



# 旬のたより



ホームページ→<http://amakusa.biz>

「ここ数年の間に事の善悪をしつかり子供に教える親がいなくなつたように思います。多分親たちも何もわかっていないのかなと思ふような、理解のできないような

「ここ数年の間に事の善悪をしつかり子供に教える親がいなくなつたように思います。多分親たちも何もわかっていないのかなと思ふような、理解のできないような

「天につばする」とも言いますし、同じ意味で「寝て吐くつばは身にかかる」という言い方もします。又似たような言い方に「おてんとうさまに石」だとか「悪事身に返る」というのもあります。

子供のころ両親に嘘をついて、ばれてるのに、いつまでも謝らずにしらを切っていると「お前が他人様に迷惑をかけても謝りもしないのなら、お前の身に同じことがきつと怒る。それを天に向かってつばを吐くというんだ」と母親は私を座らせ、こんこんと話をしてくれました。

天に向かってつばを吐く  
歩朝(あゆみはじめ)

「この地球のどこかで幼い子供たちが毒ガスやその他で殺されています。毎日のように報道されているのを見たり聞いたりして、ただ

「今お前は天に向かってつばを吐いたのだ。そのつばは幾千もの毒矢になって、間違ひなくお前に突き刺さるだろう」と。

「今お前は天に向かってつばを吐いたのだ。そのつばは幾千もの毒矢になって、間違ひなくお前に突き刺さるだろう」と。

「今お前は天に向かってつばを吐いたのだ。そのつばは幾千もの毒矢になって、間違ひなくお前に突き刺さるだろう」と。

「今お前は天に向かってつばを吐いたのだ。そのつばは幾千もの毒矢になって、間違ひなくお前に突き刺さるだろう」と。

「天に向かってつばを吐く」とは、天に向かって唾を吐けば自分の顔にかかる。他人を害しようとして、かえって自身が災いを招くことのとえです。(デジタル大辞泉)



「天に向かってつばを吐く」とは、天に向かって唾を吐けば自分の顔にかかる。他人を害しようとして、かえって自身が災いを招くことのとえです。(デジタル大辞泉)

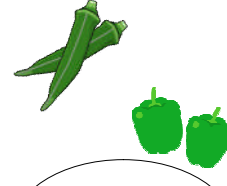
「天に向かってつばを吐く」とは、天に向かって唾を吐けば自分の顔にかかる。他人を害しようとして、かえって自身が災いを招くことのとえです。(デジタル大辞泉)

「天に向かってつばを吐く」とは、天に向かって唾を吐けば自分の顔にかかる。他人を害しようとして、かえって自身が災いを招くことのとえです。(デジタル大辞泉)

「天に向かってつばを吐く」とは、天に向かって唾を吐けば自分の顔にかかる。他人を害しようとして、かえって自身が災いを招くことのとえです。(デジタル大辞泉)

## 《野菜入荷ご案内》〔無農薬・無化成〕

- 丸おくら 100g 100円
- 白おくら 100g 130円
- ピーマン 300g 130円
- なす 2~3本 130円
- いもづる 100円
- 大葉 80円
- 新ショウガ100g 100円
- 新さつまいも400g 180円
- なす 2~3本 130円



他にも特別栽培野菜他入荷中!

天候不順により価格変更、欠品する場合があります。ご了承ください。

## 秋の味覚弁当 第二弾

厳選松茸弁当 限定200食

10/8 火

500円

ご注文は10月5日(土)迄

## “梅干し” でまだまだ暑い残暑を乗り切ろう!

「梅干し」その効能や、梅干しから取れる“副産物”である「梅酢(うめず)」、「梅塩(うめしお)」のご紹介です。

### 《梅干し》

梅干しで夏バテ知らず! 梅の産地、和歌山では梅農家や高校の野球部員が夏バテ対策に梅干しをかじっています。そのため夏バテ知らず。梅干しにはクエン酸が豊富に含まれ、疲労回復に役立ちます。



完熟梅干(天草産)  
12~14粒 300円  
旬彩工房 やまびこ

### 《梅酢》

梅酢は飲む“梅干し”! 塩漬けて梅干しを作る時に湧き出る梅のエキス。梅干しの栄養分がそのまま含まれていて「飲む梅干し」とも言われています。



紅玉梅酢(紀州産)  
500ml 790円  
(有機梅・有機紫蘇・食塩)

### 《梅塩》

梅塩で塩分控えめ! 梅塩(うめしお)とは梅酢を乾燥させて残った塩分のことで。梅酢と同じように梅干しの栄養分が含まれています。食塩と同じように料理などに調味料として使えば、酸っぱい分、実際の塩分の使用量を減らすことができます。



梅塩(紀州産)  
260g 530円  
(有機梅・有機紫蘇・食塩)

\* NHKおはよう日本で紹介されました。

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

100ml...2,100円(税込)

株式会社 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

facebook 「ゆるっとショップあまくさ」で検索!

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 770kcal
- 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

- 9/9(月) 685kcal  
・鶏天ぷら 甘酢だれ
- 9/10(火) 670kcal  
・のり弁当
- 9/11(水) 638kcal  
・魚の木の子あんかけ
- 9/12(木) 605kcal  
・焼き鶏 甘辛だれ
- 9/13(金) 620kcal  
・肉じゃがコロッケ

マクロビ

- ・黒米ごはん
- ・大豆たんぱく焼肉風
- ・にんじんガラス
- ・糸こんにゃくのピリ辛炒め
- ・漬物
- ・りんごの甘酒和え
- ~~~~~
- 580kcal  
造血効果 美肌
- ・ハトムギごはん
- ・車麩の照焼き
- ・ワカメともやしの梅酢和え
- ・★切り干し大根のピリ辛サラダ
- ・漬物
- ・豆乳もち
- ~~~~~
- 548kcal  
美肌 コレステロールの低下
- ・玄米ごはん
- ・ひよこ豆コロッケ
- ・ナッツサラダ
- ・きんぴらごぼう
- ・漬物
- ・ぶどう丸ごと寒天
- ~~~~~
- 592kcal  
便秘改善
- ・玄米ごはん
- ・豆腐ハンバーグ
- ・塩麹アラビアータ
- ・かぼちゃレーズンサラダ
- ・漬物
- ・玄米コーヒー寒天
- ~~~~~
- 570kcal  
免疫アップ

~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。