

旬のたより



ホームページ→<http://amakusa.biz>

♪君の行く道は、果てしなく遠い、だのに何故、何を探して、君は行くのか、当てもないのに♪

映画「同胞」の主題歌「若者たち」です。私は大好きな歌の一つで、よく歌っていました。この2か月間というものの頭の中で鳴り響いていました。といいますが、ある依頼を受けて、自分史を書く羽目になりました。何十年ぶりかで幼いころから今日までを一つ一つを思い出しながら文章に表わすことをしてきました。自分のことだから何でもよいように思っておりましたが、大変な作業でした。くだらない事や、失敗ばかりが思い出されて、なかなか進みませんでした。それに失敗談や、恥ずかしい事はなかなか書けないものですね。無い無いづくしの中で何とかやっつてこれたのは、自慢できるもの一つもないけど私なりの夢や希望を持ち続け、熱く燃えていたからだと思います。

今回、今の私を見つめなおすいい機会となり、あらためて何もかも失いかけていないか気が付きました。大それたことではないんですが、今のままではただの老人で終わ

青春とは？老人とは？

歩朝(あゆみはじめ)



ってしまいうので、これでいいのかと自問自答しております。ただの老人というのは、年を食ったものの、夢や希望、心の若さ等、何もかも失くしているという意味です。逆に青春とは、夢や希望を追い求め、心の若さを保っている若者たちを指すということですね。

今の世の中、若いも若さも似たような者たちがほとんどだと思っております。それぞれの年代にとつて大切なものの違いはあるとは思いますが、燃え上がる何かを持って生きていくことがまさに青春ではないかと。

私がお手本にしたい方が近くにあります。妙齢の女性でAさんという方です。色で言うなら真紅。まさに真紅の大輪のバラ！車も真赤で私は彼女のことを「バラの君」と呼んでいます。彼女の周りは輝いています。大変なご苦労をされたとお聞きしましたが、その陰りは全くありません。何事も全力で当たり、周りの人たちに元気を与えてくれます。そしていつも夢を追い求めていらっしやいます。あと10数年して80才になったら、卓球の選手になって試合に出ると練習に精を出しています。

お会いするたびに私は元気をもらい「よし、私も負けないように

日々頑張ろう」と闘志がわいてきます。これぞまさに青春時代の真ん中にいる方です。この方に限って他の時代なんて考えられないです。

一方、いい若者たちが他にやることがないかと思えるほどの愚行や自殺に走る、いじめを起す、このような事を言ったら死者に大変失礼ですが、命を粗末にする子供や若者。個人だけの問題ではないと思います。何かおかしい世の中になっている、と思いませんか。

今回よく分かったのは「青春とは」「老人とは」この言葉には年齢は全く関係ないということだと思います。若者たちの中にも老人と呼ばれるような人が年々多くなっているし、年のいったものでも青春真っ只中、今まさに「青春」しているという人もいます。

私の周りに「宝くじ」に当たった人、あつた、こゝろしたいという人が数人います。これも夢を追いかけるといふことですよ。ね。

手取り早く私も今度宝くじ買おうと！皆様にプレゼント！

♪君の行く道は、希望へと続く、空に又陽が昇るとき、若者はまた歩き始める♪



ご来店者様特典恒例 一割引デー

《10月7日(月)》

砂糖、しょうゆ、だしなどの調味料、又お口の健康プレミアム製品、洗浄液ウォーッシュ、玄米酵素、下記の新入荷商品など、まだお試しではない商品をこの機会にぜひお試し下さい。

* 野菜、惣菜、割引商品は対象外となります。

特別栽培農産物とは
慣行栽培(一般栽培野菜)・有機栽培以外は全て特別栽培と表記されます。無農薬・無化成栽培農産物も特別栽培との表示になります。

その農産物が生産された地域の慣行レベル(各地域の慣行的に行われている節減対象農薬・化学肥料の使用状況)に比べて節減農薬対象の50%以下、化学肥料の窒素成分量が50%以下で栽培された農産物です。節減対象農薬と化学肥料双方の節減が必要で、尚、節減対象農薬を使用しなかった場合「節減対象農薬栽培期間中不使用」の表示になります。

(農林水産省「特別栽培農産物に係る表示ガイドライン」パンフレット「より」)

新入荷商品ご案内

シークワサーゴーヤー青汁

さわやかシークワサー味
青汁が初めての方やお子様にもおいしい!

【原材料】

大麦若葉末・難消化性デキストリン
沖縄産ゴーヤー・沖縄産シークワサー果汁
・沖縄産黒糖・ビタミンC・増粘剤(キサンタンガム)
粉末タイプ 1包(3g)×30包 価格 2,100円



オーガニックだから、安全でおいしい

赤飯用小豆

お米と一緒に炊飯器で炊くだけ。煮汁付き、簡単調理!

【原材料】

有機小豆、食塩
レモン果汁塩化Ca
3号炊き用 230g 240円



天の草ふれあい文化センター後援秋のイベント出演者募集中!

第21回

ファミリーコンサート

期日 11月17日(日)午後5時
場所 天草市民センター
入場料 無料
参加費 1エントリー 7,000円
参加資格 家族・お友達単位のアンサンブル・合唱など

第10回

天草グリーングリーンコンサート

期日 11月23日(土)午後7時
場所 天草市民センター
入場料 無料
参加費 1エントリー 7,000円
参加資格 和楽器・洋楽器・歌などソロ・アンサンブル
※アマチュアに限ります

* 申込期限 10月24日(木)
* 申込先 24-3697(TEL/FAX)田中



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N(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~

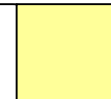
・マクロビ弁当は前日の午前中までにご予約お願いします。
・当日でもお受け出来る場合もございますが、メニュー変更やお時間がかかりますのでご了承下さい。

◆FAX注文は下記もお書きください

お名前:
お電話:

日替り

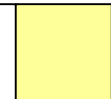
10/7(月)



655kcal

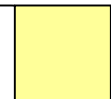
・白身魚天ぷら

10/8(火)



本日は松茸弁当(事前予約)の為、通常のお弁当はお休みです。ご注文の際には、お電話でご確認下さいませ。

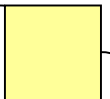
10/9(水)



650kcal

・サンマの蒲焼き

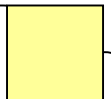
10/10(木)



650cal

・野菜色々酢豚

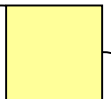
10/11(金)



645kcal

・エビフライ
タルタルソース

10/12(土)



640kcal

・ミニオムレツ

マクロビ

- ・黒米ごはん
- ・高野豆腐のフライ
- ・こんにゃくの万能だれ炒め
- ・切り干し大根の煮物
- ・漬物
- ・トマト寒天

~~~~~  
588kcal  
造血

- ・もち麦ごはん
- ・野菜春巻
- ・★里芋マッシュ
- ・木の子の香味炒め
- ・漬物
- ・抹茶白玉

~~~~~  
595kcal
デトックス効果 ガンの予防

- ・玄米ごはん
- ・れんこんハンバーグ
- ・大根サラダ
- ・にんじんグラッセ
- ・漬物
- ・マクロビ塩麹ケーキ

~~~~~  
562kcal  
気管支の強化 免疫カアップ

- ・ひよこ豆玄米ごはん
- ・里芋とたかき味のクリームグラタン
- ・こんにゃくのカルビ風
- ・★もやしとニラのナムル
- ・漬物
- ・三年番茶寒天

~~~~~  
577kcal
疲労回復

~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。