

meogi ni mada

2022.4月号 Vol.168

今が旬!!! 旨味栄養 100% じらす

動画は救命のカギ!

じらす(主にカタクチイワシの稚魚)は1月~3月葉漁のため
また4月が大漁!旬、真、只中!漁れた生は
あじが早く、なかみか都内で食べることは不可以。
金あげの旬のじらすは本当に美味しい!!と、
先日、ごちそうになりました。お魚が苦手な方でも、じらすは頭から尾、骨まで食べられ、栄養を
丸ごといいたげは有難い健康食材。小さな川の中には沢山、効能が証明されています! 中医学(薬膳)
の観点でお話ししますね。

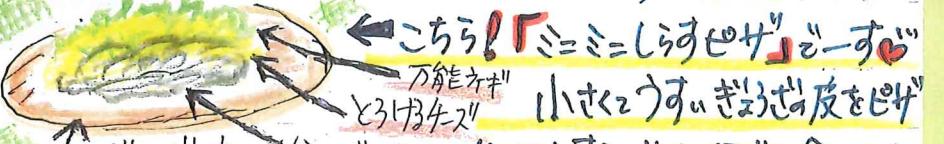
①補気=生命力の源、気力体力を補う ②補血=増血 ③活血=血行促進 ④健腦=脳活性化・ボウ防止 ⑤健脾=脾・胃の働きを良くする ⑥安神=神経安定・ストレス緩和 ⑦明目=目の働きを良くし、眼精疲労の軽減・促進 ⑧強筋骨=筋肉・骨を強くし、

動画は
救命の
カギ!!

ゴールデンウイーク目前、今年は感染症による規制が大幅に緩和され、国内外共に旅行を楽しむ方が急増!とのニュース。愛犬と一緒に旅行計画の方も大変多いと耳にします。久しぶりの遠出にじうま ウキ^心樂しみますよね。けれども、2~3年ぶりに遠出をする愛犬にとっては、「久しぶり」④2~3年^間で10歳以上^で身は老化している。人のルビとのギャップがあることを忘れてはいけません。ギャップはストレスや突然の不調・異常で身体に表れることがあります。例えれば、慣れてる乗用車なのに大量のヨクレヤ泡を吹く、呼吸がおかしくなり舌^色はなるべアーセ、首が座り込みたり眼球が揺れるとなど...救急が^{必要}になることがあります。外出先^{での}迷子の方が一の時、少しあります。その異常を動画に収めて下さい!それにそれをすぐシェア^{する}命。指示をしてくださいよう、日頃からかかりつけ医との関係も重要です。

成長期・老齢期のカラダづくりを助ける。。。これは通常摂取しない
食料欢迎您!! しかし、盆地をはじめ、干したトマトやレモン
や、ちりめんじやニンニクなど、保存良しもの多く、通常手軽に食事に
加えることができますね♪ 本当に有難い日本の食文化です♪

お料理にも使いやく、洋サラダ・パスタ・ピザ 中炒飯
和丼・おにぎり・酢の物...と、和洋中間の中味いいいただけます。成長期のお子さんが魚嫌いでも、鬼ばつぱく食べられます♪ ここのせん、オヤツにもおつまみにもおもなめの一品にもオススメしたい、絶対大好きな食べ方をご紹介しますね～♪♪



3. 病気つきピザをみるといい味付けは、じうとチーズの塩分のせいで
充分! オーブンスタートで2~3分焼いて皮にはんり焼き色が付けば
OK! お皿に並べて万能ソースをパラパラへ~と。コマを少しひき
(こも香ばしく最高♪) 向のものは旨味も栄養も100点満
点!! ミニピザもぜひお試し下さい! 皆様の健康勝を心に
お祈りす... よいゴーリテナンバークをお邊り下さ~い!!

今月の工事

（恵）社長の皆さまへ 時々の「職人」シリーズ

『暇を愛にやまないIT職人!』

昔は町内にも畠屋さんがあり、歩道でキュッキュッ！

…と糸を締め込む姿が見られました。懐かしいですね。

和の魅力、畳の風合いを伝承する職人さん

わずかな段差を真剣な眼差しで調整しています。



背中には… 輝く「畳」の文字と『I love Tatami』思わず顔が緩みますね～(笑)



仕事の邪魔して 職人さんに尋ねると、
生産者の顔が見える「安心」と「国産の証し」のために、
イグサを編む段階で織り込まれて出荷されるそうです。
真面目な畳屋さんを守るためにも素敵な取り組みですね。
意図の通り、このタグ一つでホッとします。

貴店の代表としてITも駆使し、

深い愛のITで、和文化を守り続けてくれています！