

大切な人に贈りたい! **ココウエルの冬ギフト**

通販 & 直営店限定



ギフトセットA 3,850円(税込) 甘い香りのパーソンオイルと幅広く使える香りのないオイルのセット。



ギフトセットB 3,300円(税込) お料理好きのあなたに。普段使いにぴったりの無香ココナッツオイル3本セット。



ギフトセットC 8,000円(税込) 冷たくても固まりにくい、冬は特に使いやすいオイル3本セット。



ギフトセットD 5,400円(税込) ココナッツ初心者さんにもおすすめの、定番ロングセラー商品。

ご注文は
こちらから

お電話で / **0120-01-5572** 10:00~18:00 定休日/土日祝
インターネットで / <https://www.cocowell.jp/fs/cocowell/c/gift>

こちらからご注文いただけます。



社名 株式会社ココウエル
所在地 〒550-0012 大阪市西区立売堀5-5-7
TEL 06-6541-5572
FAX 06-6543-5571
設立 2004年8月16日
代表 代表取締役 水井 裕
事業内容 ココナッツ製品の開発、原料卸・小売販売
URL <http://www.cocowell.co.jp>
Facebook <http://www.facebook.com/COCOWELL.JP>
Instagram @COCOWELL_JP

〈ココウエルの約束〉

1. ココナッツの自然の力を最大限に活かしたモノづくりに努めること。
2. フィリピンの生産者を支え、ともにココナッツ産業の持続的発展に貢献すること。
3. お客様の美容健康に寄与できる商品を提供し続けること。
4. 商品の安全・安心を追い求め、クオリティーを妥協しないこと。
5. 地球を汚さないモノづくり、事業活動に努めること。
6. お客様との信頼関係を大切にし、誠心誠意でご対応すること。
7. ココウエルで働くスタッフとその家族が皆幸せであること。

商品のご注文・ご質問はフリーダイヤルで **0120-01-5572** 10:00~18:00 (土曜・日曜・祝日定休日)

ココナッツ情報マガジン・ココナティスト

COCONUTIST 2019 winter

自然な製法にこだわったMCTオイル/
リキッドココナッツオイル

ココウエルとココナッツと情報社会

あふれる情報を、
どう取舍選択するか?



- Season's Recipes -
冬のココナッツレシピ

- ・ココナッツミルクで作る甘酒
- ・ココナッツミルクマスタードのソテー
- ・春菊ジェノベーゼ風パスタ

COCOWELL USER INTERVIEW

ココウエルユーザーインタビュー

知って広がる! ココナッツ豆知識

「ケトジェニック」

ココウエルのおすすめ
cocowell RECOMMEND
ココナッツ素材を楽しめるお店

ココウエル伝言板
cocowell INFORMATION
店舗&イベント出店情報



自然な製法にこだわったMCTオイル / リキッドココナッツオイル

一般的なMCTオイルのようなクセがなく、ココナッツの香りも強すぎないオイルです。

ココナッツオイルが固まるのはなぜ？

通常のココナッツオイルは20℃を下回ると白く固形化します。これはココナッツオイルに含まれるいくつかの脂肪酸の融点が高いためです。

低温でも固まらない！ リキッドココナッツオイル

リキッドココナッツオイルは、融点が高く固形化しやすい脂肪酸を自然な製法で取り除いています。固まりやすいのは長鎖脂肪酸なので、取り除くことで中鎖脂肪酸(MCT)の割合が大幅に高まります。中鎖脂肪酸はエネルギー代謝が早いのが特長です！

How to use

- そのままで
- サラダに
- 冷たい食べ物や飲み物にも

液体タイプ



控えめな
甘い香り

液体だから使いやすい

低温でも固形化しないから、溶かす手間がなく冬場でも使いやすい。お料理にも飲み物にもお手軽にお使いいただけます。

中鎖脂肪酸(MCT)が約93%

通常のココナッツオイルに比べて、中鎖脂肪酸が約1.5倍！中でもカプリル酸やカプリン酸は約7倍にもアップされました。

トランス脂肪酸ゼロ

血中の悪玉コレステロールを上昇させ動脈硬化や心筋梗塞などのリスクがあるといわれるトランス脂肪酸(TFA)を全く含んでいないヘルシーオイルです。

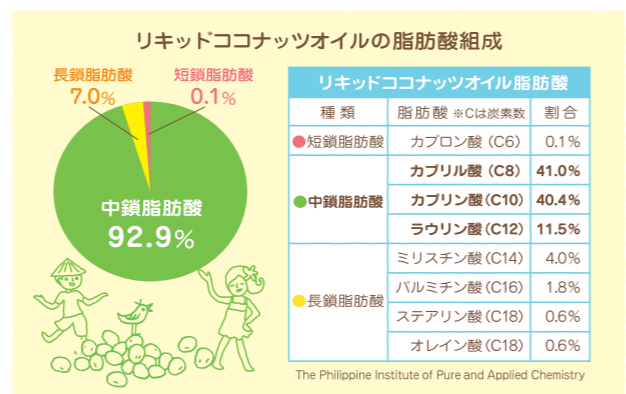
リキッドココナッツオイル

280g(300mL)/2,400円(税別)

原材料:ココナッツオイル 原産国:フィリピン

中鎖脂肪酸(MCT)約93%のココナッツオイル

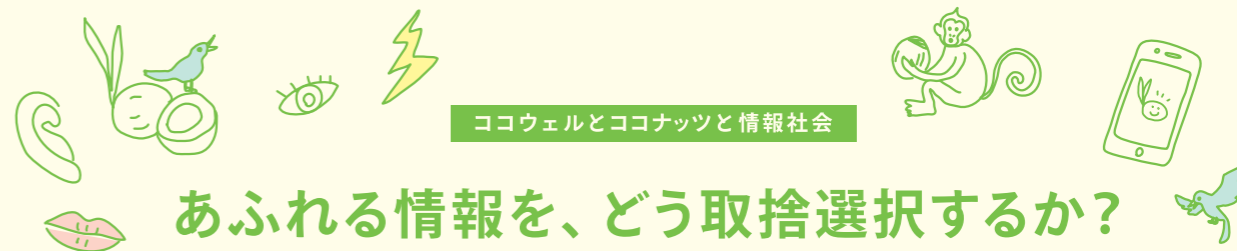
全体の約93%が中鎖脂肪酸(MCT)のリキッドココナッツオイル。中鎖脂肪酸を効率よく摂りたい方におすすめです。一般的なMCTオイルは化学処理をして作られているものもありますが、この商品は化学処理を行わず、自然な製法で固まりやすい脂肪酸を取り除きました。ブドウ糖に代わる脳のエネルギー源となる「ケトン体」に変換されやすいカプリル酸とカプリン酸が約80%以上含まれます。



“低温でも固まりにくい”使いやすいリキッドココナッツオイル

リキッドココナッツオイルは低温でも固まりにくいオイルなので、サラダにかけたり、スムージーや冷たいドリンクに混ぜることもできます。

※冷蔵庫に入ると白濁し、一部が固まる場合がありますが、常温では液体に戻ります。品質には問題ございません。



ココウェルとココナッツと情報社会

あふれる情報を、どう取捨選択するか？

インターネット等の普及によって、様々な人がそれぞれの考えを気軽に発信できるようになりました。しかし、それらの情報が事実かどうかを見極めるのは難しいのが現状です。先日も、様々な議論の巻き起こる情報がインターネット上に流れ、話題になりましたのでご紹介いたします。

ハーバード公衆衛生大学院のKarin Michels教授がドイツで行った講義の中で、ココナッツオイルを“Pure poison(毒そのもの)”と主張し、動画サイトに掲載されました。2018年7月10日に掲載されたその動画では、ココナッツオイルを「我々が口にする食べ物の中で最悪なものの一つ」と主張しています。米国心臓学会(AHA)は昨年、ココナッツオイルやバターなどの飽和脂肪に対する警告を世界中の心臓専門医に発しましたが、Michels教授の今回の主張もそれに沿ったものです。「ココナッツオイルは有害である」と米国心臓学会が明言する根拠として、過去に行われた4つの研究を挙げています。しかしその研究の内容を見てみると、実はココナッツオイルのことはどこにも述べられていないことが分かりました。また、研究結果のデータ分析方法に問題があることも指摘されており、各所から反論記事も発表されています。こういった流れを受けてかどうかは不明ですが、現在動画は削除されているため見る事ができなくなっています。

動物性油脂とココナッツオイルは似て非なるもの

では、なぜココナッツオイルが有害であるという誤った主張がなされたのでしょうか？ココナッツオイルは植物性油脂の中でも珍しく飽和脂肪酸が全体の90%以上を占めています。一般的な植物性油脂は飽和脂肪酸が10~20%程度ですので、いかにココナッツオイルが特別な存在であるかが分かります。飽和脂肪酸はバターやラードなどの動物性油脂に多く含まれるものですが、ココナッツオイルと同じように「低温で固形化する」という特性があります。このため、ココナッツオイルにはバターやラードと同じ危険性があると誤解されやすいのです。しかし成分を詳しく見ると、長鎖脂肪酸が全体の約80%を占めるバターやラードとは大きく異なり、ココナッツオイルは全体の約60%以上が中鎖脂肪酸です。

コレステロールは悪者じゃない
長い間、動物性脂肪はコレステロール値を上昇させ、それが動脈硬化の原因であると考えられていました。そして、ココナッツオイルが動物性脂肪と似たような性質を持つことから、ココナッツオイルも体に悪いという誤った情報が発信されてしまったと思われる。まず、ココナッツオイルはコレステロール値を上昇させません。また現在ではコレステロールが血管の傷を修復してくれるということが分かってきました。血管が傷つくと、それを修復するためにコレステロールが傷の周りに集まります。傷の周りにコレステロールが集まっているのを見て「コレステロールが血管を傷つけた」というあらぬ疑いをかけられることになったのです。実際にフィンランドで15年かけて行われた実験では、動物性脂肪とコレステロールを減らし、リノール酸が多い植物油を増やした方が心臓病の死亡率が高かった、という研究結果も出ています。

少し前にも「ココナッツオイルに発がん性がある」と誤った情報が流れましたが、それはココナッツの果肉を煙でくん製する製法を用いた場合、煙に含まれる環境ホルモンが果肉に付着してオイルに混入する可能性がある、というものでした。ココウェルのオイルに使用しているココナッツは、くん製する製法を採用していませんので、発がん性物質が混ざる心配はございません。ココウェルではできる限りの情報収集を行い、ご愛用いただいている皆様に安心してお使いいただけるよう情報をお伝えして参ります。電話やメールでもお気軽にお問合せくださいませ。

(参考文献)
アジア太平洋ココナッツコミュニティ(2018)
「Coconut Oil is One of Nature's Healthiest Oils: A Detailed Reply from the Asian and Pacific Coconut Community」



今回のテーマ 「ケトジェニック」



「ケトジェニック」とは耳慣れない言葉かもしれませんが、テレビ放映がきっかけでココナッツオイルが注目され始めた2015年頃から、よく聞かれるようになった食事療法です。今回は、ココナッツオイルとケトジェニックダイエットとの関係を詳しく解説します。

01. ケトジェニックダイエットとは

糖質を制限し、糖質の代替エネルギー源として脂質を摂取する食事療法のこと。糖質をエネルギーに利用する代わりに脂肪を燃焼して「ケトン体」を作り出し、ケトン体を主要なエネルギーとして利用する体質にすることで、体脂肪が燃焼されやすく、様々な病気の予防や健康長寿に繋がる食事法と考えられています。

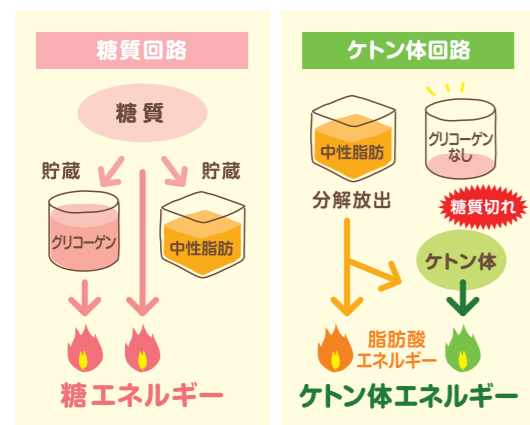
02. ケトン体とは

β-ヒドロキシ酪酸、アセト酢酸、アセトンの総称で、主に脂肪酸の代謝によって作られます。

03. エネルギーを作る2つの回路

私たちヒトが日々活動するために必要なエネルギーを体内で生み出すための方法には、「糖質回路(ブドウ糖-グリコーゲン)」と「ケトン体回路(脂肪酸-ケトン体)」の2つがあります。お米やパン、パスタなどの炭水化物(糖質)を摂るとグリコーゲンへと分解され、糖質回路が働きエネルギーを作ります。エネルギーとして使われずに余った糖質は中性脂肪として蓄積されます。しかし糖質を制限すると、肝臓で糖質の代わりに中性脂肪から「ケトン体」が作られます。

▼ 2つのエネルギー回路



糖質回路は激しい運動をしたり、糖質を摂取している場合の回路であり、体内で蓄えられる量が少ないことからエネルギー切れを起こしやすいですが、中性脂肪から作られるケトン体回路は大量に蓄えることができます。

04. 糖質に対応できていないヒト

およそ700万年前に誕生した人類の祖先は狩猟・採集が中心の低糖質・高脂質・高タンパクの食事をしていました。およそ1万年前から農耕が始まり、穀物(炭水化物)が手に入るようになってからは、主に糖質をエネルギーとして利用するようになりました。精製した砂糖や穀物を摂るようになったのは、まだここ数百年、数十年のことです。本来、ヒトの体は糖質をたくさん取ることに対応できていないため、体に負担がかかりすぎて肥満や糖尿病、癌など様々な病気の一因になっています。これまで糖質回路の方が主要なエネルギー回路とされてきましたが、心筋や骨格筋、腎臓などの様々な臓器で日常的にケトン体回路が使われ、ヒトの歴史から見てみてもケトン体回路が本来ヒトの主要なエネルギー回路であると考えられています。

ミニコラム

飢えと戦いながら生きてきた時代が長いヒトには、低血糖を避けるための安全装置がいくつもあり、糖質を食物から摂取しなくても身体の機能を維持することができます。

低血糖を避けるための安全装置

安全装置①

ヒトには血糖値を下げるホルモンはインスリンの1種類しかありませんが、血糖値を上げるためのホルモンは主に5種類以上存在しています。

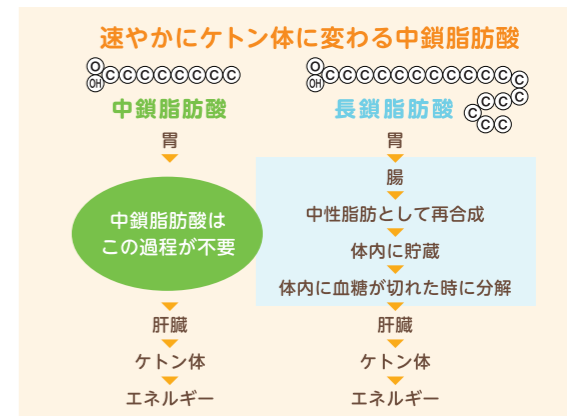
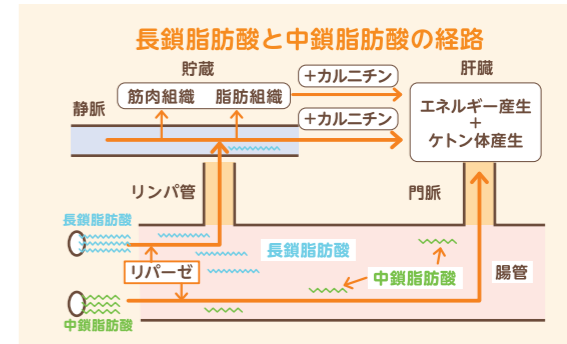
- ▶血糖値を下げるホルモン: インスリン
- ▶血糖値を上げるホルモン: グルカゴン、コルチゾール、アドレナリン、成長ホルモン、甲状腺ホルモンなど

安全装置②

糖新生という機能で、たんぱく質を構成するアミノ酸や運動時の筋肉で作られる乳糖などからもブドウ糖を作ることができます。

中鎖脂肪酸が効率的にケトン体を産生する

ブドウ糖が枯渇した際、代替のエネルギーとして肝臓で中性脂肪からケトン体が作られます。食事から中鎖脂肪酸を摂ることで、より効果的にケトン体エネルギーを作ることができます。長鎖脂肪酸の場合はブドウ糖が存在するとケトン体の産生が抑えられますが、中鎖脂肪酸の場合は糖質摂取の影響をあまり受けずにケトン体が多く作られると言われています。脂肪酸は中鎖脂肪酸、長鎖脂肪酸を問わず、肝臓の肝細胞内のミトコンドリアで、ケトン体を作るのに必要な「アセチルCoA」という物質に変換されますが、長鎖脂肪酸がミトコンドリア内に入る場合にはカルニチンが必要なのに対し、中鎖脂肪酸はカルニチンがなくてもミトコンドリア内に入ることができるので、より簡単にケトン体に変換されます。また、長鎖脂肪酸はリンパ管や静脈を通して筋肉や脂肪に運ばれます。一部は肝臓へ運ばれますが、余った分は中性脂肪として蓄積されます。一方で中鎖脂肪酸は門脈を経て、直接肝臓に運ばれるため、素早くケトン体に変換されます。ケトン体を作りやすい体質にすることで、太りにくくなるだけでなく、集中力が高まったり、うつ病の改善にも効果があると言われています。また、糖尿病やがんの予防、脳のエネルギーとして利用されることからアルツハイマー病の予防・改善も期待されています。



推奨されるケトジェニックダイエットの食事(ケトン食)

※ケトジェニックダイエットを実行する前にかかりつけの医師と相談することをおすすめします。

- 1 食の糖質量を20g以下に抑えます。ご飯であればお茶碗1/3くらいになりますが、おかずの味付けにも砂糖が使われている場合が多いので注意が必要です。
- 2 タンパク質は体重×1.2~1.6g摂取することが必要と言われています。体重60kgの人の場合は最低72gのタンパク質量が必要になります。
- 3 必須カロリーの60%は脂質から摂ることが推奨されています。一般的な成人の摂取カロリーを1日2,000kcalとするとおよそ1,200kcalで133gほどの脂質が必要になります。
- 4 食物繊維は1日20g以上摂取します。食物繊維は腸内環境を整える働きがあるので、しっかり摂ることを意識します。

おすすめ商品

ケトジェニックダイエットにおすすめ! ココウェルのココナッツオイル

詳しくはP.9の商品ラインナップをご覧ください



Season's Recipes by Cocowell Kitchen

冬のココナッツレシピ

2018年は気候の変化が激しかったため、体調を崩されたりしていませんか・・・。
今回は、年末年始を元気に過ごすためのいたわりメニューです。



レシピサイトはこちらから /
cocowell HP: How to use (商品の使い方)
http://www.cocowell.co.jp/howto/

Recipe 1 ココナッツミルクで作る甘酒

体をしっかりと温めてくれる、冬にぴったりの飲み物です。



〈材料〉4人分

- ・ココナッツミルクパウダー 300g
- ・酒かす(できれば柔らかいもの) 300g
- ・水 750cc
- ・はちみつ お好みの量
- ・しょうがのしぼり汁 少々

〈作り方〉

- 1 ココナッツミルクパウダーを水で溶く。
- 2 酒かすを1に入れて火にかける。(なめらかにする場合は漉す。)
- 3 はちみつで甘さを調整し、しょうがのしぼり汁を入れる。

coconut items



ココナッツミルクパウダー

Recipe 2 ココナッツミルクマスタードのソテー

サーモン以外のお魚や、ささみでもアレンジできます。



〈材料〉2人分

- ・サーモン 2切れ
- ・塩こしょう 少々
- ・ココナッツファイバー 大さじ1/2
- ・プレミアムココナッツオイル 大さじ1/2
- ・粒マスタード 大さじ1
- ・ココナッツミルクパウダー 大さじ2
- ・ナンプラー 小さじ1/2
- ・長芋 10cmくらい
- ・ライム 1個
- ・デシケイテッドココナッツ(ファイン) 少々
- ・パセリ 少々

〈作り方〉

- 1 サーモンに塩こしょう、ココナッツファイバーをふり、冷蔵庫で30分ほど休ませる。
- 2 フライパンにプレミアムココナッツオイルを入れ、1を両面焼く。
- 3 粒マスタード、ココナッツミルクパウダー、ナンプラーを混ぜ合わせ、2に塗る。
- 4 スライスしたライムに3を乗せ、すりおろしと角切りの長芋、パセリ、デシケイテッドココナッツ(ファイン)をかける。

coconut items



ココナッツファイバー

プレミアムココナッツオイル

ココナッツミルクパウダー

デシケイテッドココナッツ(ファイン)

Recipe 3 春菊ジェノベーゼ風パスタ

低糖質のこんにゃくパスタと和えて。他にも使い道いろいろです。



〈材料〉2人分

- ・春菊 80g(約1束)
- ・松の実(生) 50g
- ・カシューナッツ(ロースト) 25g
- ・リキッドココナッツオイル 140ml
- ・にんにく 1片
- ・塩 少々
- ・粉チーズ 大さじ3
- ・こんにゃくパスタ

〈作り方〉

- 1 こんにゃくパスタを茹で、フライパンで乾煎りする。
- 2 春菊をきれいに洗い、土が取れたら根元をカットする。
- 3 松の実をローストする。(弱火で少し色づくまで)
- 4 ☆の材料をミキサーで混ぜる。
- 5 春菊を加えてさらにミキサーで混ぜる。
- 6 液状になったら塩で味を調える。
- 7 こんにゃくパスタと和える。

coconut items



リキッドココナッツオイル

COCOWELL USER INTERVIEW

ココウェルユーザーインタビュー

ココナッツを普段の食事にも取り入れながらボディビルダーとして活躍され、ボディメイクのスペシャリストとしてパーソナルジムを営んでいる曾我恭晃さんにお話を伺いました。



PROFILE

AwaykeGYM
総括パーソナルトレーナー
ソガ やすあき
曾我 恭晃さん

NSCA-CPT、栄養士、モデルボディメイクスペシャリスト、柔道整復師、サプリメントアドバイザーなど多くの資格や肩書を持ち、講師などもつとめる。また、BBJ2016年ベストフィジーク高松大会3位に入るなど大会に数多く出場している。

現在されている仕事は何ですか？

ボディメイク・パーソナルトレーニングのトレーナーをしています。8~9割の方は健康管理やダイエット、あとは競技のために来てくださっています。きっかけは16年前。自衛隊を除隊した時、身体を鍛えていた自分の知識を高めたいという想いから勉強し、その知識をたくさんの人に還元して、役に立ちたいという想いからこの仕事を始めました。

ココウェルとの出会いは？

異業種交流会で知人からココウェルのスタッフの方を紹介していただきました。それまでも仕事柄ココナッツオイルは摂取していましたし、またケトジェニックダイエットに注目し講習を受け、ココナッツオイル(中鎖脂肪酸)の持っている有効性は実感していました。そんな時に「日本にこんな会社があるんだ」と驚きました。



アウェイジムの様子

ココウェル商品をどのように生活に取り入れていますか？

職業柄、また自分自身も競技に出ているので、ハードトレーニングをする際のエネルギー補給としてトレーニング前にココウェルのリキッドココナッツオイルを大さじ1杯飲んでます。また、追い込んでトレーニングすると免疫力が下がるので、免疫力を高めるためにもココナッツオイルは役に立っています。あとは、脂肪燃焼です。ココナッツオイルをとると脂肪燃焼しやすくなるのが実感できます。きれいな筋肉を作るために糖質制限が必要で、その体を作るために糖質の代わりにココナッツオイルは欠かせないです。また、日常として朝に完全無欠コーヒーとして、グラスフェッドバターとリキッドココナッツオイルを使っています。

ライフスタイルで気にかけていることは？

栄養的にタンパク質の量と他の栄養素のバランスを考えています。基本は自然な食事ですが、あくまでも補助

的なものとしてサプリメントを摂ることもあります。これは個人差もあるので、どうしてもお肉が食べられない方や食が細い方には、プロテインなども提案しています。動物性のタンパクを摂る際も、鶏肉だけでなく豚肉や牛肉もバランスよく食べます。それぞれに大事な栄養分が含まれていますので、偏ることはしないです。よくダイエットなどされる方で植物性タンパク質を多く取られる方がおられますが、多く摂り過ぎるとインフラボン(女性ホルモン)が過多となり、脂肪がつきやすくなる可能性があります。バランスとしては、動物性たんぱく質と植物性タンパク質の割合を7:3にするのがいいと思います。あとは、食事や栄養素をとる量とタイミングに気をつけています。でも一番大事なのは、食事でもトレーニングでもストレスをためないことです。僕は普段そんなにストイックじゃないので、美味しく楽しく、食事をしています。



ストレスをためない食事とトレーニングが第一。



パーソナルトレーナーとしてトレーニングをサポート

INFORMATION

ボディメイク専門パーソナルジム **Awayke GYM**

〒530-0047 大阪市北区西天満2-10-10 BRAVE 西天満5F
TEL: 080-4978-8727 営業時間: 10:00-21:00 ※完全予約制



▶ Cocowell's Friend SHOP

ココナッツメニューを楽しめるお店

organic BOTANICS Concept Salon
Vol.8 **スローケアパーラー** コンセプトサロン/大阪

第8回目のお店紹介は、大阪の中崎町で「slowLife x slowCare」(無理しないかとりズムで自分らしさを育み輝くこと)をスローガンに掲げてサロン兼ショップをされている、スローケアパーラーさんです。イギリス生まれのコスメブランド、オーガニックボタニクス社の社長でもあるオーナーのリッチフィールドかおりさんにお話をお伺いしました。

スローケアパーラーを始めたきっかけは？

実家の電器屋の店舗がほとんど閉店状態だったので、オーガニックボタニクスのコンセプトショップとアロマトリートメントサロンをオープンしようと思ったのがきっかけです。親の半世紀に亘る商売痕である大量のゴミの整理と廃棄から始まり、スローケアパーラーの全てのリノベーションは夫のドミニクと友人の手によるものです。半年くらいかけて2006年6月にスローケアパーラーとしてオープンしました。

スローケアパーラーが新しくなるそうですね。

2018年11月から日本マタニティセラピスト協会と業務提携し、新たな運営方法でスローケアパーラーの進化に取り組んでいきます。新しいコンセプトは、ママが生き生きと活躍できる場創り、そして女性のライフステージに寄り添えるサービスと商品と情報の提供です。日本マタニティセラピスト協会のアドバイザー医師が監修したマタニティ向けのトリートメントを導入し、ホルモンバランスが崩れやすく、心身ともに不安定になりがちなマタニティ時代に、安心して使用いただけるアロマやハーブティなどのご紹介もいたします。人生の一大イベントであるお産を幸せな気持ちで迎えて欲しいと願っています。また、産後の心身の癒しの場にしてもらうために、お子様の見守りサービスを実施し、親子で通えるメニューもご用意いたします。

ココナッツ製品もご紹介くださっていますね。

家族の健康を守るママには、ココナッツ製品のメリットをもっと知ってもらいたいと考えています。特にココナッツシュガーやプレミアムココナッツオイルは普段のお料理に手軽に使用していただきやすいですし、ヘルシーなライフスタイルを次世代に受け継いでいくためにも積極的にご紹介していきたいと思っています。

普段の生活にココナッツ製品をどのように取り入れていますか？

朝はココナッツオイルでオイルブリングをしています。お昼前に食べるミューズリーにココナッツオイルをかけて、毎日いただいています。プレミアムココナッツオイルの素晴らしさを知ってからは、炒め物、揚げ物にも使っています。酸化に強いので最後の最後まで使えて無駄がなく、シンプルライフにピッタリです。

シンプルライフにもぴったりなココナッツ商品



女性のライフステージに寄り添うことを考えておられるリッチフィールドかおりさん。



マタニティ時期にも安心して使えるアロマなどを紹介している店内。

9月18日に川西阪急3Fに「Slow Days healing & beauty」が新しくオープンしました。

オーガニックボタニクスだけでなく、驚くような本質的でこだわりを持った質の高いブランドの製品が世の中にはあって、もっとそのようなブランドの製品をきちんとお伝えしお届けできる売り場創りをしたいとの想いから、コンセプトやブランド



セレクト、人材育成に携わらせていただいております。お客様がホリスティックに健やかで美しく輝くライフスタイルのお手伝いに、永く寄り添っていききたいという想いで、ココウェルの商品もご紹介させていただいております。

[SHOP Info] organic BOTANICS Concept Salon スローケアパーラー

〒530-0016 大阪市北区中崎3-2-26 吉本ビル1F TEL: 06-4802-4802
[営業時間] 11:00~19:00 [定休日] 火曜日
[URL] <https://www.organicbotanics.jp/>



ココウェルカフェの今年のメニュー

ほうれん草とカシューナッツのミニカレー
& ドリンク(コーヒー/紅茶/モリンガティー) 700円(税別)
※ドリンク+150円でサンミゲルビールに変更できます



ココウェルカフェが趣旨に賛同して参加しているイベントがあります。参加者がサンタクロースの衣装を着てランニングし、その参加費の収益は病院で過ごす子ども達へのクリスマスプレゼントになるチャリティイベント「Osaka Great Santa Run (おおさかグレートサンタラン)」。昨年よりサンタランの趣旨である「思いやり・笑顔・優しさ」をより広げるため、街イベントが一つになった「SANTA_BAR (サンタバル)」として開催されるようになりました。大阪市内7エリアの街バルが賛同し、参加店舗350店舗という日本最大級の街イベントです。

▶ SANTA_BAR <http://santa-bar.com/>
▶ Osaka Great Santa Run <https://www.santa-run.com/>

参加方法
HOW TO ENJOY SANTA_BAR



- 1 サンタバル参加店にて事前にサンタバルリストバンドセット(500円)を購入。セットにはリストバンド・サンタ帽・ガイドブックがついてきます。
 - 2 ガイドブックをチェックしたら、気になるお店を食へ歩きリストバンドを見せると「バル特別メニュー」が注文できます。
- サンタの衣装で来店するとさらにサービスを受けられるお店もあります!

▶ Shop Info **店舗情報**



ココウェル 本社

ココナッツオイルが固まる季節ですね! プレミアムココナッツオイルの口栓はしばらく使えませんが、上部を大きく切り、バターナイフなどで削り取りながらお使いください。袋を折り返してクリップ止めで保管できます。

<https://www.facebook.com/COCOWELL.JP>
[@cocowell_jp](https://www.instagram.com/cocowell_jp)

<ココウェル 本社>
〒550-0012 大阪市西区立売堀5-5-7
TEL: ☎0120-01-5572 (10:00-18:00) FAX: 06-6543-5571
open 10:00-18:30 / close 土、日、祝 2台

ココウェルカフェ 北堀江店

ココウェルカフェのポイントカード、ご存知ですか? アイスクリームやスイーツプレゼントなど貯めるごとに「ちょっと嬉しい」カードです。有効期限はなく13個貯めると木のカタラーをプレゼント! 是非ご利用くださいね。

<https://www.facebook.com/cocowellcafe/>
[@cocowellcafe](https://www.instagram.com/cocowellcafe)

<cocowell cafe>
〒550-0014 大阪市西区北堀江1-13-21 1F
TEL: 06-6531-5572 FAX: 06-6531-5579
open 11:30-19:00 / close 水曜日

ココウェル 自由が丘店

ココナッツに関する疑問や商品の使い方など、わからないことがありましたらお気軽にお尋ねください。店内で試食をしていただきながらスタッフが丁寧に伝えます。お話だけでも大歓迎! ご来店お待ちしております!

<https://www.facebook.com/cocowell.jiyugaoka/>
[@cocowell_jyg](https://www.instagram.com/cocowell_jyg)

<cocowell 自由が丘店>
〒158-0083 東京都世田谷区奥沢7-3-10
TEL: 03-6432-1120 FAX: 03-6432-1140
open 11:00-19:00 / close 水曜日(祝日を除く)

cocowell MAIL MAGAZINE ココウェルメールマガジン

新商品、イベント出店、キャンペーンなどの新着情報が満載のメールマガジンをお届けします。ぜひご登録ください。

[ご登録はこちらから▶▶▶](#)



coconut foods
ココナツの食品



エキストラバージンココナツオイル

360g (400ml) ¥2,400(税別) / 225g (250ml) ¥1,800(税別)
スティック (7g×10本) ¥800(税別) ※50本入り、100本入りもございます。

砕いた生の果肉を40℃以下の温風で乾燥させ、水分を0.1%以下にまで取り除いてから低温圧搾するエクスペラー法を採用。水分量が少ないため品質の劣化を防ぎます。有機JAS認証を取得。中鎖脂肪酸(MCT)を約65%含みます。
[別売] 早溶けスプレッドナイフ ¥1,200(税別)

プレミアムココナツオイル

460g (500ml) ¥950(税別)
スティック (7g×10本) ¥600(税別) ※50本入り、100本入りもございます。

乾燥させたココナツの果肉を圧搾したクッキング用オイル。油の旨みはありますが香りはほとんど無く、一般のお料理にお使いいただけます。生食はもちろん酸化に強いので炒め物や揚げ物など、加熱調理が特にオススメです。中鎖脂肪酸(MCT)を約61%含みます。

リキッドココナツオイル

280g (300ml) ¥2,400(税別)
スティック (7g×10本) ¥900(税別) ※50本入り、100本入りもございます。

製造工程でゆっくりと温度を下げていき、固まりやすい脂肪酸だけを取り除いた、低温でも固まりにくい液体ココナツオイル。冷たい飲み物や料理にもご利用いただけます。ココナツの香りも控えめ。中鎖脂肪酸(MCT)を約93%含みます。



ココマヨネーズ

150g ¥800(税別)

原料全体の約73%を占めるオイルには、贅沢にリキッドココナツオイルだけを使用し、全体のおよそ68%が中鎖脂肪酸という高配合。自然原料の飼料で育てたセイヤグリー健康卵を使用し、国産りんご果汁100%のりんご酢に、ココナツシュガー、平糞製法で作られた天然塩、からし、とシンプルで安心な原料だけにこだわって作りました。



ベジココチップス

22g ¥500(税別)

規格外や天災などで販売できない野菜を農家さんから買い取り、食品ロスの問題解決と、減少する農家さんを少しでも支えたいという想いで作りました。大阪府内で栽培、生産された「大阪産(おおさかもん)」の野菜を使っています。プレミアムココナツオイルで揚げ、野菜の風味や栄養価を残し、サクとした仕上がりです。大阪に本社を置くココウェルで初めての「産地消」商品です。



ココナツファイバー

250g ¥950(税別)

“ココナツフラワー”とも呼ばれ、オイルを搾った後のココナツ果肉を乾燥させた、食物繊維が豊富な微粉末の食材です。お腹の中で約3倍に膨らみ、満腹感が得られます。疲労回復の働きがある必須アミノ酸もバランスよく含まれています。グルテンフリーで、ヨーグルトやカレーに混ぜたり、料理で小麦粉に足したりしてお使いください。



デシケートッドココナツ

ファイン/ロング 200g ¥470(税別)

ココナツの果肉を乾燥させた粒状のフレーク。保存料無添加・無漂白で、水分を3%以下に抑えた高品質フレークです。パン粉状のファインと細長いロングの2種類があり、お好みで使い分けができます。ココナツの豊かな風味とシャリシャリの食感が楽しめます。



ココナツシュガー

1kg ¥2,400(税別) / 250g ¥850(税別)

香ばしくて美味しいココナツの花蜜糖。黒糖のようなコクがありながら後味さっぱり。ミネラル補給もできて、GI値35の低GIシュガーとして注目されています。血糖値の気になる方にも、コーヒーや煮物料理など、一般の砂糖と同じようにお使いいただけます。



ココナツミルクパウダー

300g ¥2,000(税別)

ココナツの果肉から搾った新鮮なココナツミルクを、スプレッドライ製法で瞬時に微粉末にしました。水分を取り除くことにより、鮮度を維持したままの保存が可能です。原材料はココナツとタピオカ粉末だけ。食品添加物を一切使用せず、粉末化するために必要なでんぷん質としてタピオカ粉末を使用しています。中鎖脂肪酸(MCT)を全体の約27%含みます。

coconut cosmetics
ココナツの化粧品



オーガニックバージンココナツオイル

140ml ¥1,800(税別)

バージンココナツオイル100%の美容オイル。ココナツオイル特有の微細な分子により、べたつかずしっとり保湿します。香料は使っておらず、ココナツ本来の甘い香りが楽しめます。お肌の敏感な方や赤ちゃんの保湿ケアに。全身に、髪にと幅広くお使いいただけます。



オーガニックココリップ

5g ¥600(税別)

オーガニックココファンリップ

5g ¥600(税別)

バージンココナツオイルとミツロウの保湿力で、乾いた唇も長時間潤い保湿します。天然精油の香りで使うのが楽しくなります。

- ビュアココナツ: ほんのり甘いココナツの自然な香り
- ジューシーパイナップル: 思わず食べたくなるようなすっきり甘い香り
- クイーンサンバギータ: 日本では珍しいジャスミンの優しい香り
- フレッシュレモンラス: レモンのような爽快でシャープな香り
- テイステイマンゴー: 完熟マンゴーのジューシーな香り
- スイートバナナ: バナナそのままの甘い香り
- ※ 商品代金のうち100円がココファンリップに寄付され、通信制高校生のスタディツアーに利用されます。



ココソープ

95g ¥800(税別)

洗顔だけでなく体、髪も洗えるソープ。コールドプロセス&スーパーファット製法により高い洗浄力とつばらない洗い上がりを両立しました。主成分ラウリン酸による豊かな泡立ちが特徴です。敏感なお肌の方にもお使いいただけるよう、バージンココナツオイルを100%使用しました。香料には、天然精油とシンプルな原料のみでつくられています。

Francis+Dale レイテと世界の食卓に彩りを



2013年11月、フィリピン中部に大きな被害をもたらした大型台風ヨランダ。ココウェルでは支援活動としてココナツの倒木を活かし、被災地「レイテ」の方に木工雑貨を作っていただく「ココウッドプロジェクト(ブランド名:Coco no Ki)」を立ち上げました。そして、作る人使う人にとってよりよい「ものづくり」を求め、現地で育ったマホガニーの木を使った「Francis+Dale」へと変わりました。詳しくは公式ホームページをご覧ください。

フランシスデール公式ホームページ <https://francisdale.jp>