝えていこうと思います。



## 布良は魔法使い!?

神奈川県藤沢市 鷺尾美紀子さん

(入会日：平成22年8月5日)

私は仮死状態で生まれ、当時を知っている人達は元気で今存在しているとは、誰も思っておられません。そんな未熟児の私は幼い頃は病氣ばかり、特に皮膚が弱く、蚊に刺されても転んで擦りむいた傷もグジュグジュになり痕が残ってしまいます。今も名誉の傷痕が至るところにあります。



紫外線にも弱く、すぐにシミ・ソバカス・イボのようなトラブルがおきます。何とか綺麗な肌になりたい！という一心で、あらゆる化粧品やサプリメント・薬を試しました。

レーザー治療も受けました。レーザーは受けたときはそのところは良くなるのですが、暫くするとその周囲は刺激でさらにひどい状態になってしまう有り様です。何か良いものはないかしら！?と考えていたところに布良との出会いをいただきました。

## 使ってビックリ!!

2週間程でザラザラ肌がツルツルに、1カ月でシミが薄くなりました。えっ!! それなら・・・と。

昔の手術の跡が消えずに残っていて、チクチク・ヒリヒリしていました。それが布良をあてたら不思議!! チクチクもヒリヒリもなく、何と傷痕の色が薄くなり一部消えかかったのです。やったー!! 魔法にかかったようだと思います。

お見せできないのが残念です。

以来、鏡を見るのが楽しみになりました。

布良に出会えたことに感激!! そして感謝です。

# 不思議な布の力に感動

東京都練馬区 室井やす子さん

(入会日：平成22年6月23日)

私の主人は大病を患い退院して自宅で療養をしていました。昨年末電気ストーブの前で寝てしまい背中に低温やけど(電気熱症)を負って、半年以上も痛みがひどく病院へも行きましたが、治療の方法はありません。このまま痛みは生涯続くのかと落ち込む毎日でした。



初めてふらのわ会に参加してタオルを購入してその夜主人に背中に巻いて寝てもらいました。翌朝主人が朝迄グツスリと眠れ、こんな事は何年かぶりの事だと感激した思い出があります。そしてその

日のうちに本部サロンへ主人と一緒に伺い、タオル、シーツ、ブランケット、腹巻と、購入して毎日使っています。

あれほど痛かった背中の痛みは段々と薄れ、痛みが分からない位まで回復したのです。主人は不思議なパワーに驚き感謝の毎日です。



私はシャンプーも石鹸も使わず、布良だけで髪と身体を洗っています。肌はすべすべです。キッチンでは食器を洗っています。手も荒れなく、環境にもいい、こんなすばらしい布を、もっともっと、たくさんの方に伝えたいと思っています。

これだ！と  
思いました。

神奈川県川崎市 寶田とし子さん

(入会日：平成20年10月27日)



初めてサロンで手にした時、そのエネルギーの高さにビックリしました。こんなに波動の良い布に出会ったことはありませんでした。手にしているだけで、全身のエネルギーが活性化して、足先まで温かくなるのを感じました。その場で購入し、使ってみて、その心地よさに大満足。お風呂から上がった時のさっぱり感は格別。あかまで洗い落としてくれていることを実感できました。しかも石鹼類を一切使わずにです。すごい！と思いました。また、湯につかりながら身体を洗えるため、その間、半身浴をしているようで、上がった時に、身体がほかほか、中から

温まっていました。入浴タイムが楽に、そして、短時間で済むようになり、疲れてお風呂に入るのが面倒という時でも入浴できて、本当に助かります。

また、我が家の犬は、アレルギーがあり、痒いところをなめ回し、毛が抜けたり、皮膚がボロボロに。今までは、犬用シャンプーを使っていました。最近、布良で洗ってあげています。まだアレルギーが完全に良くなってはいませんが、ゴワゴワボロボロになっていた皮膚が改善したり、毛が生えてきたりしています。

私は、人間が洗剤や工場排水など自然界に無いものを川に流し、自然界を汚し、生態系を壊していることに、ずっと罪悪感を感じていました。自然界に対し、私たちが少しでもできること、生活排水を汚さないことなど自然界を壊さないような生活の仕方はないかと思ってきました。それが、布良を手にした時、これだ！と思いました。自分に優しく、そして肌にも良いものが、地球にやさしい。それこそ本物だと思えました。こんな素晴らしい布良に出会わせてくれた友達、そして、そのご縁に感謝です。

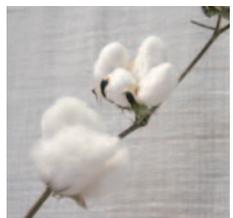
# 布良について 第一話

## 綿の持つチカラは、やさしくて、強い



わたしたちが「布良」と出会ったのは15年前、エコロジーについて学ぶ勉強会でした。無農薬で栽培された綿毛の感触は宙に浮くように軽く、あたたかく、手のひらをやさしく癒すようにぬくもりを送ってくれたのです。その日手にしたオーガニックの綿の実 は生命のチカラを感じました。綿花の中心に触れると硬いものがあります。これが綿の種。綿の繊維は種から出て、種の命を守っているのです。

## 綿を着ることが「服用」



昔の時代劇で病の重いお殿様が白装束に紫の鉢巻き姿でいるのを見たことはありませんか？この衣服は絹ではなく、木綿です。綿の生命(種)を守る綿の繊維は、衣服にして身につけると身体の自律神経を整えてくれます。これを「服用」といいますが、今は薬を飲むことを指しますが、昔は身体を直す処方として文字通り服を着たのです。これが「大薬」、中薬はツボ(針・灸)、漢方薬は小(生)薬でした。(前島談)

## 身体のために、地球のために



今日の綿のほとんどは化学肥料と農薬漬けだといえます。収穫しやすいように枯葉剤を使うところもあるといえます。さらに服にするときは化学染料で染めてしまう。これで身体に良いのでしょうか。布良の糸は手作りです。無農薬の綿畑から手で摘んだ綿を手作業で糸に紡ぎます。だから身体の細胞が元気になる。アレルギーが消える方もいます。農薬や化学物質を使わないから地球環境にもやさしい。一人でも多くの方にこの喜びを広めたい。それが私たちの願いです。

# 布良の使い方

## 1

やさしい気持ちで肌に接しててください

細胞が喜ぶ洗い方を心がけましょう

お相撲さんは取り組みが終わった後は、身体をいたわるように洗うといえます。「今日はよく上手を離さなかつたね」と右手をいたわり、「土俵際でよく頑張ったね」と左足をねぎらうように洗います。ゴシゴシこすったりせずに、肌が、細胞が喜ぶようにやさしく洗ってあげてください。



本当にお湯だけで汚れが落ちるの？

洗顔や入浴時にせっけんを使うのは当たり前。お湯だけでは汚れが落ちないでしょ？

そんなお声をいただきま

すが、人間の汗というのは、ぬるま湯で洗い流せます。芸能人でせっけんを使わずにお風呂に入る人が何人もいて話題になっていますが、それは自然の理に合っていることなのです。



お手入れは簡単！  
お湯で洗って干すだけ



布良のタオルは、お湯でさっと洗って干すだけで十分です。個人差がありますが、布良は使い始めに顔や身体から臭いものが出てタオルも臭うようになります。これはデトックス効果で、身体の自浄作用によるものです。このあたりの詳しいことは、また次回にお話しさせていただきます。

# 使うほどに、 暮らしが心豊かに！

手間隙かけて育てられた有機栽培の綿を手で摘み、糸を手で紡ぎ、布を手で織る…。

布良は人の手のあたたかなエネルギーも宿した、とてもやさしい癒しの布。

肌に心地よく、身体の健やかになる力が目覚めていくよう——。そして洗剤を使わずにキレイをかなえる暮らしが、

自然の生態系をやさしくサポート。

生命の輝きをよりクリアに感じることでしょ。

各種定番品のほかに、期間限定のもの、本誌だけの特別幹旋品も（P43参照）ぜひ、ご愛用ください。



洗髪や洗顔に使いやすいサイズ。冷えを感じた時に、胸やお腹に。ひもをつけて金太郎腹あてにする人も。

ふらそら クロス2 タオル (中)  
サイズ：30cm × 40cm  
1,500円 (税込)



ハンカチサイズの正方形のクロス。三つ折りにしてナプキン代わりに愛用する人も。眼鏡拭きにもおすすめ。

ふらそら クロス1 タオル (小)  
サイズ：25cm × 25cm  
800円 (税込)



クロス3を幅も長さもワイドにしたサイズ。たっぷり水分をふくむので蒸しタオル洗顔には、イチオシ！

ふらそら クロス4 タオル (大長)  
サイズ：30cm × 100cm  
3,500円 (税込)



体や髪を洗う時に使いやすい小さめのタオルサイズ。首に巻いたり、紐をつけて禪にするにも重宝です。

ふらそら クロス3 タオル (大)  
サイズ：25cm × 80cm 2,300円 (税込)  
※ワイドサイズ有り



布良の糸を編み、細かいゴムでやさしくフィット感をサポート。心地よい肌触り。ぜひ肌に直に愛用ください。

**腹巻 手作り** (布良の糸を使用)

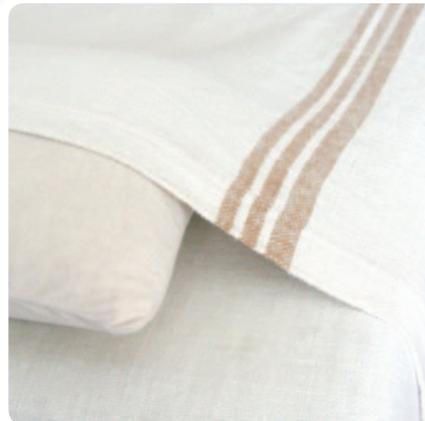
サイズ：S 22,000円 (税込)  
サイズ：M・L・LL 25,000円 (税込)



ラクに息がしやすく、「呼吸が整ってくる」と評判。花粉や風邪だけでなく、就寝時に愛用する方も…。

**マスク 手作り** (布良の生地を使用)

平型 2,200円 (税込)  
立体型 3,000円 (税込)



たっぷりした大きさのシーツ。ほっとする肌触りでより安眠へと誘います。ぜひブランケットとセットで…。

**ふらそら シーツS**

サイズ：120cm × 240cm  
26,000円 (税込)



バスタオルサイズ。タオルとして使うほか、赤ちゃんのおくるみなどにも。肩掛けや膝掛けにも活躍します。

**ふらそら クロス5 (大判クロス)**

サイズ：80cm × 140cm  
9,000円 (税込)



布良に包まれて眠る幸せを味わってください。布良創業時からのロングセラー。部屋着としても人気です。

**布良パジャマ (男・女兼用)**

サイズ：S・M 40,000円 (税込)  
サイズ：L・LL 45,000円 (税込)



体や顔を洗う時に使いやすいミトン型。やさしく撫でるように洗いましょう。赤ちゃん用にもおすすめ。

**ふらそら エステミトン**

サイズ：フリー 1,300円 (税込)  
サイズ：S 800円 (税込)



きれいな透け感がある織りで、シャリとした手触りが特徴。季節を問わずに羽織れ、とてもエレガントです。

**さよりショール**

サイズ：90cm × 175cm  
19,000円 (税込)



布良のタオル面とガーゼ面のリバーシブル仕様。タオル面はあたたかく、ガーゼ面はさわやかな肌触りです。

**ふらそら ブランケットS**

サイズ：130cm × 240cm  
38,000円 (税込)



布良の洗濯はもちろん、台所やお風呂でも大活躍。スッキリとした洗い上がりで、毎日のキレイを応援します。

ふらそら〜と 大豆粉 300g  
3,000円 (税込)



少量で洗濯できすぎも簡単。洗濯機でも手洗いでも、ふんわりした仕上がりに。その他使い方もいろいろ。

ふらそら〜と 竹炭液  
300ml : 1,300円 (税込)  
700ml : 2,600円 (税込)  
2000ml : 5,200円 (税込)



非会員の方に、布良の良さを実感していただけるように用意したお得なセット。布良の使い方 DVD 付きです。

おためしセット

ふらそらクロス 1 (小)、2 (中)、3 (大)、  
大豆粉 (サンプル)、布良の使い方 DVD  
4,800円 (税込)  
※大豆粉はお試しサイズとなり、写真は通常サイズです。



布良愛用の女性たちの声を集め、改良を重ねたナプキンです。経血は水に浸けておくときれいに落ちます。

ナプキン茶綿  
2,500円 (税込)

〜定期購読者様 特別斡旋品のお知らせ〜

季刊誌の定期購読者様限定の目玉アイテムのご紹介です。  
なんと、通常**35,000円**で販売している  
「マリムーンアイマスク」を定期購読者様限定で  
**15,000円**で提供いたします! 出血大サービスです♪

なくなり次第終了!  
おひとり様2つまで!

軽い着け心地でポカポカ暖か♪  
目の疲れが気になる方はぜひ♪

約13cm×30cmの  
マリムーン使用!  
ネックウォーマーにも、  
鼻にしてマスクにも!  
お子様の腹巻にも♪



希望者は東京サロンへ  
お問い合わせください。  
TEL : 03-5540-8511  
メール : fulanokai@blue.ocn.ne.jp



赤ちゃんが持ちやすく、さわり心地の良い人形。まちがって口にしても、布良なら安心。贈り物にもどうぞ。

ふららちゃん人形  
3,600円 (税込)



ストールのように気軽に羽織ることのできる1枚仕立てのジャケット。ふわりと軽く癒し効果は抜群!

ストールジャケット  
サイズ : フリーサイズ  
20,000円 (税込)

# 糸紡ぎ練習会とはどんな会？ 優しく想いを込めて紡ぎます。



糸紡ぎのポイントは、糸車の言うことを聞いてみることでですよ。

## 集いの会 糸紡ぎ練習会！

ふらのわ会 東京サロン  
（八丁堀）で毎週木曜日午前／  
午後開催されている糸紡ぎ練習会。  
2月の新年会で第1回糸紡ぎマイスター  
を取得した生亀（いき）会員を講師  
として、楽しく糸を紡いでいます。  
糸紡ぎ練習会が始まってからまだ  
日も浅く、まだまだ皆さん始めたばかり！  
一番長い生亀さんで1年ほどとのこと。「最初は糸が切れてしまったり太くなったりと失敗ばかりだった糸紡ぎも、眼に見えて成長が実感できるのでずっと作業していても面白いですよ！」と生亀さん。



生亀さんの糸紡ぎ  
1回目(右)と1年後(左)  
うどんとそうめん程も  
太さが違います！

糸紡ぎマイスター第一号  
生亀 会員→まだまだ勉強中！

癒しのサロン空間で集中して糸を紡ぐことができますよ。

## 布良の布は疲れ知らず！

皆さん口を揃えて「布良の糸は特別な綿を使っているから、何時間ずっと紡いでいても疲れないの！」と。布良の綿のエネルギーを実感できる練習会でもあるので、ぜひ東京サロンで試してみたいかがでしよう。初めての方でも楽しく糸を紡ぐことができますよ。



会員はだれでも参加できますよ。  
一緒に糸を紡ぎましょう♪

綿の種植から体験すると、紡ぐ中に想いも込められ、より一層布良の綿が愛おしく感じてくはらずです。一緒に紡ぎの時間を楽しみましょう！



分からないときは生亀さんに質問！厳しくも？優しく教えてください。



糸紡ぎを始めてからまだ2回目！きれいな緑綿を紡いでいます。

## ～つむぎの会で布良の糸ができるまで～





(平成27年6月)  
**秋葉原\_MOTTAINAIフェスタ**  
 地球環境に負担をかけない  
 ライフスタイルを広める  
 MOTTAINAIフェスタに参加。  
 多くのお客様に興味をもって  
 いただきました。

**草木染教室**  
 自然の草木で布良を染色！



ふらのわ会では、これからも布良についての理解を深めるため  
 様々なイベントを開催してまいります。  
 過去のイベント開催時の様子をほんの一部ですがご紹介します。  
 毎回みんな和気あいあい。とっても楽しく開催しています。  
 ぜひ皆さん奮ってご参加くださいね。

これからも会員さんとの輪を大切に、  
 精力的にイベントを行っていきます。

**新年会**  
 みんな楽しく新年会！  
 来年も宜しく願います。



**織り教室(札幌)**  
 先生の丁寧な指導で  
 みんなぐんぐん上達！



**オーガニック野菜の試食会**  
 会員さんが自然農法で作った10種以上  
 のとっても美味しい野菜を試食♪



**機織り教室(札幌)**  
 初めての方でも楽しく  
 織ることが出来ますよ

**大夕喜町バーベキュー(平成19年)**  
 天気も良く、美味しい楽しいBBQとなりました。  
 有志の方に「月の舞」を披露していただき、  
 田畑を清めていただきました。



**お芋ほり&バーベキュー**  
 (平成24年)

50～60名程が参加したお芋ほり。  
 お子様もたくさん参加していただき、  
 掘るたびに明るい声が響きました。



# 布良の勉強会「つどい」の案内

地区	日時	場所	住所/お問い合わせ	説明者
千葉県 柏市	4/3(日) 14:00	飛龍	千葉県柏市中央町2-3 2 (問)坂さん0471-63-8399	前島
大阪府 枚方市	4/7(木) 13:30	ラポール枚方 コットンボールの会	枚方駅徒歩2分 (問)和田さん080-6127-0945	前島
京都府 宇治市	4/8(金) 13:30	きもの塾坂元	京都府宇治市宇治妙楽123-8 (問)坂元さん090-6247-3270	前島
札幌市 中央区	4/8(金) 13:30	札幌ふらサロン 体験会・コミュニティ	札幌市中央区北一条西10-1-3 タナベビル7階 (問)黒宮さん011-261-5615	黒宮
東京都 中央区	4/9(土) 13:30	本社サロン	東京都中央区八丁堀1-11-5 オクヤマビル3F (問)03-5540-8511	前島
ふらっと説明会 東京都中央区	4/13(水)10:00 4/13(水)13:30	本社サロン	東京都中央区八丁堀1-11-5 オクヤマビル3F (問)03-5540-8511	前島
札幌市 中央区	4/16(土) 13:30	札幌ふらサロン	札幌市中央区北一条西10-1-3 タナベビル7階 (問)黒宮さん011-261-5615	前島
北海道 旭川市	4/17(日) 13:30	ツムギテ	旭川市西御料2条2丁目1-9 (問)中村さん090-9521-7952	前島
埼玉県 東松山	4/19(火) 13:30	丸田会員宅	埼玉県東松山市柏崎692-3 (問)丸田さん080-1129-3518	前島
東京都 練馬区	4/20(水) 13:30	ココネリ練馬 コットンクラブ	JR練馬駅徒歩1分ココネリ3階 (問)山本さん090-3406-9643	前島
東京都 中央区	4/22(金) 13:30	本社サロン	東京都中央区八丁堀1-11-5 オクヤマビル3F (問)03-5540-8511	前島
愛知県 一宮市	4/23(土) 13:00	布良宙舎	愛知県一宮市奥町字三出西7-1 (問)篠田さん090-4157-3567	前島
愛知県 名古屋	4/24(日) 10:30	内田会員宅	愛知県名古屋市中区浮野町97-75 (問)内田さん080-9488-0567	前島
愛知県 春日井	4/25(月) 13:30	優工房	愛知県春日井市東山町1-14-21 (問)松井さん090-5632-9032	前島
東京都 中央区	4/26(火) 13:30	本社サロン	東京都中央区八丁堀1-11-5 オクヤマビル (問)03-5540-8511	水島
岡山県 倉敷市	4/26(火) 13:30	倉敷西公民館 ふらのわ会	岡山県倉敷市八王寺町199-3 (問)武内さん090-4575-4890	前島
福岡県 福岡市	4/27(水) 13:30	あいれふ健康 サポートセンター	福岡県福岡市中央区舞鶴2-5-1 9階 (問)谷口さん090-2517-0460	前島

## 5月の予定

東京つどい 5/6 5/17 5/26  
 札幌つどい 5/7 5/18  
 愛知つどい 5/23 5/24 5/25  
 練馬つどい 5/20  
 沖縄ふらっと 5/28 5/29(土日)

## 6月の予定

東京つどい 6/8 6/14 6/18 6/24  
 札幌つどい 6/11 6/22

※予定は変更となる場合がございます。

# 東京サロンでのイベント予定

## 水島会員のお話し会・物づくり会

毎週土曜日 13:30～

つどいと重なる日はお休みします。

開催日 4/2 4/16 4/23 4/30  
 5/7 5/14 5/21 5/28  
 6/4 6/11 6/25



## ふら手編みクラブ

基礎をプロから学べば思うままにご自分のデザインを生かされるようになります。

毎月第1と第3水曜日

4/6 4/20 5/18 6/1 6/15

①午前10:30～12:30 ②午後13:30～15:30

## 糸紡ぎ練習日

毎月木曜日 午前と午後 ※要予約

開催日 4/7 4/14 4/21 4/28  
 5/12 5/19 6/2 6/9  
 6/16 6/23 6/30



## 綿畑マスターコース

2015年度も大活躍！しっかり収穫、綿のオーナーに喜んでいただきました。

作業日 4/4 4/10 4/11  
 5/1 5/2 5/10 5/11  
 5/12 5/13 5/21 5/31  
 6/4 6/5 6/11 6/12  
 6/19 6/25 6/26



笑って! 楽しく! 実践的!

# M高史の ものまね体操

Vol. 1

## ☆浅田真央選手 ものまね体操

背筋、臀部、もも裏など  
大きな筋肉を使って基礎  
代謝UP! 体をキレイに引  
き締めましょう♪



慣れてきたら足を高くまで  
上げて、より代謝率を  
UPさせましょう♪

## ものまね体操とは!?

有名人、歌手、スポーツ選手の  
動きをモノマネしながら楽し  
く体操・エクササイズ♪ マラ  
ソン大会、福祉施設、保育園を  
中心にいま話題の体操です!

## ☆平井 堅さん ものまね体操

①平井堅さんが歌うとき  
をイメージして肩甲骨  
のストレッチ♪  
肩こり予防にオススメ  
です!



②伸ばして曲げてを左右  
8回ずつ行いましょう!  
平井堅さん顔マネで表情筋も  
鍛えてお顔もスッキリ♪

## ☆瀬古利彦さん ものまね体操

片足上げ立ちで30秒キープ!  
慣れてきたら1分に挑戦!  
体幹をバランスよく鍛えて、  
階段上りも楽々♪



継続のPoint♪  
テレビを見ていて、ふと思いついたときに体操  
してみましょう♪無理は禁物ですよ~!

## ものまねアスリート芸人 M高史 (エムタカシ)

駒大陸上部主務、福祉施設職員を経て、  
ものまねアスリート芸人として活動。  
マラソン大会ゲスト、福祉施設訪問、  
外国人おもてなしイベントなど多岐に  
渡り出演中。  
ちなみに年齢は31歳です。



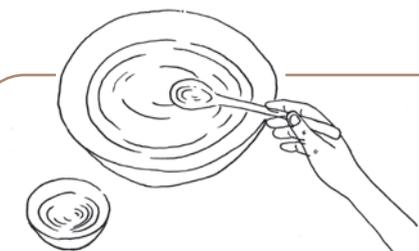
## M高史さんへ 体操リクエスト!

ココに効く体操が知りたい!  
などのご希望をメールで送付く  
ださい。夏号でM高史さんが楽  
しく教えてください。

fulanokai@blue.ocn.ne.jp

## 酢

酢水ですすいで  
弱酸性の肌



殺菌効果が強い酢には、  
肌をすべすべの弱酸性に  
戻す働きも。洗顔の仕上  
げには、洗面器の湯に数  
滴の酢を落とした  
酢水で、顔をすす  
ぎましょう。すべ  
すべの肌がよみが  
えります。そして、  
最後にはふらそら  
を使ってやさしく  
顔を拭いてくださ  
いね。

## 塩

ハリとつるつるの  
美肌づくり



洗面器にひとつ  
まみの塩を溶かした  
ぬるま湯で洗顔すると、  
肌が浄化されて、つる  
つるに。塩の持つ殺菌  
効果で、にきびや吹き  
出物の予防にも。

# 洗顔料を使わない、 美肌の洗顔術

小鼻の黒ずみは、塩と  
オリーブオイルを指先に  
つけて、マッサージします。  
毛穴まわりの汚れが落ちて  
スッキリしますよ。

※塩はミネラルたっぷりの  
天然塩を用います。



# For member news

ご購読者様へのお知らせ



## ふらのわテレビ局 開局!

ふらのわ会の活動や体験談・メッセージなど様々な特別映像を視聴できる、「ふらのわテレビ」を開局しました！  
新年会の様子もアップされていますので、ぜひご覧になってください。

ふらのわテレビ局を視聴するには

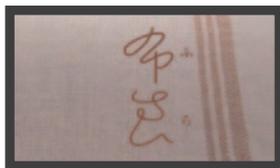
①右の視聴用チケットをお買い求めください。チケットはホームページからお買い求めいただくか、東京サロンまでお問い合わせください。



②ホームページ内「ふらのわテレビ局」から、ご覧になりたい番組を選んでいただき、「視聴する」ボタンをクリックしてください。パソコンでもスマートフォンでもご覧いただけます。

③チケット裏面に印刷された16桁の数字を入力してボタンをクリック。

④チケット購入者だけが閲覧できる映像を視聴できます。



ぜひ、お友達や家族、布良のことを知りたい、興味のある方に教えてあげてくださいね。

## 楽しく脳トレクロスワード! テーマは“エコロジーと春”♪

<タテのヒント>

1. 春は多くの〇〇が開花します
2. 頼むこと。古紙回収は業者に〇〇〇〇する
3. 北国はコレが溶けてやっと春が到来
4. 追いかけること
6. ムード。〇〇〇〇のいいお店
9. 〇〇より証拠
11. 〇〇〇は寝て待てと言います
13. バイオディーゼルの原料にもなる豆
14. ここで本を借りてエコについて学ぶ
16. 根も葉もない〇〇〇には気をつけて!
19. 邦画⇄?
20. 希望いっぱいの〇〇〇に向けて旅立つ春
23. 生えたばかりの葉っぱ。初心者マーク
24. 春は〇〇〇が不安定で雨や嵐も多い
26. 草原にいっぱい生えている
28. 春が旬のマダイは〇〇ネタとしても人気

<ヨコのヒント>

1. 排気ガスの〇〇〇〇〇〇量を減らす
5. 春の花粉アレルギーで〇〇も痒くなる
7. 桜で有名な吉野山がある「〇〇県」
8. 菜の花の色
10. 干したらスルメ
12. 宮城県の冬～春の在来野菜「〇〇〇〇セリ」
15. 〇〇〇とチリトリで掃除をします
17. 呼吸のこと
18. エコな生活をしていた平成の前の年号
20. 花にはジョウロであげましょう
21. 〇〇のない電化製品のコンセントは抜く
22. 魚偏に春と書く魚
25. 〇〇〇技術の発展でリサイクルも進歩しました
27. 地球温暖化で日本を取り巻く〇〇〇〇の温度が上昇
29. 日本では初春に行われるリオの「〇〇カーニバル」
30. 春を含めた4つの季節

1	2		3	4		5	6
	E						A
7			8		9		
	10	11		12		13	
14		15	16		G		17
18	19				20		
21			22	23			24
25		C		27		B	F
		29					30

解答欄

A	B	C	D	E	F	G

クロスワードの答えは  
55 ページへ!

季刊誌ふらのわ夏号では、女優・タレントとしてテレビや映画など多方面で活躍中の熊谷真実さんが前島代表との対談に登場していただきます♪  
 ふらのわ会の会員でもある熊谷さんのお話をお楽しみに♪

次号対談  
 (予定)  
**熊谷真実さん**



<参加型の季刊誌を目指して>

今回創刊にあたって大切にしたいものは皆さまのお声です。創刊号につき不備もございますが、今後より一層充実した冊子としてまいります。  
 そこで、創刊号についてや、こんなことが知りたい、これってどういう意味なの? などのご意見がございましたら、以下のアドレスまでご連絡いただきますようお願い申し上げます。  
 ご連絡頂いた方の中から抽選で10名様へ粗品\*を進呈いたします。

メール fulanokai@blue.ocn.ne.jp

\*粗品の内容はふらのわ会のおまかせとなります。

季刊誌ふらのわ 第1号  
 平成28年4月発行  
 価格: 864円(税込) / 年間購読 3,240円(税込)  
 発行者: 前島 雄二 / 発行所: ふらのわ会  
 〒104-0032 東京都中央区八丁堀1-11-5 奥山ビル  
 Tel 03-5540-8511 FAX 03-5540-8601  
 編集/印刷/製本: 日生印刷株式会社

© 2016 ふらのわ Co. Ltd., All rights reserved.

おまかせ

52ページ クロスワードの解答

ハ	イ	シ	ユ	ツ		ヒ	フ
ナ	ラ		キ	イ	ロ		ン
	イ	カ		セ	ン	ダ	イ
ト		ク	ウ	キ		イ	キ
シ	ヨ	ウ	ワ		ミ	ズ	
ヨ	ウ		サ	ワ	ラ		タ
カ	ガ	ク		カ	イ	ス	イ
ン		サ	ン	バ		シ	キ

解答欄

A	B	C	D	E	F	G
フ	ラ	ガ	ダ	イ	ス	キ

定期ご購入者特典

定期購読 / 年4回にお申込みいただいた方には、日ごろの感謝を込めた嬉しい特典をご用意しました！  
 ぜひこの機会に東京サロンへ足をお運びいただき、皆さまのお話をお聞かせください。



クーポン券のご利用にあたっての注意事項

- ・クーポン券は定番品で1,000円以上(定価)からご利用いただけます。
- ・クーポン券のご利用は、定番品 1商品につき「1,000円から10,000円未満 / 1枚」「10,000円以上 / 3枚まで」です。
- ・クーポン券の有効期限は季刊誌の発行から3か月です。
- ・会員番号またはご登録の電話番号、お名前を必ず記載してください。記載がない場合、クーポン券はご利用いただけません。

平成28年春号 クーポン券

500円

お名前 \_\_\_\_\_

会員番号またはご登録の電話番号 \_\_\_\_\_

ご紹介者 \_\_\_\_\_ 有効期限: 平成28年6月末日

---

平成28年春号 クーポン券

500円

お名前 \_\_\_\_\_

会員番号またはご登録の電話番号 \_\_\_\_\_

ご紹介者 \_\_\_\_\_ 有効期限: 平成28年6月末日

---

平成28年春号 クーポン券

500円

お名前 \_\_\_\_\_

会員番号またはご登録の電話番号 \_\_\_\_\_

ご紹介者 \_\_\_\_\_ 有効期限: 平成28年6月末日