

2023年9月号 (vol.18)



工場の窓から見える景色は一面田んぼなのですが、今年はお米作りをされてないみたいで今は草や野花が咲いています。
お盆が過ぎ、たくさんトンボがハタハタと飛んでいるのを見ると、ああ、今年も秋が近づいてきたなあと感じます。ん？いや待てよ、トンボは田んぼや水辺で卵を産んで聞いよ！と間違えて来てないかな？土・カラカラよ〜！トンボも「あれ？噂を聞いてきたけど、水場ないじゃん！」ってスッポけてないかな(笑)、と思った私でした。
※ 調べたらエサを食べにきている説、待ち合わせ場所説、諸説ありました。
卵を産みにきているだけじゃなかったのねー！と糸内得しました。



今月の旬なもの
糸内産物

例えばモンブランを食べて、「あ〜やっぱり芋(さつまいも)・栗・かぼちゃって美味しいよね〜！」と糸ム、必ず言っているような気がします(笑)。きっと好きな方も多くいますよね。

そんな芋・栗・かぼちゃも糸内にはぐうと美味しくなります。でも芋とかかぼちゃは比較的気軽に家で食べやすいですが、栗って、いざ生のまま買ってきて調理しておいて...と考えると、ちっとハードル上がりませんか？やっぱり買うのやめちゃダメ。でも栗、とても栄養価の高い果物(!)なんですよ〜。特に多く含まれているのは...

ビタミンC

抗酸化作用があり、体が金青ひるのを防いでくれます。コラーゲンの生成にも不可欠で、肌の老化防止や生活習慣病の予防にも役立つとされています。

カリウム

血圧の上昇にもつながるナトリウムの取りすぎを削いでくれる(排出する働きがある)、血圧を維持するミネラルです。むくみ防止や高血圧予防に有効です。



食物繊維

消化されず腸まで届いて排便を促します。悪玉コレステロールの上昇を抑えながら善玉菌の増加を促進させる働きがあるので、腸内環境や体調も整っていきます。

葉酸

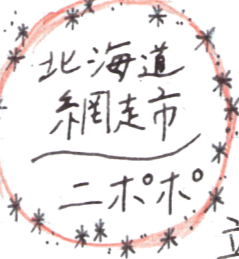
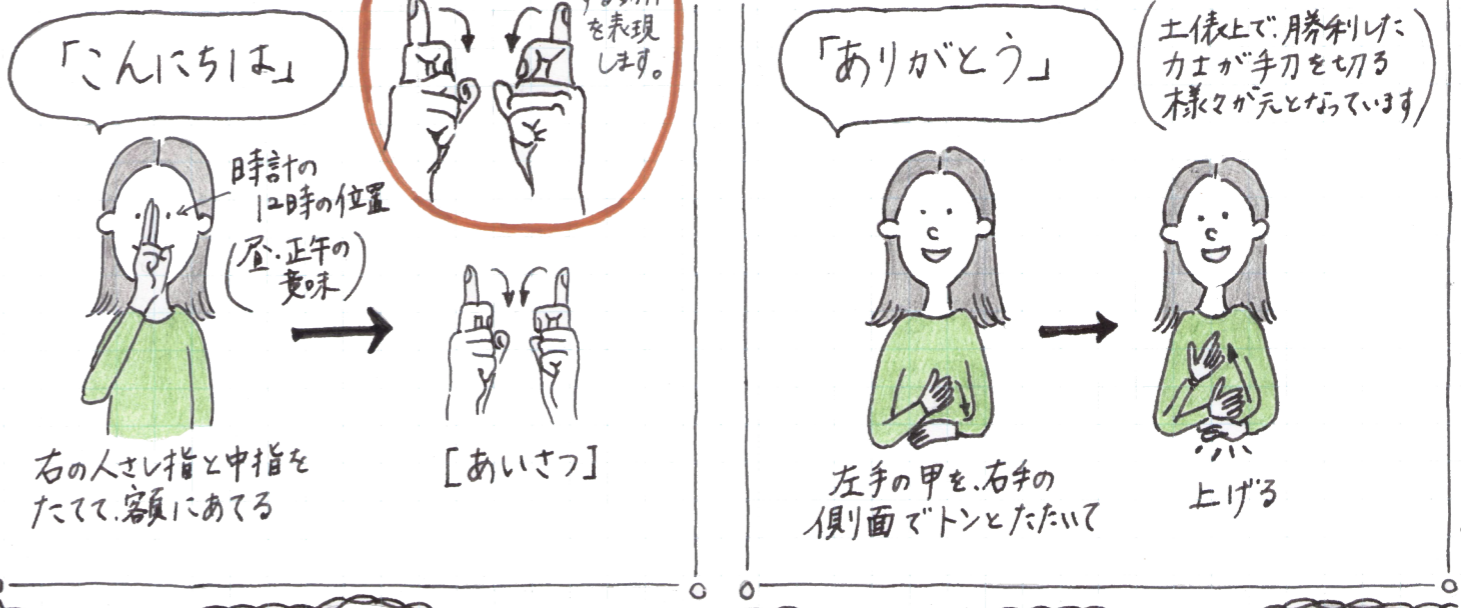
ビタミンの一種で、赤血球を作るために欠かせない栄養素。また糸細胞の新生や増殖にも必要不可欠です。

とはいえ、糖質のこともあるので食べすぎは注意です！朝ごはんやおやつに、1日5個くらいがやさしい量かなと思います。また食べ方は「茹で」や「蒸し」がおすすめ！栗そのものの味や栄養を楽しんでいただけると嬉しいです。

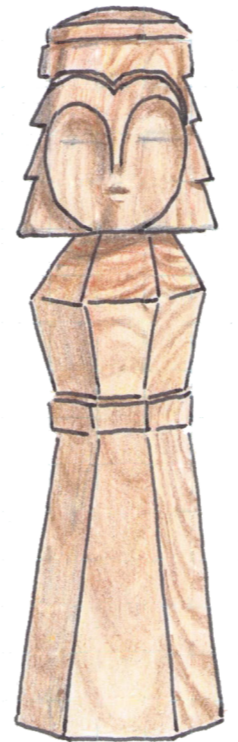
happy 手話

お話したい。お話してきたら、ああきと楽しいだろうな。そんなことをずーっと思っていました。嬉しい気持ちやありがとうを伝えたい。楽しいお話もしてみたい。超初心者の方と、もしよければ一緒にいかがですか？
今回は「こんにちは」と「ありがとう」です。

【あいさつ】
左右の人さし指を向かい合うようにみため、同時にまげて、おじぎをする動作を表現します。



エンジン木を使って、木目を生かした一刀周りの素朴な人形。それだけではなく糸網走市内には橋や街灯にかたどられていけり、フェンスや色々なところに二ホポのモニュメントが立っています。



二ホポとは樺太アイヌの人たちの言葉(ニ・ホポ)で、「小さな木の子ども=小枝」という意味。
アイヌでは昔から「幸運のお守り」として木の枝や幹を周りに「健やかに育つように」という願いを込めて、それを赤ちゃんの着物に糸結びついたり、魔除けとしても使われてきました。
これが原型となり、1954年に糸網走で誕生した二ホポ。狩りや漁に出かける時に二ホポをお守りにしたり、その日1日を無事にありがたく過ごせたことを二ホポに感謝したり、地域の方々にとって大切な存在となっていく。願いごとが叶った時には感謝を込めて二ホポに食事付けをするといいます。
またエンジン木は漢字で書くと(槐)ということから魔除けとして、(延寿)とも書けることから長寿や安産祈願など、そんな様々な思いも込められた二ホポです。
まず、名前が響きがかわいい... (笑)



てんてん 舞子の家事日記



登場人物: 舞子... 新婚はまはせ、家事は
たけじん... 舞子のたじんさま (まはしたとかがふいので
勉強中。母は無類のたれ好き。

2023年9月9日(土)☀️

今日は家族や親戚、幼馬馴染たら家族も誘って(大人数!)車で1時間くらいのところにあるバーベキュー場に行ってきたよ。今回の目的は川遊びとバーベキュー!足をちょこんと浸けてみると、一瞬びっくりするくらい冷たくて「ひや!」ってなつたけど、慣れてくると段々心地良くなってきて... じゃぶじゃぶと川の真ん中あたりに行くと、川のせせらぎと木漏れ日に包まれて、足元では小さな魚が泳いでいたり、なんだか自然と一体になった気分。大きく深呼吸して... エ〜!今日はいいお遊ばせ〜!

腹ペコの大人(子ども)が集まると川遊びはさそそにして、いそいそとバーベキューの準備。2日前の全体ミーティングの甲斐あって(笑)、みんな持ち場に別れて淡々と作業。大人の本気!(笑)たけじんも慣れないテント張りを元氣張ってたなあ。さあ、ごはんだよー!ビールやジュースを片手に乾杯です!今日の主役は鶯の丸焼き! ちろん大好きな野菜やお肉も焼いて、焼きそばやおばあちゃん特製焼きおにぎりも美味しかったな。(こけりおにぎりに食べる炭水化物美味すぎる説...笑)アウトドア好きの従兄弟は見たことのない便利グッズで、オシャレなご飯を作ってくれたり、とにかく楽しい時間でした!



さあ洗い物は私、舞子の出番よ!(笑)

今日持参したたれは鬼毛という石製のしゃもで作られたもの。焦げがいらはいつに、大きい鉄板や焼き網も軽いかでラクラクよ。持ち手が付いて洗う時も熱くない安心!食器や他のものを洗う用には「おすび」って言うたれ。金具が出てなくてへりもあるからカドやシミも洗やすい万能タイプ。お皿やお箸、マグカップやお鍋など、



「おすび」なんでも洗えて便利だよ。バーベキューってなんでおかんでも自由でベタベタしゃやいがちだけど、しゃものたれで洗うと、きりさっぱりな洗い上がり!石アタけになったフーラーボックスなど、シャブシャブ洗ったものには毛足長めでやさしい洗い心地の大きめたれで。従兄弟の恋バナやおばあちゃんの初恋(!)や趣味的な話だったり、ふつ、子どもたちがそばで踊って見せてくれたり。洗い物の時間もワイワイみんな楽しんでたな。



さあ、主役は鶯の丸焼きって言ったけど、違った!この川も、野菜も焼きおにぎりも、今日集まって

くれたみんなも、全部が主役!みんな大好き!! お遊ぼうね。

※主人公の舞子は架空の人物です



TAWASHI-YA NEWS!



なんと、ついに、たれしTシャツが新発売です!バックプリントに小ぼうきやささら、たれし、そして高田耕造商店のロゴが!間違いないたれし好きがバレルTシャツです(笑)

最近はおちと主張のあるTシャツを取り入れたオシャレコーデが流行っていますので、どうぞご安心ください!というのほ置いて(笑)、とって着やすい形と生地感なので、普段使いにもおすすめです。

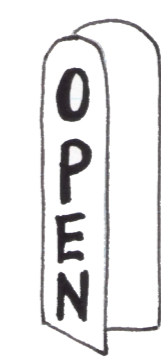
和歌山県海南市下津町に、道の駅「海南サクアス」がオープンします。フルーツや野菜、漁師直送の新鮮な魚や、イートインスペースも充実しています!高田耕造商店もたれしや小ぼうきなど、置かせていただいていますのでぜひ遊びに来てくださーいね〜



みなさんの毎日が笑顔いっぱいありますように!ぜひ遊びに来てくださーいね

9月・10月 イベント 小情報!

- 8月30〜9月5日 大阪(あべのハルカス近鉄本店 暮らしのデザインKITASさま)
- 9月6〜11日 兵庫(大丸神戸店さま)
- 9月14〜19日 福岡(西日本陶磁器フェスタさま in北九州・西日本総合展示場)
- 9月27〜10月3日 福岡(博多阪急さま)



- 10月4〜10日 岡山(天満屋岡山店さま)
- 10月11〜17日 愛知(名鉄百貨店本店さま)