



十二月 師走/自然のサイクルとともに・・・

すっかり寒くなりました。これからの仕事は 剪定作業です。剪定は動く作業ではないので かなり寒く感じます。先日 CM でもやっている ヒートテックのバッチを買いました。今年はこれでバッチリ。剪定は 古い枝を落し 新しい枝に変えながら 樹の形を整え切っていきます。各家に好きな形があり 様々です。我が家の剪定方法は 先代に教えてもらった形を受け継いでいます。我が家以外の畑の樹はまだまだ 青々と葉が茂っていますが、我が家の梅の樹さん達は 山の落葉樹が葉を落とす頃に葉を落とします。自然のサイクルと ともに 生きている証拠です。無肥料になって以前より 無駄なところに枝が生えなくなりました。切った枝は、集めて 炭にして畑に戻します。長年梅を実らせてくれた枝に感謝です。おおきに。



農園長 寺垣 信男

私 は子供の頃から「何もしなければならぬ」と、ネネバ人になる事に決めた。何をやるか、何をしないか、これを考える。これからは「お父ちゃん」が大事に作ってくれた梅「弟」が未来の農業に生きていく。実践している梅「そんな梅」に聞ける事、只、その事がしたかった事に気づいた。何々しなれない。無くては無い、家族

志 向かって進ませている。ただ日々の中、農業は人間の私達はただ見守るだけの事が多く、思わず折らなれない。そんな時、気持ちが枯れないようにと出合いが私達にエールを届けてくれます。ありがとうございます。

今 月の出合いに感謝、神繩在住の医学博士 稲福薫さんです。

稲 福さんの前に座ったらいきなり「うめちゃん、素直になつていいんだよ。本当は、苦しんだよね」と言われ、ビックリした。(笑)「無理しなくていいんだよ。うめちゃん、うめちゃん、うめちゃん、なんでも聞かれる事があるのだから。」なんだか、自分の隠していた部分を見透かされて大泣きしてしまいました。

薬効の梅を作りたい!
出合いに感謝③
医学博士 稲福薫さん



稲福さんのプロフィール
沖繩県生まれ。長崎大学医学部卒業。医学博士。沖繩県立中部病院研修医、国立がんセンターレジデント、琉球大学医学部産婦人科講師。沖繩赤十字病院産婦人科部長。現在沖繩にて「いなかクリニック」院長。

著書に「更年期を癒す」心の苦しみを癒す「無の精神療法」などがある。



ちよつと待った!!

「梅みつ」捨ててませんか? 風邪対策が必要な季節ですよ。外から帰った時や喉がイガラっほい時など、梅みつ(梅干しの容器に溜まる液)をお水(又はお湯)で5~6倍に薄めたもので、うがいをしてみてください。殺菌効果があり、すっきり喉の調子がいいです!

我が家の子供たちもイソソンより喜んでやっています。(笑) 梅みつは、しそ梅、昔梅のが使えますよ。

1月の定期購入に同梱すると!! 今月の同梱お得商品のお知らせです。

「梅エキス」今回だけこの価格!!

ご希望の方は**12月20日**までに農園にご連絡くださいませ。
※定期購入とは、毎月決まった梅干しを決まった日にお届けするサービスです。

「完全」梅エキス
農園の無農薬無肥料の「完全梅」だけを使った梅エキス100%

他社の商品とは違って 口当たりがほんのり甘く フルーティーな香りとすばしさ。なぜか海外からのご注文が多い てらがき農園の梅エキスです。

子供達は、ポカリスエットと一緒に飲むとオレンジジュースの味があると思われています。(笑)

お子様にも安心して召し上がっていただけます

てらがき農園の梅エキス 商品番号 TG01 内容量 50g 通常価格 6,800円(税込) **同梱に限り 5,980円(税込)**

健康倍増★カンタン♪レシピ

梅干しレシピ 柿と梅エキスのサラダ

【材料】 2人分
柿・・・1個
うすあげ・・・2枚
梅エキス・・・小さじ1(適量)

【作り方】
①柿はイチヨウ切りにする。(なるべく硬めだけ甘いのがオススメ)
②うすあげは、焼き色がつかうまであぶって短冊切りにする。
③柿とうすあげを器に盛り、梅エキスをかけて出ま上がり。

我が家では、バルサミク酢の代わりに梅エキスを代用してるとんやと♪

【食べて元気】 各種カンポイント!!
梅干し 空咳を解消
柿 乾燥性の便秘を解消 (ナチュラル薬膳より引用)

「お客様の声」・「レシピ」をお寄せください (お写真もお待ちしています)
メール info@mukasiume.com FAX 0120-72-5574 (通話料無料/24時間受付)

