

例年以上に高まる熱中症リスク！対策には「はちみつ」がおすすめ
蜂蜜専門店が教える「ソルティーハニーレモン」

株式会社金市商店（本社：京都市中京区三条通富小路西入中之町21）は、蜂蜜専門店として熱中症対策に「はちみつ」を取り入れることをおすすめしています。熱中症対策には水分補給が重要です。そこでおうちで手軽に作ることができる「ソルティーハニーレモン」の作り方をご紹介します。梅雨明けし気温が上がってくると心配なのは熱中症。今年は新型コロナウイルス対策でマスクの着用がかかせないため、顔が覆われることで体温が上がりやすく、口元に湿気がたまり喉の渇きを感じにくくなるので熱中症のリスクが上がるといわれています。

「ソルティーハニーレモン」で美味しく水分補給をし、熱中症対策しましょう。



●熱中症対策に「はちみつ」がおすすめの理由

熱中症は、「水分」と「ミネラル」の不足で引き起こされます。熱中症の症状を解消するために必要な成分は「水分」「カリウム」「クエン酸」です。蜂蜜はカリウムなどのミネラルやビタミンが含まれていますので、クエン酸や水分をプラスすることで熱中症対策におすすめです。

また、蜂蜜は主成分が「ブドウ糖」と「果糖」の単糖類のためそれ以上分解される必要がなく、胃腸に負担がかからずすぐエネルギー源になりますので糖質補給として理想的な食品です。

夏場で食欲が落ちてしまいがちですので、飲み物によって簡単に補えるレシピをご紹介します。

【ソルティーマニーマーレモンの作り方】

1. レモンの蜂蜜漬のシロップを 60cc、カップにそそぐ
2. レモンの輪切り（5枚）、氷（5個）、塩（少々）を入れる
3. 冷水を 200 cc 注ぐ
4. ゆっくりかき混ぜて、できあがり

※無糖の炭酸水でもすっきりと美味しく召し上がれます



【レモンの蜂蜜漬 作り方】

○用意するもの

- *蜂蜜 140g
- *レモン 1個
- *漬け込み用の瓶 300ml 容量のもの
- *蜂蜜 500g で作る場合は、レモン 4個で 1L の漬け込み用瓶をご用意ください

○作り方

1. 漬け込み用の瓶を消毒し、乾燥させておく
 2. レモンは 1分ほど熱湯に漬け表皮をこすり洗い、水気をふき取って 3~5mm の輪切りにする
 3. 瓶に 2 のレモンと蜂蜜を入れ、よくかき混ぜる
 4. 常温で置いて 1~2 時間で水分が出るので、再度かき混ぜる
 5. 冷蔵庫に入れて 1 日置くと、できあがり
- ※2 日目以降、味がなじんでおいしいです
冷蔵庫保存で 1 か月くらいを目安にお召し上がりください



【レモンの蜂蜜漬におすすめの蜂蜜】

- シングルオリジンハニー0037（イタリアシチリア島 レモン蜂蜜）
140g 1,000 円（税抜）

ハニーハンター市川拓三郎が買い付けた、シチリア島のレモンの花から採れる蜂蜜。少し果実感を感じられる、ジューシーでさわやかな味わいです。果実のレモンとの相性は抜群です。



- 国産あかしあ蜂蜜 500g 3,200 円（税抜）

あかしあ蜂蜜は、色は透明に近くクセもないため人気が高い蜂蜜。程よい甘さで何にでも相性が良いです。レモンに限らず、梅やベリーなど旬の果物を使った蜂蜜漬におすすめです。たっぷり 500g でたくさん漬けられる時に。



【もっと手軽に作りたい方におすすめの蜂蜜】

● 国産果実使用 檸檬漬蜂蜜 350g 1,000円（税抜）

国産のレモンピールを使用した蜂蜜漬です。酸味を強めに仕上げたオリジナルレシピ。レモンの蜂蜜漬シロップの代わりに、「ソルティーハニーレモン」にご利用いただけます。ドリンク以外にも、ヨーグルトのソースやかき氷のシロップとしてもおすすめです。



【販売場所】

※新型コロナウイルス拡大防止のため営業時間の変更や休業をする場合がございます。

詳細につきましては、随時弊社及び各百貨店のHPをご参照ください。

- ・ミールミィ 三条本店
〒604-8083 京都市中京区三条通富小路西入中之町 21
- ・ミールミィ 京都高島屋店
〒600-8520 京都市下京区四条通河原町西入真町 52 番地京都高島屋 B1F
- ・ミールミィ 阪急うめだ店
〒530-8350 大阪市北区角田町 8 番 7 号 阪急うめだ本店 B2F
- ・ミールミィ オンラインショップ <https://miel-mie.com/>

○蜂蜜専門店ミールミィ

1930年創業の金市商店が運営する蜂蜜専門店。1998年にミールミィの屋号でお店をスタートし、豊富な蜂蜜の種類とかわいらしいパッケージで、地元だけでなく遠方のお客様にも支持される。取扱品目は純粋蜂蜜だけでなく、蜂蜜加工品、蜂蜜のお菓子や蜂蜜酒（ミード）など。中でも国産蜂蜜は、養蜂家の元を直接訪ね、採蜜を一緒に行うことで、安心安全で高品質な蜂蜜のみを仕入れ、南は鹿児島から北は北海道まで、多種多様な蜂蜜をお客様に提供しております。



【会社概要】

市

株式会社 金市商店 資本金 1000万円

1930年創業で、国内外の養蜂家から蜂蜜を直接仕入れ、商品開発、製造を行う。「蜂蜜専門店ミールミィ」の運営のほか、全国のスーパー、百貨店に蜂蜜製品を卸売りしている。蜂蜜酒は10年以上前から全国で先駆けて輸入し、取扱い国、種類は国内随一。2020年6月で創業90周年を迎えた。

【直営店舗】

蜂蜜専門店ミールミィ3店舗（三条本店、高島屋京都店、阪急うめだ店）

クリームパン専門店キンイロ2店舗（三条店、伊勢丹京都店）

本件に関するお問い合わせ

担当：市川拓三郎 電話：075-221-6639 FAX：075-221-3879 publicity@miel-mie.com

