

No.489

2013年1月7日

ゆるっと天草食農ネットワーク



旬のたより



ホームページ→<http://amakusa.biz>

あけましておめでとうございます

平成25年、大きな不安が小さな夢や希望を従えて、私たちの前に立ちはだかりながら、新年が明けました。まずは皆様、新年おめでとうございます。

旬のたよりもこの新年号が第489号となります。皆様方の暖かなご支援と、係りの努力でここまで続けられましたことを改めて感謝申し上げます。

私ども「天草社」も創業以来13年目に入りました。創業以来、「天草社」の全員が考え実行してきましたことは、いかに地域社会に貢献できるかということでした。しかし10年以上たっても、残念ながら思っていることの何分の一もできておりません。年々世の中大変になってきて、不安ばかりが大きくなってきています。

しかし世の中のせいだけにはいられません。どのような世の中になろうと嘆いてばかりでは何もできません。自分たちの気持ちを再度リフレッシュして、挑戦していこうと。そしてそれが今なんだと強く思っております。

今、識者の大半が子供たちの未来を懸念している発言をしています。その中で、私は自身の今年の文字を決めました。優しさの「優」です。優しさを武器にして立ち上がりました。優しさは敵を作らず、多くの人たちに受け入れられると思います。

一人の力なんてたかが知れています。一人でも多くの人が集まって、世の中の様々ないじめや格差などを失くすことが、未来の子供たちへの大きな力になると信じています。

本年もどうぞよろしく、お願い申し上げます。

平成25年元旦
天草社代表 橋本 亜三生

明けましておめでとうございます。

年末にかけて私の地域は、天候不順や寒波に見舞われ、玉ねぎや春先出荷の野菜の作付けに大きな影響が出るとの予想です。

昨年は猛暑が続き一時は水不足まで心配しましたが、生産者のみなさんの頑張りでも品質のいい農産物が出荷されました。

ただ私たち生産者として痛感するのは、市場価格と消費の低迷といった厳しい環境です。また、民主政権から自民政権になり農業政策がどのようになるのか注視し、TPPをはじめとする自由貿易化の流れの中で、農業は正念場を迎える年になるといってもいいでしょう。

これを跳ね返すには大消費地（都会）に向けた消費拡大の取り組みが必要です。


「ゆるっと生産部会」の生産者の農作物は「あまくさのしろくにんにく」、「あまくさひかり玉ねぎ」をはじめ魅力的なものがいっぱいありますが、無農薬野菜と言われてもそれだけでは説得力が不足してしまいます。私たちの作った安心、安全な作物をもっと多くの方に知って頂くためにも、消費者の方との交流をもっともっと、深めていかねばと思っております。

今年はこれまで以上に私たち生産者と販売担当者との情報交換を密にし、生産者が安心して作付けのできる年にしていきたいと思っております。

最後になりましたが、皆様のご健康と、天草社の益々のご発展を祈念いたします。

ゆるっと生産部会代表 大田 計満

七草セット販売

町中では七草探すのが大変ですが、それをセットにして販売します。
お正月の胃を休ませるためにも、どうぞ♪
販売日：1月7日（月） 各店限定10セット

1月7日(月)

一割引デー
開催します

株やくそうの島 天草社

ゆるっと天草食農ネットワーク

TEL・FAX:0969-24-3697

〒863-0034 天草市浄南町59-3

✉ info@amakusa.biz

🌐 <http://amakusa.biz>

天草の食材で作った 毎日70食限定

調味料もすべて無添加・自然食品を使っています

↓↓↓ご注文・お問い合わせ先↓↓↓

三喜のお弁当メニュー



安心・安全食材で手作りの味をお届けします。

★肉・魚類も全て国内産を使用し、出来る限り天草産を使用しております。

三喜(厨房)
TEL/FAX 22-1545

ゆるっとショップ(浄南町店)
TEL/FAX 24-3697

もやいショップ(銀天街店)
TEL/FAX 27-5310



弁当全品 500円

定番

- 幕の内弁当 550kcal
- 豚カツ弁当 750kcal
- 魚フライ弁当 720kcal
- コロッケ弁当 610kcal

- 唐揚げ弁当
- 鶏の照り焼き弁当 560kcal

定番弁当は毎日(月~土)出来ます

チョイス物心菜

【1パック150円】単品(前日予約)

- 玉子焼き 100g 128kcal
- ごぼうきんぴら 100g 45kcal
- 煮しめセット 100g 100kcal
- さばの味噌煮 約100g 206kcal
- 酢の物 100g 43kcal
- 肉野菜炒め 100g 120kcal
- ひじき煮 100g 67kcal
- 肉じゃが 100g 180kcal

~お知らせ~

・マクロビ弁当は前日の午前中までにご予約お願いします。
・当日でもお受け出来る場合もございますが、メニュー変更やお時間がかかりますのでご了承下さい。

◆FAX注文は下記もお書きください

お名前:
お電話:

日替り

- 1/7(月) 720kcal ・ジューシー米粉唐揚げ
- 1/8(火) 670kcal ・魚の竜田揚げ
- 1/9(水) 610kcal ・豚肉と玉ねぎの生姜焼き
- 1/10(木) 600kcal ・鯖のかば焼き
- 1/11(金) 670kcal ・豆腐ハンバーグ(照りソース)
- 1/12(土) 673kcal ・白身魚のカレー風味天ぷら

マクロビ

- ・黒米ごはん
・大豆たんぱく質の塩から揚げ
・こんにゃくのカルピ風
・コロコロキュウリのぼん酢和え
・漬物
・きんかん寒天
~~~~~  
590kcal  
デトックス効果 むくみ改善
- ・玄米ごはん  
・高野豆腐の味噌カツ  
・かぼちゃとマカロニのチリ  
・ヒーマンの塩昆布和え  
・漬物  
・玄米粉の焼きモチ  
~~~~~  
590kcal
日焼け予防 胃を守る
- ・玄米ごはん
・筑前煮
・ひじきの煮物
・山芋の梅和え
・漬物
・抹茶寒天
~~~~~  
580kcal  
貧血改善 コレステロール低下
- ・★麦ごはん  
・ハジマーポー豆腐  
・★中華酢のもの  
・人参のきな粉和え  
・漬物  
・麦こがし団子  
~~~~~  
572kcal
美肌 気管支の強化
- ・玄米ごはん
・車麩のカレーカツ
・ひじきこんにゃく
・大葉ジエノバパスタ
・漬物
・シャキシャキりんご寒天
~~~~~  
598kcal  
貧血改善 便秘解消
- ~マクロビ弁当とは~  
肉、卵、乳製品を使わず、できるだけ地元の無農薬野菜を使って作る穀物菜食の食事です。  
週に1~2回でも食べてみませんか?心と体にほっとする弁当です。  
★マークは新作メニューです。

※食材等の都合により、メニューの変更がある場合がございます。どうぞご了承ください。