



2018年（平成30年）創刊
一般財団法人 燈和会
〒849-0904 佐賀県佐賀市金立町薬師丸997番地1
☎ 0952-65-4216
FAX 0952-65-9650
✉ admin@touwakai.jp
http://touwakai.jp/

燈輝新聞



優益のチカラを食卓へ
通常購入 14,800円(税込)
定期購入 11,800円(税込)
内容量:720ml
賞味期限:製造日より半年
保存方法:要冷蔵10℃以下



全国の普及活動より
お求め頂けます

2017年9月初めの益膳鍋の試食会(佐賀)



2017年10月、燈和プロジェクト推進委員の方々の試食会。意見交換をしながら、改良を重ねていった。

2017年9月、佐賀の事務所にて、初めての益膳鍋の試食会をした。

実際は、その前から試行期間で、佐賀にあるお鍋屋さん足運で食べてみたり、薬膳鍋のキットを買ってき

ては、作り、試食し、繰り返しだった。初めは、あまりおいしい物とは思えないほどの出来だった。

2017年10月、燈和プロジェクト推進委員の方々の試食会。意見交換をしながら、改良を重ねていった。

健康寿命推進プロジェクト

未来に残す財産作り

「益膳鍋」の素、販売開始

約1年の歳月を経て

1年以上の歳月を経て、燈和益膳茶屋のオープンの際に提供出来るまでになった。その後、忘年会や新年会で提供。

食べた方から、「これはおいしい!」「今度、友達も一緒に連れてきて、また食べに来ます。」など多くのお声をいただいた。

健康寿命推進プロジェクトでは、お店でしか食べられないではなく、家庭で楽しみなから頂く益膳として、多くの人に普及して、当会の活動を、また想いを広げて頂く為に誕生した。

2017年10月 会員さんを交えての益膳鍋の試食会(佐賀)



昨年12月 とうわ食堂「益膳レストラン」オープン(大分)



健康寿命の根幹

健康寿命とは、日常的・継続的な医療・介護に依存しないで自分の心身で生命維持し、自立した生活が出来る期間の事を指します。定義「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」をいう。

薬膳は、東洋医学を根幹として三千余年もの間、食し続けられた健康料理です。日本では近年、有志の方々によって四季に応じた食材の持つ特質をうまく活用し、日本人に合った和の薬膳食として、健康を維持される多くの方々に支持され、家庭料理に取り入れられています。

合った和の薬膳食として、健康を維持される多くの方々に支持され、家庭料理に取り入れられています。これらは、少子高齢化社会に対して健康寿命の促進活動の重要な位置付けとなり、これからの日本の食文化の根幹になると思います。

すなわち、当会に於ける健康寿命推進プロジェクトとは、家庭で楽しみながら頂く、発酵食と薬膳食を融合させた家庭料理の普及活動をいいます。

普及品第二弾

優益酵素に次いで第二弾となる普及品「益膳鍋の素」がラインナップされた。

1月末から販売を開始となり、価格は、1,860円(税込)で提供。実際に作った方からは、「良いお出汁が出てとてもおいしかった。」などのお声をいただいた。

徐々に、口コミなどで、とうわ食堂や益膳鍋などが広まっている。一人でも多くの方に燈和プロジェクトを知っていただけるよう、今後活動を進めていく。



お支払方法

お支払いは、先払いで、口座振込のみとなります。

ゆうちょ銀行から: ゆうちょ銀行以外:
記号17770 店名 七七八(ナナナハチ)
番号19067431 普通1906743
口座名義: ザイ)トウワカイ

※振込手数料は振込者のご負担

電話の場合

- 1 お名前・ご住所・お電話番号をお伝えください。TEL:090-8403-7419
- 2 注文する数量をお伝えください。
- 3 お届け先住所をお伝えください。
- 4 お届け日・時間をお伝えください。

メールの場合

- 1 QRコードを携帯で読み込んでください。
- 2 メール作成というボタンをクリックしてください。
- 3 メールの送信画面が開いたら、項目を入力してください。
- 4 入力が終わりましたら送信してください。

LINEの場合

- 1 QRコードを携帯で読み込み友だちを追加してください。
- 2 「とうわ食堂」のトークルームを開いてください。
- 3 メッセージにお名前・ご住所・お電話番号・数量・お届け先住所・お届け日・時間を入力し、送信してください。

注文方法

燈和ニュース

廃校再生プロジェクト

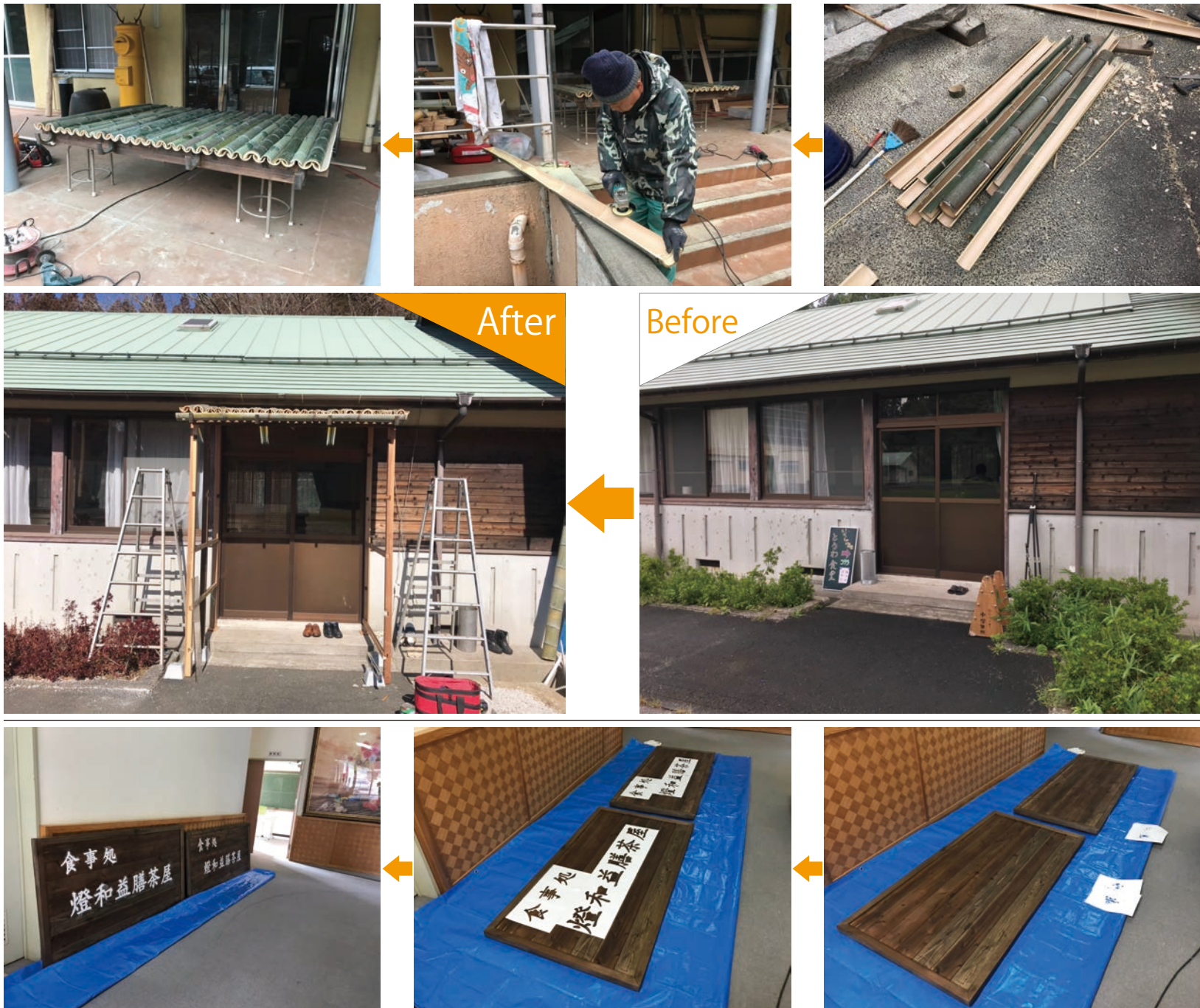
益膳レストラン 進捗状況

屋根

看板

『すべてが手作り』

全てを手作りにこだわり、小学校にあるものは、加工し、再利用しようと、みんなが知恵を出し合いながら、日々作業を進めています。



池の跡地

小学校として運営していた当時は、中庭の池として利用されていた。その池の改修が1月20日より、開始となった。

雪がちらつく中、「私もぜひ手伝わせていただけないか!」と地域の方が来てくれて、一緒に基礎工事から始めている。

どうわ食堂オープン以来、徐々に小学校に来る方も増えており、中には、来る度ごとに様子が変わっているのを楽しみにしている方もいるようです。

まだまだ、行いたいことは山積みだが、応援し、お手伝いして下さる地域の方々と共に、一つ一つ作り上げていきます。



馬鹿がいちばん賢い

イソップ物語「ロバを売りに行った親子」という話をご存知でしょうか? 次のようなお話です。

ロバを売りに行く親子が、ロバを引いて歩いていると、村の人が笑いました。「おばかさんだねえ、ロバに乗っていけばいいのに。」あわててお父さんは息子をロバに乗せました。するとお父さんの友だちがやってきて「子どもを乗せるなんて、甘やかしてはいけませんよ。」と言われ、またまたあわてて、子どもをおろし今度は自分が乗りました。すると他の人に「自分は楽をして、小さい子どもを歩かせるなんてひどい父親だ」と言われます。お父さんはあわてて今度は二人でロバに乗りました。牧師さんに会おうと「二人で乗るなんて、ひどい親子だ。ロバが弱っているじゃないか。」と言われ、もうどうしていいかわかりません。「ロバを担いでいきなさい。」と牧師さんに言われ、ロバの足を棒にくくり、二人で担いでいきました。ところが橋の上まできたところ、ロバが苦しくて暴れ出し、棒が折れて、ロバは川に流されていってしまいました。親子は大切なロバをなくし、しょんぼり帰っていきました。



親子で楽しむイソップ童話より引用

この物語から、皆さんはどのように思われましたでしょうか。

これが「世間」というものです。だからこそ、「周囲の意見に流されない、自主や自律の大切」と教えられています。

危機への備え

今、私達が出来る事は、志を持った人々が協力し合い解決に向け取り組む事だと思えます。地域の官民が一体となり未来を切り開いていく事が必要です。誰かがするであろう? してくれるであろう? 期待するのではなく、自らが動き始める事でしか道は開かれないのです。

当会では、一人ひとりの意見や要望を取り入れ、様々な人々との繋がりを大事にし、互いに協力し合い、地域の未来を考える「人の和のチカラ」によって病み行く地域を元気にし、地域の未来を変え、継承していく若者に本場の財産を残していく活動を行っています。

漢方薬剤師一寸話

第八話 「唾液の毒消し効果」



漢方相談 あうん堂薬局
漢方薬剤師 梅田 秀男さん

皆様こんにちは、今年
は世の中どんな方向
に行くのかな？自身の
人生もどのように展開
するのかな？人それぞ
れに希望と不安を載
せて新年を迎えたこと
と思います。

ところでマグロ一頭
が3億3千万円でせり
落とされたという記事
を読みました。新年
早々びっくりしました
が、大トロ一切れ2万
円程になるだろうと簡
単に言っていました
が、ものの本によ
りますと江戸時代
には「こんなところは脂
っこくて食べねーや捨
てしまえ」なんてこと
になっていたらしい
です。

さて、よく噛むこと
と防御とはいったいど
うなことがあるのか、
この研究につきまし
ては、環境について
の研究で、第一人の
西岡一さんの書かれ
た本を参考にさせて
いただきました。

西岡一さんの著作
集との出会いは今
から約10数年ほど前
になるでしょう。食
品添加物や合成界面
活性剤などの人体へ
及ぼす毒性を調べて
いた時に、出会った
のが最初でした。実
によく調査と実

験の結果を踏まえて
書かれており、大い
に参考になったこと
でした。その著作集
の中に「噛む長寿学
」と題したものがあ
り、これを読み進め
ていく内に人体の防
御機構の精密さを
知り、これは耳を
傾ける人には、是非
も伝えておくべきこ
とだと思うようになって
居ました。

では、どのようなこ
となのか西岡さんの
行った実験などを踏
まえて考えていき
たいと思います。

ところで私たちの体
は、実によくできて
います。二本の足、
二本の手、二つの目
、二つの耳、口から
摂取され、消化され
、吸収され、排泄さ
れ、また、空気を吸
って酸素を取り入れ
、血液に流す仕組
み、また考えて記憶
する脳、そして筋肉
を動かす、感情を表
す仕組み、どれをと
っても実にうまく
できています。

ですから、外界から
取り込まれる入り口
には、細菌やウイルス
に対して、何らかの
防御機構があつて
当然だと思ってい
ました。空気が取り
込まれる鼻や口には
、防御機構があり、
鼻には副鼻腔にひ
だがあり、そこには
白血球やリンパ球が
待ち構えており、口
には奥に扁桃があり
、やはりそこでも
それらが待ち構えて
おり、という具合に
簡単には体内へ入

れないようになって
いる。では、食べ物
はどうなのか？実は
口の中にでてくる唾
液に、その防御機構
があるということが
わかりました。

唾液は耳下腺、舌
下腺、顎下腺の三
つの腺から絶えず分
泌されています。そ
の量は普通の人で
一日1リットルから
1.5リットルも出る
そうです。

全唾液
A 吸着による毒消
し
1. 粘膜 細胞のか
けら
2. 細菌
3. たん、鼻汁
B 酵素による毒消
し
(混合唾液)

4. 耳下腺唾液
5. 顎下腺唾液
6. 舌下腺唾液
4、5、6の唾液だ
けを見てみますと、
唾液の成分は少しづ
つ異なっています。

これらが混じり合っ
て、一般的に言うところ
の唾液を形成してい
るのです。それがど
うな成分で構成さ
れているのか。人の
唾液の成分は、

酵素類：ペルオキシ
ダーゼ、カタラーゼ
、アミラーゼ、酸
フォスファターゼ
、アルカリフォス
ファターゼ、 α -
グロブリン、 β -
グロブリン、 γ -
グロブリン、 δ -
グロブリン、 ϵ -
グロブリン、 ζ -
グロブリン、 η -
グロブリン、 θ -
グロブリン、 ι -
グロブリン、 κ -
グロブリン、 λ -
グロブリン、 μ -
グロブリン、 ν -
グロブリン、 ξ -
グロブリン、 $\omicron$ -
グロブリン、 π -
グロブリン、 ρ -
グロブリン、 σ -
グロブリン、 τ -
グロブリン、 υ -
グロブリン、 ϕ -
グロブリン、 χ -
グロブリン、 ψ -
グロブリン、 ω -
グロブリン、 φ -
グロブリン、 ϑ -
グロブリン、 ϖ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\var�$ -
グロブリン、 $\u0060$ -
グロブリン、 $\u0061$ -
グロブリン、 $\u0062$ -
グロブリン、 $\u0063$ -
グロブリン、 $\u0064$ -
グロブリン、 $\u0065$ -
グロブリン、 $\u0066$ -
グロブリン、 $\u0067$ -
グロブリン、 $\u0068$ -
グロブリン、 $\u0069$ -
グロブリン、 $\u006a$ -
グロブリン、 $\u006b$ -
グロブリン、 $\u006c$ -
グロブリン、 $\u006d$ -
グロブリン、 $\u006e$ -
グロブリン、 $\u006f$ -
グロブリン、 $\u0070$ -
グロブリン、 $\u0071$ -
グロブリン、 $\u0072$ -
グロブリン、 $\u0073$ -
グロブリン、 $\u0074$ -
グロブリン、 $\u0075$ -
グロブリン、 $\u0076$ -
グロブリン、 $\u0077$ -
グロブリン、 $\u0078$ -
グロブリン、 $\u0079$ -
グロブリン、 $\u007a$ -
グロブリン、 $\u007b$ -
グロブリン、 $\u007c$ -
グロブリン、 $\u007d$ -
グロブリン、 $\u007e$ -
グロブリン、 $\u007f$ -
グロブリン、 $\u0080$ -
グロブリン、 $\u0081$ -
グロブリン、 $\u0082$ -
グロブリン、 $\u0083$ -
グロブリン、 $\u0084$ -
グロブリン、 $\u0085$ -
グロブリン、 $\u0086$ -
グロブリン、 $\u0087$ -
グロブリン、 $\u0088$ -
グロブリン、 $\u0089$ -
グロブリン、 $\u008a$ -
グロブリン、 $\u008b$ -
グロブリン、 $\u008c$ -
グロブリン、 $\u008d$ -
グロブリン、 $\u008e$ -
グロブリン、 $\u008f$ -
グロブリン、 $\u0090$ -
グロブリン、 $\u0091$ -
グロブリン、 $\u0092$ -
グロブリン、 $\u0093$ -
グロブリン、 $\u0094$ -
グロブリン、 $\u0095$ -
グロブリン、 $\u0096$ -
グロブリン、 $\u0097$ -
グロブリン、 $\u0098$ -
グロブリン、 $\u0099$ -
グロブリン、 $\u009a$ -
グロブリン、 $\u009b$ -
グロブリン、 $\u009c$ -
グロブリン、 $\u009d$ -
グロブリン、 $\u009e$ -
グロブリン、 $\u009f$ -
グロブリン、 $\u00a0$ -
グロブリン、 $\u00a1$ -
グロブリン、 $\u00a2$ -
グロブリン、 $\u00a3$ -
グロブリン、 $\u00a4$ -
グロブリン、 $\u00a5$ -
グロブリン、 $\u00a6$ -
グロブリン、 $\u00a7$ -
グロブリン、 $\u00a8$ -
グロブリン、 $\u00a9$ -
グロブリン、 $\u00aa$ -
グロブリン、 $\u00ab$ -
グロブリン、 $\u00ac$ -
グロブリン、 $\u00ad$ -
グロブリン、 $\u00ae$ -
グロブリン、 $\u00af$ -
グロブリン、 $\u00b0$ -
グロブリン、 $\u00b1$ -
グロブリン、 $\u00b2$ -
グロブリン、 $\u00b3$ -
グロブリン、 $\u00b4$ -
グロブリン、 $\u00b5$ -
グロブリン、 $\u00b6$ -
グロブリン、 $\u00b7$ -
グロブリン、 $\u00b8$ -
グロブリン、 $\u00b9$ -
グロブリン、 $\u00ba$ -
グロブリン、 $\u00bb$ -
グロブリン、 $\u00bc$ -
グロブリン、 $\u00bd$ -
グロブリン、 $\u00be$ -
グロブリン、 $\u00bf$ -
グロブリン、 $\u00c0$ -
グロブリン、 $\u00c1$ -
グロブリン、 $\u00c2$ -
グロブリン、 $\u00c3$ -
グロブリン、 $\u00c4$ -
グロブリン、 $\u00c5$ -
グロブリン、 $\u00c6$ -
グロブリン、 $\u00c7$ -
グロブリン、 $\u00c8$ -
グロブリン、 $\u00c9$ -
グロブリン、 $\u00ca$ -
グロブリン、 $\u00cb$ -
グロブリン、 $\u00cc$ -
グロブリン、 $\u00cd$ -
グロブリン、 $\u00ce$ -
グロブリン、 $\u00cf$ -
グロブリン、 $\u00d0$ -
グロブリン、 $\u00d1$ -
グロブリン、 $\u00d2$ -
グロブリン、 $\u00d3$ -
グロブリン、 $\u00d4$ -
グロブリン、 $\u00d5$ -
グロブリン、 $\u00d6$ -
グロブリン、 $\u00d7$ -
グロブリン、 $\u00d8$ -
グロブリン、 $\u00d9$ -
グロブリン、 $\u00da$ -
グロブリン、 $\u00db$ -
グロブリン、 $\u00dc$ -
グロブリン、 $\u00dd$ -
グロブリン、 $\u00de$ -
グロブリン、 $\u00df$ -
グロブリン、 $\u00e0$ -
グロブリン、 $\u00e1$ -
グロブリン、 $\u00e2$ -
グロブリン、 $\u00e3$ -
グロブリン、 $\u00e4$ -
グロブリン、 $\u00e5$ -
グロブリン、 $\u00e6$ -
グロブリン、 $\u00e7$ -
グロブリン、 $\u00e8$ -
グロブリン、 $\u00e9$ -
グロブリン、 $\u00ea$ -
グロブリン、 $\u00eb$ -
グロブリン、 $\u00ec$ -
グロブリン、 $\u00ed$ -
グロブリン、 $\u00ee$ -
グロブリン、 $\u00ef$ -
グロブリン、 $\u00f0$ -
グロブリン、 $\u00f1$ -
グロブリン、 $\u00f2$ -
グロブリン、 $\u00f3$ -
グロブリン、 $\u00f4$ -
グロブリン、 $\u00f5$ -
グロブリン、 $\u00f6$ -
グロブリン、 $\u00f7$ -
グロブリン、 $\u00f8$ -
グロブリン、 $\u00f9$ -
グロブリン、 $\u00fa$ -
グロブリン、 $\u00fb$ -
グロブリン、 $\u00fc$ -
グロブリン、 $\u00fd$ -
グロブリン、 $\u00fe$ -
グロブリン、 $\u00ff$ -
グロブリン、 $\u0010$ -
グロブリン、 $\u0011$ -
グロブリン、 $\u0012$ -
グロブリン、 $\u0013$ -
グロブリン、 $\u0014$ -
グロブリン、 $\u0015$ -
グロブリン、 $\u0016$ -
グロブリン、 $\u0017$ -
グロブリン、 $\u0018$ -
グロブリン、 $\u0019$ -
グロブリン、 $\u001a$ -
グロブリン、 $\u001b$ -
グロブリン、 $\u001c$ -
グロブリン、 $\u001d$ -
グロブリン、 $\u001e$ -
グロブリン、 $\u001f$ -
グロブリン、 $\u0020$ -
グロブリン、 $\u0021$ -
グロブリン、 $\u0022$ -
グロブリン、 $\u0023$ -
グロブリン、 $\u0024$ -
グロブリン、 $\u0025$ -
グロブリン、 $\u0026$ -
グロブリン、 $\u0027$ -
グロブリン、 $\u0028$ -
グロブリン、 $\u0029$ -
グロブリン、 $\u002a$ -
グロブリン、 $\u002b$ -
グロブリン、 $\u002c$ -
グロブリン、 $\u002d$ -
グロブリン、 $\u002e$ -
グロブリン、 $\u002f$ -
グロブリン、 $\u0030$ -
グロブリン、 $\u0031$ -
グロブリン、 $\u0032$ -
グロブリン、 $\u0033$ -
グロブリン、 $\u0034$ -
グロブリン、 $\u0035$ -
グロブリン、 $\u0036$ -
グロブリン、 $\u0037$ -
グロブリン、 $\u0038$ -
グロブリン、 $\u0039$ -
グロブリン、 $\u003a$ -
グロブリン、 $\u003b$ -
グロブリン、 $\u003c$ -
グロブリン、 $\u003d$ -
グロブリン、 $\u003e$ -
グロブリン、 $\u003f$ -
グロブリン、 $\u0040$ -
グロブリン、 $\u0041$ -
グロブリン、 $\u0042$ -
グロブリン、 $\u0043$ -
グロブリン、 $\u0044$ -
グロブリン、 $\u0045$ -
グロブリン、 $\u0046$ -
グロブリン、 $\u0047$ -
グロブリン、 $\u0048$ -
グロブリン、 $\u0049$ -
グロブリン、 $\u004a$ -
グロブリン、 $\u004b$ -
グロブリン、 $\u004c$ -
グロブリン、 $\u004d$ -
グロブリン、 $\u004e$ -
グロブリン、 $\u004f$ -
グロブリン、 $\u0050$ -
グロブリン、 $\u0051$ -
グロブリン、 $\u0052$ -
グロブリン、 $\u0053$ -
グロブリン、 $\u0054$ -
グロブリン、 $\u0055$ -
グロブリン、 $\u0056$ -
グロブリン、 $\u0057$ -
グロブリン、 $\u0058$ -
グロブリン、 $\u0059$ -
グロブリン、 $\u005a$ -
グロブリン、 $\u005b$ -
グロブリン、 $\u005c$ -
グロブリン、 $\u005d$ -
グロブリン、 $\u005e$ -
グロブリン、 $\u005f$ -
グロブリン、 $\u0060$ -
グロブリン、 $\u0061$ -
グロブリン、 $\u0062$ -
グロブリン、 $\u0063$ -
グロブリン、 $\u0064$ -
グロブリン、 $\u0065$ -
グロブリン、 $\u0066$ -
グロブリン、 $\u0067$ -
グロブリン、 $\u0068$ -
グロブリン、 $\u0069$ -
グロブリン、 $\u006a$ -
グロブリン、 $\u006b$ -
グロブリン、 $\u006c$ -
グロブリン、 $\u006d$ -
グロブリン、 $\u006e$ -
グロブリン、 $\u006f$ -
グロブリン、 $\u0070$ -
グロブリン、 $\u0071$ -
グロブリン、 $\u0072$ -
グロブリン、 $\u0073$ -
グロブリン、 $\u0074$ -
グロブリン、 $\u0075$ -
グロブリン、 $\u0076$ -
グロブリン、 $\u0077$ -
グロブリン、 $\u0078$ -
グロブリン、 $\u0079$ -
グロブリン、 $\u007a$ -
グロブリン、 $\u007b$ -
グロブリン、 $\u007c$ -
グロブリン、 $\u007d$ -
グロブリン、 $\u007e$ -
グロブリン、 $\u007f$ -
グロブリン、 $\u0080$ -
グロブリン、 $\u0081$ -
グロブリン、 $\u0082$ -
グロブリン、 $\u0083$ -
グロブリン、 $\u0084$ -
グロブリン、 $\u0085$ -
グロブリン、 $\u0086$ -
グロブリン、 $\u0087$ -
グロブリン、 $\u0088$ -
グロブリン、 $\u0089$ -
グロブリン、 $\u008a$ -
グロブリン、 $\u008b$ -
グロブリン、 $\u008c$ -
グロブリン、 $\u008d$ -
グロブリン、 $\u008e$ -
グロブリン、 $\u008f$ -
グロブリン、 $\u0090$ -
グロブリン、 $\u0091$ -
グロブリン、 $\u0092$ -
グロブリン、 $\u0093$ -
グロブリン、 $\u0094$ -
グロブリン、 $\u0095$ -
グロブリン、 $\u0096$ -
グロブリン、 $\u0097$ -
グロブリン、 $\u0098$ -
グロブリン、 $\u0099$ -
グロブリン、 $\u009a$ -
グロブリン、 $\u009b$ -
グロブリン、 $\u009c$ -
グロブリン、 $\u009d$ -
グロブリン、 $\u009e$ -
グロブリン、 $\u009f$ -
グロブリン、 $\u00a0$ -
グロブリン、 $\u00a1$ -
グロブリン、 $\u00a2$ -
グロブリン、 $\u00a3$ -
グロブリン、 $\u00a4$ -
グロブリン、 $\u00a5$ -
グロブリン、 $\u00a6$ -
グロブリン、 $\u00a7$ -
グロブリン、 $\u00a8$ -
グロブリン、 $\u00a9$ -
グロブリン、 $\u00aa$ -
グロブリン、 $\u00ab$ -
グロブリン、 $\u00ac$ -
グロブリン、 $\u00ad$ -
グロブリン、 $\u00ae$ -
グロブリン、 $\u00af$ -
グロブリン、 $\u00b0$ -
グロブリン、 $\u00b1$ -
グロブリン、 $\u00b2$ -
グロブリン、 $\u00b3$ -
グロブリン、 $\u00b4$ -
グロブリン、 $\u00b5$ -
グロブリン、 $\u00b6$ -
グロブリン、 $\u00b7$ -
グロブリン、 $\u00b8$ -
グロブリン、 $\u00b9$ -
グロブリン、 $\u00ba$ -
グロブリン、 $\u00bb$ -
グロブリン、 $\u00bc$ -
グロブリン、 $\u00bd$ -
グロブリン、 $\u00be$ -
グロブリン、 $\u00bf$ -
グロブリン、 $\u00c0$ -
グロブリン、 $\u00c1$ -
グロブリン、 $\u00c2$ -
グロブリン、 $\u00c3$ -
グロブリン、 $\u00c4$ -
グロブリン、 $\u00c5$ -
グロブリン、 $\u00c6$ -
グロブリン、 $\u00c7$ -
グロブリン、 $\u00c8$ -
グロブリン、 $\u00c9$ -
グロブリン、 $\u00ca$ -
グロブリン、 $\u00cb$ -
グロブリン、 $\u00cc$ -
グロブリン、 $\u00cd$ -
グロブリン、 $\u00ce$ -
グロブリン、 $\u00cf$ -
グロブリン、 $\u00d0$ -
グロブリン、 $\u00d1$ -
グロブリン、 $\u00d2$ -
グロブリン、 $\u00d3$ -
グロブリン、 $\u00d4$ -
グロブリン、 $\u00d5$ -
グロブリン、 $\u00d6$ -
グロブリン、 $\u00d7$ -
グロブリン、 $\u00d8$ -
グロブリン、 $\u00d9$ -
グロブリン、 $\u00da$ -
グロブリン、 $\u00db$ -
グロブリン、 $\u00dc$ -
グロブリン、 $\u00dd$ -
グロブリン、 $\u00de$ -
グロブリン、 $\u00df$ -
グロブリン、 $\u00e0$ -
グロブリン、 $\u00e1$ -
グロブリン、 $\u00e2$ -
グロブリン、 $\u00e3$ -
グロブリン、 $\u00e4$ -
グロブリン、 $\u00e5$ -
グロブリン、 $\u00e6$ -
グロブリン、 $\u00e7$ -
グロブリン、 $\u00e8$ -
グロブリン、 $\u00e9$ -
グロブリン、 $\u00ea$ -
グロブリン、 $\u00eb$ -
グロブリン、 $\u00ec$ -
グロブリン、 $\u00ed$ -
グロブリン、 $\u00ee$ -
グロブリン、 $\u00ef$ -
グロブリン、 $\u00f0$ -
グロブリン、 $\u00f1$ -
グロブリン、 $\u00f2$ -
グロブリン、 $\u00f3$ -
グロブリン、 $\u00f4$ -
グロブリン、 $\u00f5$ -
グロブリン、 $\u00f6$ -
グロブリン、 $\u00f7$ -
グロブリン、 $\u00f8$ -
グロブリン、 $\u00f9$ -
グロブリン、 $\u00fa$ -
グロブリン、 $\u00fb$ -
グロブリン、 $\u00fc$ -
グロブリン、 $\u00fd$ -
グロブリン、 $\u00fe$ -
グロブリン、 $\u00ff$ -
グロブリン、 $\u0010$ -
グロブリン、 $\u0011$ -
グロブリン、 $\u0012$ -
グロブリン、 $\u0013$ -
グロブリン、 $\u0014$ -
グロブリン、 $\u0015$ -
グロブリン、 $\u0016$ -
グロブリン、 $\u0017$ -
グロブリン、 $\u0018$ -
グロブリン、 $\u0019$ -
グロブリン、 $\u001a$ -
グロブリン、 $\u001b$ -
グロブリン、 $\u001c$ -
グロブリン、 $\u001d$ -
グロブリン、 $\u001e$ -
グロブリン、 $\u001f$ -
グロブリン、 $\u0020$ -
グロブリン、 $\u0021$ -
グロブリン、 $\u0022$ -
グロブリン、 $\u0023$ -
グロブリン、 $\u0024$ -
グロブリン、 $\u0025$ -
グロブリン、 $\u0026$ -
グロブリン、 $\u0027$ -
グロブリン、 $\u0028$ -
グロブリン、 $\u0029$ -
グロブリン、 $\u002a$ -
グロブリン、 $\u002b$ -
グロブリン、 $\u002c$ -
グロブリン、 $\u002d$ -
グロブリン、 $\u002e$ -
グロブリン、 $\u002f$ -
グロブリン、 $\u0030$ -
グロブリン、 $\u0031$ -
グロブリン、 $\u0032$ -
グロブリン、 $\u0033$ -
グロブリン、 $\u0034$ -
グロブリン、 $\u0035$ -
グロブリン、 $\u0036$ -
グロブリン、 $\u0037$ -
グロブリン、 $\u0038$ -
グロブリン、 $\u0039$ -
グロブリン、 $\u003a$ -
グロブリン、 $\u003b$ -
グロブリン、 $\u003c$ -
グロブリン、 $\u003d$ -
グロブリン、 $\u003e$ -
グロブリン、 $\u003f$ -
グロブリン、 $\u0040$ -
グロブリン、 $\u0041$ -
グロブリン、 $\u0042$ -
グロブリン、 $\u0043$ -
グロブリン、 $\u0044$ -
グロブリン、 $\u0045$ -
グロブリン、 $\u0046$ -
グロブリン、 $\u0047$ -
グロブリン、 $\u0048$ -
グロブリン、 $\u0049$ -
グロブリン、 $\u004a$ -
グロブリン、 $\u004b$ -
グロブリン、 $\u004c$ -
グロブリン、 $\u004d$ -
グロブリン、 $\u004e$ -
グロブリン、 $\u004f$ -
グロブリン、 $\u0050$ -
グロブリン、 $\u0051$ -
グロブリン、 $\u0052$ -
グロブリン、 $\u0053$ -
グロブリン、 $\u0054$ -
グロブリン、 $\u0055$ -
グロブリン、 $\u0056$ -
グロブリン、 $\u0057$ -
グロブリン、 $\u0058$ -
グロブリン、 $\u0059$ -
グロブリン、 $\u005a$ -
グロブリン、 $\u005b$ -
グロブリン、 $\u005c$ -
グロブリン、 $\u005d$ -
グロブリン、 $\u005e$ -
グロブリン、 $\u005f$ -
グロブリン、 $\u0060$ -
グロブリン、 $\u0061$ -
グロブリン、 $\u0062$ -
グロブリン、 $\u0063$ -
グロブリン、 $\u0064$ -
グロブリン、 $\u0065$ -
グロブリン、 $\u0066$ -
グロブリン、 $\u0067$ -
グロブリン、 $\u0068$ -
グロブリン、 $\u0069$ -
グロブリン、 $\u006a$ -
グロブリン、 $\u006b$ -
グロブリン、 $\u006c$ -
グロブリン、 $\u006d$ -
グロブリン、 $\u006e$ -
グロブリン、 $\u006f$ -
グロブリン、 $\u0070$ -
グロブリン、 $\u0071$ -
グロブリン、 $\u0072$ -
グロブリン、 $\u0073$ -
グロブリン、 $\u0074$ -
グロブリン、 $\u0075$ -
グロブリン、 $\u0076$ -
グロブリン、 $\u0077$ -
グロブリン、 $\u0078$ -
グロブリン、 $\u0079$ -
グロブリン、 $\u007a$ -
グロブリン、 $\u007b$ -
グロブリン、 $\u007c$ -
グロブリン、 $\u007d$ -
グロブリン、 $\u007e$ -
グロブリン、 $\u007f$ -
グロブリン、 $\u0080$ -
グロブリン、 $\u0081$ -
グロブリン、 $\u0082$ -
グロブリン、 $\u$



イベント弁当、鉢盛り、大好評!!

薬膳 一日一善 一善膳

どうわ食堂だより

LINE

QRコード

Instagram

QRコード

予約受付中

9月から日替わり弁当の販売を始め、早くも5ヶ月が経った。地域のお祭りに参加したことをきっかけに、とうわ食堂を知って頂いて、日替わり弁当以外に、イベント弁当の要望があつて、提供することになった。すると始めは、津江付近からの注文が、ほとんどだったが、今では、配達範囲が徐々に広がりをみせています。昨年には、鉢盛りの依頼があり、地域の小規模な集会から仏事などの祭事まで、様々な行事での注文を受けるようになりました。

この鉢盛が誕生したのも、とうわ食堂を利用していたいている方からの声からでした。今、私達に出来ることに努めていくと、地域の方からも、多くの喜びの声を頂いた。これからもお客様の要望に応え、当会の活動の目的の一つである食養生の普及を続けていきます。

また、レストランを利用した方の口コミによる来訪や友達を連れての再訪により、徐々に利用者が増えています。先日、友達に聞いて食堂を利用しに来た方から一言、「こんなところに食堂があつたですね!」そのような一言から、看板作りを始めました。(2頁に掲載)

つえばと紹介
今回は、山根猛さんを紹介します。山根さんとの出会いは、前号で紹介した上津江グラウンドゴルフクラブに所属。平成11年まで、名古屋で仕事をし、退職後、妻と息子の3人で仕事をしたく、入植者事業を手掛けていた津江に縁あつて、引っ越しをしてきた。

津江の地に来た頃、「人良し、水良し、空気良し。末永くこの地で働かせていただく気持ちです。」と語っていたとのこと。



菌床しいたけとは
菌床しいたけは、おがくずを固めた20センチ四方ほどのブロック(菌床)に種コマを打ち、湿度の高い真つ暗な室内で発生を促して育てられます。人工的に養分を与えることで、3〜6カ月のサイクルで次々に収穫できるので、1年中出荷ができるのがメリット。



山根さんから一言
私も、他県から入ってきた経緯があるので、外から入ってきた方々には、手伝ってあげたいと思ひがある。また、津江の地へ来て、誰かに何かしていただいたことに対しては、お礼をしなければいけないという思ひがある。事業説明会にも参加したが、印象はとてもよかった。一番は理事長の印象が残っている。私自身、自らのことは自らでやっていたかなければと思ひがあるので、燈和会のやろうとしていることが、ワクワクする。一人でも多くの人が集っていただけるような場所になってほしいと思ひます。

現在もその時の気持ちのまま、家族3人「菌床しいたけ」栽培を行っています。



燈和プロジェクト協力者の紹介



かっぱ酒の作り方を教わりました♪



池の基礎工事を手伝って頂きました!



竹灯籠を作ってくれました!!