



九月 長月/秋の気配・・・

まだまだ暑い日が続きますが 皆さま いかがお過ごしでしょうか？

夏の不慣れが 秋から冬に現れるといわれています。

今からしっかり 体調管理をして 体をいたわってくださいね。



当農園も周りの農園さんも まだまだ 梅干し・天日干し・梅の選別作業の真っ最中ですが

その合間に 草刈や稲刈りの準備をしています。

和歌山みなも 朝夕の気温の変化を感じるころとなりました。

私も秋になるにつれ 来年の実りのために 山に畑に梅の樹の

お手伝いに行っています。

おおきに。

農園長 寺垣 信男



terra  
生命力100%  
無農薬・  
無肥料栽培

# てらうめ新聞

2011.9月号  
Vol.12



## 薬効の梅を作りたい！

### 出合いに感謝!!

作家 大下 伸悦さん

志 に向かつて進ませたい たくさん日々の中、農業 は人間の私達はただ見守る だけの事が多く、思わす折ら ずにはいられない日々もあり ます。どんな時も気持ちが枯 れないように出合いが私達 にエールを届けてくれます。

当 たり前に入ってくる 沢山の情報の中から も私達に最も必要な情報を 選ぶ。そんな事を教えてくれ た大下さんとの出合いです。

今 月の出合いに感謝、 岩手県在住、大下 伸悦さんです。

う めちゃん心配しなくっ ていいよ、時代は本 物の時代が来ているからね。

そ んな時、大下さんが ないけど、私達消費者が情報 を選び、農家を選ぶ。てらが き農園さんを守る。そんな時 代が来るから！と、いつも 私達を励まし応援してくれ ました。これから食糧危機が 来ても、志ある農家を育て る事で消費者が守られるか らね。安心して農業を続けて

1949年、岩手県久慈 市生まれ。作家名 小瀧流 水。楽しく生きる会長。 21世紀幸福専務理事。 GOPグリーンオーナー 倶楽部主宰。(http:// www.gops.com/) 新日本文芸協会顧問。放 射能被曝時代は変わった。でも大丈夫！生活費 を減らして健康になる。新 日本文芸協会会きい。ねっ と刊(500円)。大事な 方に手渡ししてください と書店には置かれません。 現在は、講演活動。GOP の全国の田んぼから情報 発信をされています。

**てらうめ** ちょっと知ってる!?

嫁に食わずな、秋なすび

茄子は7~8月の暑い夏に食べる。 それ以降の茄子は陰性が強くなり、自分の もっている陽性のタネを消してしまうこと から、妊娠したお嫁さんが茄子を食べると 極陰の茄子で子で流れてしまうことがある こともあり、昔からの教えなんだね。

と、若杉の ばあちゃんに 教えて もらい ました。

秋なす ばあ...

**10月の定期購入に同梱で購入できる!!** 今月の同梱商品のお知らせです。

**野草の力!無農薬・無肥料栽培の「ヨモギの干し葉」**

ご希望の方は**9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得にお届けするサービスです。

夏のクーラーの冷えや 頭痛、肩が凝って、い そんな時に野草を食べています。

ヨモギの干し葉を鍋に入れて コトコト煮て足湯にします。

背から伝わる おばあちゃんの知恵です。

血行が良くない 新陳代謝も落ち、 美肌にも効果的 ですよ。

ヨモギの干し葉(お塩付)  
商品番号 2011-9  
内容量 足湯2回分

**1,480円(税込)**

**健康倍増★カンタン♪レシピ**

**梅の種(仁)のレシピ**

**山芋畑に天神様が 寝てござる**

梅の種を割った中にある(仁)を天神様と 呼んでいます。注意点は、百粒まで。

**材料**  
梅の仁 3粒 インゲン豆 2とや  
山芋 1/6、オリーブオイル 大さじ2  
コショウ少々、醤油少々

**作り方**  
①山芋とインゲン豆を食べやすい大き さに切り、ライパンで炒める。  
②梅の種を割り、中の仁をキッチンペー パーなどに包んで細かく砕く。  
③オリーブオイルに砕いた仁を入れてコ ショウ、醤油でお好みの味に整える。  
④①②③をかけて出来上がり。

**食べて元気! 薬膳ワンポイント!!**  
仁/ガンに効くと言わ れるB17が多く、毒素 や公害物質を排出

**山芋** 胃腸不調改善  
**インゲン豆/整腸** (ナチュラル薬膳より引用)

梅の種割り器も 使ったのは 梅干の仁♪

梅の種割り器  
商品番号 W-10  
内容量 1個

**1,260円(税込)**

「お客様のお声」・「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)







# ありがとうございます。

## お客様からいただく声が、私達の毎日のエネルギーです。

### 妹に心温まるお供えをありがとう♡

名古屋 中川 様

梅干し



妹の一周忌無事に終える事が出来ました。妹に心温まるお供えを、頂きありがとうございます。一周忌におこし頂いた皆様に妹の愛した梅...無農薬・無肥料で、この梅を作っている方々の愛情が詰まった梅と説明をさせて頂きました。皆さま、とても感激して受け取って頂きました。ありがとう。

いつもの明るい妹様の声が聞こえてきます。こちらこそ、思いだして下さりありがとうございます。

### 子供達は梅の種を割り当番♪

神奈川県 斉藤 様



お風呂当番と梅の種を割るのが我家の子供達のお手伝いになっています。(笑)

お弁当に持って帰ってくる梅の種も順番に割ってくれていまふ。先日、訪ねてきたお母さんが梅がおいしいと喜んで食べていました。お茶菓子より人気がありました。暑さ厳しい頃にこそどうぞお気をつけてください。

昔はよく食べていた梅の種ですね。お子様の様子が目に浮かびます。(笑) おおきに

### 被災地でなくても備えが大事

東京都 H 様



地震大丈夫ですか？  
お内はニヶ月程、ベットのボ  
ルの水はありませんでした。

是非、最低限の備えだけはなさってください。スーパーの棚が、被災地ではないのに空っぽになっていてびっくりしました。トイレトペーパーをきらしそうで大変でした。

ご心配いただきありがとうございます。当たり前の生活をしみじみありがたく感じております。おおきに

### てらがき農園の梅畑



てらがき農園の下草について  
農園では土壌と梅の樹を守る為に梅畑の草は年に1度しか刈りません。このところ連日お天候続きで水分が足りなくなり梅の樹が弱ってきています。そんな時でも梅の樹の下に下草が沢山生えているから草が土壌や樹を守ってくれているんです。てらがき農園では雑草ではなく、ありがたい草なんです。



## 2011年1月より新定期購入がスタートしました!!



途中までのご変更につきましては、前月20日までに電話またはFAX(返信有)にて農園にご連絡ください。メールでのご変更はホームページの専用フォーム以外は受付しておりませんのでご注意ください。

ご入り用の方は  
お申し付けください。



- Q** よもぎドレッシングとマヨネーズの申し込み方法を教えてください。
- A** 農園のメールマガジンにて先にお知らせ致します。数が限られておりますので、ご一斉にご案内させていただきます。
- Q** メールマガジンのご登録が出来ない方は農園にお知らせください。
- A** はい、農園で無農薬で栽培したシシカ使っています。
- Q** 現在販売中の手もみしそは今年栽培のシシカでしようか？
- A** いいえ、現在販売中のシシカは昨年栽培したシシカです。
- Q** 現在販売中の梅干しは今年の梅ですか？
- A** てらがき農園で販売の梅干しは、塩漬の後、3年熟成させてからしか商品としてお出ししていません。その為、一番若い梅で3年前の梅干しとなります。
- Q** 「手もみしそ」や「しそ梅」のシシカも無農薬なのではないですか？
- A** はい、農園で無農薬で栽培したシシカ使っています。
- Q** お客様が頂きましたお問い合わせのコーナーです。
- Q** 教えて Q & A

### うめこ

ヨモギの天日干しに大忙しです。(汗)



### お田ちゃん

子供達の夏休みが終わり、やれやれ。(笑)



### まみちゃん

梅の選別作業をあきちゃんに教わりながら楽しくやっています。



### あきちゃん

お友達のマミちゃんが梅の選別のお手伝いしてくれているので助かっています。



### お父ちゃん(先代)

農園長についてお礼に回っています。



### 農園長

梅の樹ちゃん達に今年の実りの感謝の御挨拶がやっとまわり終わりました。



私たちがてらがき農園のスタッフです。

お客様 担当、広報担当  
孫の世話としそ畑の草刈り担当  
天日干し後の梅の選別を担当  
農園長の嫁、天日干し後の梅の選別を担当  
農園の見守り担当  
畑仕事から梅ジャム作りまで何でも担当係