

スサの色 あしたば 悠々倶楽部通信

1月号 2025
NO. 55



新年あけましておめでとうございます。2025年がスタートしました。昨年の一月号も平和な向かう年となりますようにと書きました。今年もそう願わずにはいられません。さらに自然災害や欺瞞に満ちた政治のニュースなど、心配や怒りも尽きません。が、常に心に喜びを溜めておくことも忘れてくれないと思います。どうか皆様も多種類の食物繊維や明日葉を積極的に摂り、内から湧き出る喜びを周りへ発散するような良い一年となりますように！！

★新年だから伝えたい「サ、食物繊維」のおすすめ商品★

和風スープの具... 新商品の「和風スープの具」皆様お試しいただきましたか？丁寧に乾燥させた野菜・きのこ・海藻が10種類も入っています。おみそ汁の具としてまずぜひどうぞ。具沢山の食物繊維たっぷり、お料理の時短にもなって、家に常備しておく便利で、個包装ひとつで二、三人分のおみそ汁の具となります。個包装6袋入りでの販売です。

食物繊維スープ... 大人気商品「食物繊維スープ」は21種類の野菜・きのこ・海藻を乾燥パウダーにして、美味しさにこだわってブレンドしました。お水とお塩だけでも、美味しいポタージュスープが出来上がります。牛乳、豆乳、コンソメなどで好みの味付けにして下さいね。それにしても2種類とは...！あら「食物繊維スープ」ってスゴイですね！！

スーパーフードパウダー... こちらもジワジワと人気が出ています。明日葉やモリンガをはじめ、キヌア、ビーツ、ウコンなど、世界的にも「スーパーフード」と呼ばれている栄養価の高い食材を13種類も一度に摂ることができます。しかも全て国産のものにこだわりました。さまざまなお料理に添加して必ず加熱して食べてください。

明日葉(粒) 明日葉(パウダー)... 粒派、パウダー派、皆様はどちらでしょうか？今の元気な自分があるのは明日葉のおかげだと私は個人的に本気で思っているくらい、明日葉に毎日お世話になっています。風邪気味かな、疲れているな、そんな時はいつもお力に頼り、百から「不老長寿の妙薬」と呼ばれてきたその実力を実感しています！！

明日葉の湯... 明日葉だけで作ったオリジナル入浴剤。この季節は特にオススメ！湯冷めしにくく、お肌にやさしく、香りも自然で、おちつきます。人口的な入浴剤が私は苦手なので、とても重宝しています。湯舟の中で、やさしく揉んで、香りや色をおたのしみ下さいね。

他にもおすすめ商品がたくさんあります。サ、食物繊維のサイトでチェックして

じいじ畑日記

12月19日 篠山ほうすら雪化粧でした。温度計の記録を見たら、朝方は-2℃ぐらいに冷えこんでいたようです。

まだ少しか、今年の畑仕事が残っているのですが、今日は畑に行けないようです。イノシシが入る側の60メートルぐらい、電気柵を張り直しました。

電気柵は、草などが触れると漏電して、効果がなくなってしまうので、春から秋までの草刈りを頻繁にしなければいけません。

草刈り機で電線や支柱を切断しないように注意しながらの草刈り作業は、けいこ大変です。なので幅60センチの防草シートを張り、その中央に支柱を打ちこんで配線しました。

イノシシはキャベツや白菜やブロッコリーなどは食べないのですが、畔際からかなりの範囲で掘り返しています。たぶんミミズを探して、鼻で掘り返すのでしょうね。カロリー的に採算が合わないと思うのですが。

不耕起栽培の畑なのに、イノシシが耕している感じです。そんなことをするのはうちの畑だけで、隣接している他の人の農地には、全くイノシシは入っていないようです。まあ、それなりに豊かな生命場になってきているのでしょうから、それを喜ぶことにします。



みなさま、今年積極的に多種多様な食物繊維もとって下さいね。今年も一年どうぞよろしくおねがいします。

にわとり 元気に育てます

毎日15コもの卵をうんでくれています。

5月から「スサの色」で育てているにわとりたち。15羽とすくすくと育ち、今では毎日新鮮な卵を私たちに食べさせてくれています。2025年も、元気に卵をうんでほしいです。



2025年も「スサの色」をどうぞよろしくおねがいします。この通信もなんと30年と毎月出して頂いて、たいく書いています。こんな特集組んでほしいなとお声あつたうれしいです。藍子 2025.1.1

スサの色
〒669-2346
兵庫県丹波篠山市西岡屋491
Tel and Fax: 079-506-2892
E-mail: info@shokumotsuseni.com