

No.417

2011年7月18日

ゆるっと天草食農ネットワーク

旬のたより



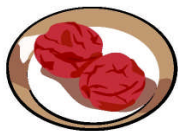
Web 旬のたより→<http://amakusa.biz>

7月といったら、海開き、夏祭り、夏休み……。例年ならば元気な話題が出るんですが、今年の日本は……。節電、放射能、福島原発など、どよ〜んと暗い日本です。そのためか、疲れている人が多いような気がします。ビタミン剤のコマーシャルに乗っかって“ダル重”（だるくて体が重い）状態が続いています。

——疲労回復—— 今回はその代名詞、梅干し

梅干しと聞いただけで、口の中が酸っぱくなって唾液が出てきます。この唾液には消化酵素が含まれていて、消化吸收がよくなります。又、その唾液には若返りホルモン“パロチン”が含まれていて美容効果もあり、しかも老化の原因、活性酸素を消す働きもあります。

- ◆一日一粒の梅干しで疲労回復
- ◆殺菌作用・食中毒の予防
- ◆美容効果・老化予防(活性酸素を消す働き)
- ◆肝臓の解毒作用を助ける
- ◆肝臓,血管の脂肪沈着を予防
- ◆血流を良くして、動脈硬化を予防
- ◆免疫細胞を活性化させ、アレルギー症状を抑える効果
- ◆梅干しに含まれるクエン酸は、結石を予防し、血圧を安定させ、カルシウムの吸収をよくする
- ◆インフルエンザのウィルスの増殖を抑える成分も入っている。
- ◆最近では、梅の成分が胃がんの原因といわれるピロリ菌を予防し、糖尿病の予防にもなるという報告もある。
- ◆「梅はその日の難逃れ」ということわざがあり、昔から旅には梅干しを薬として携帯し、毎日食べてその土地の風土病を防いだといわれています。
「一日一粒、毎日食べるものですから添加物の無い本物の梅干しを食べて健康を手に入れましょう！」



マクロビ通信より 栄養士 野崎 由美子

7月9日(土)夜市

“もやいショップ前”

株式会社「絆」より水田の草に除草剤を使わない「除草機」のプレゼンが行われました。プレゼン中は実際の機械を会場に持ち込み、お客様にじかに見てもらうことで、「絆」の指針も伝わったことと思います。

次回以降のもやいショップ前のイベントは下記のようになっています。お楽しみに！

- 7月16日(土) カラオケ大会
- 7月23日(土)「ひよっとおどり」下浦町(ザ・あくしゃもん)
- 8月6日(土) 夏祭り盆踊り大会



“スマイルパーク”

今週のチビッコのど自慢チャンピオンは

山下あいなさん・田浦ひなたさん(南小3年) 山下 ゆなさん(南小1年) 田浦みのりさん(南幼稚園)
曲目は「マルモのおきて」1回目に引き続き、2度目の挑戦で見事週間チャンピオンとなりました。

次週は7月16日(土)です。ぜひあなたも参加しませんか！

チビッコのど自慢参加者へは、「もやいショップあまくさ」より「阿蘇天然アイス引換券」進呈！

- 7月16日 第4回チビッコのど自慢 ユミダンス・KDANCE
- 7月23日 第5回チビッコのど自慢 松岡マンドリンクラブ
- 8月6日 18時～ チビッコのど自慢チャンピオン大会・夏祭り盆踊り大会

参加申込書は各ショップに準備しております。またはお電話にてお申込み下さい。



～海物語弁当～

7月21日(木) 予約好評受付中！
★ご飯を「タコ飯」又は「ひじきご飯」よりお選び頂けます
限定300個 500円 ご予約はお早めに!!



～ご来店者様お買い物特典ご案内～

土曜日 スマイルスタンプ2倍セール
毎月第一月曜日 一割引セール
(野菜・生鮮食品・惣菜は対象外となります)
次回は8月1日(月)

予約受付中！

7月29日(金)
“田舎巻き寿司” 1本 400円
限定100本



薬でないけど常備役！！

ムシ歯を防ぐ・歯垢を除去する・口臭を防ぐ
プレミアム(ナチュラル)
ご家庭に一本常備して健康な生活を過ごしましょう 100cc・・・2,100円(税込)

ゆるくそうの島 天草社

ゆるっと天草食農ネットワーク
TEL・FAX：0969-24-3697
Email: info@amakusa.biz
天草市浄南町5-9-3