



前庭
石畳が引き締められ、大きな壺が洗いや
雰囲気を出しています。



上段の間
お殿様や身分の高い方の謁見や会議
に使われていました。庭を眺められる明
るいお部屋です。

屋根の曲線が
素敵ですね。



檜皮葺(ひわだぶき)
瓦が伝わる以前からある檜皮葺きです。

今西家書院(いまにしけいしょいん) 奈良市福智院町24-3 <http://www.harushika.com/study/>

日本の清酒発祥の地と言われている奈良、その老舗である今西酒造所有の今西家書院に行きました。ここは奈良町の一角にあり古民家もたくさん残されている静かな町です。

今西家書院は、昔の日本建築のすばらしさや生活の知恵がいっぱい詰まっています。例えば部屋の壁は、和紙を何層にも貼り合わせた貼壁になっていて、水分が多ければ吸収し低ければ放出するといった和紙の働きを利用し、茶室の天井には杉のへき板で網代に編み、光によって色の変化を楽しんだり、身分によって部屋を分けたり、当時の日本文化が形になって残されています。



今西家書院(重要文化財)
入り口です。



中段の間
上段より一段低くなっている、お供の方の部屋。



下段の間
さらに一段低くて狭い部
屋です。籠かきなど身分
の低い人の部屋。



猫間(子持ち)障子
一つの敷居に二枚の
障子がはまっています。



茶室の天井
くぐり戸はなくお庭から出入り
していたそうです。天井は杉の
網代編みで龍の絵が描いて
あります。



双折板扉(諸折戸・もろおりたど)
この扉は室町時代のものです。

この「春鹿」は私が「はとむぎ化粧水」を
つくるのに使っているお酒です。



元酒蔵利き酒
酒蔵を利き酒カフェにさ
れています。

蕨戸(しとみど)→
雨戸のようなもので上下2枚
に分かれています。上の部
分は上に跳ね上げて濡れ
縁の屋根の代わりに日光や
風雨を避け、下の部分は縁
側に立てかけています。

何度か修理をされていますが
懐かしい式台玄関です。
涼しい！
わあ
楽しい！
築600年を超える
建物です。

（ほっと一息）・・・

「手作りハトムギ水でシミ・イボが消え美白肌!」という健康雑誌がわかさ出版から8月1日に発行されました。中面には娘の竹川雅子(管理栄養士、国際薬膳師)の記事や自社の「はとむぎレシピ」などハトムギ満載の雑誌です。全国に美味しく美容健康に役立つ「国産はとむぎ」の愛用者が広がりますように♪

会長 竹川梅子



それいゆ
はとむぎ
おいしく健康。

それいゆ株式会社
〒630-8423 奈良市出屋敷町141-1

ご注文・お問い合わせ
受付時間 9:00~17:30
☎ 0120-20-4120 FAX 0120-20-6662
<https://www.kenko-soleil.com/>

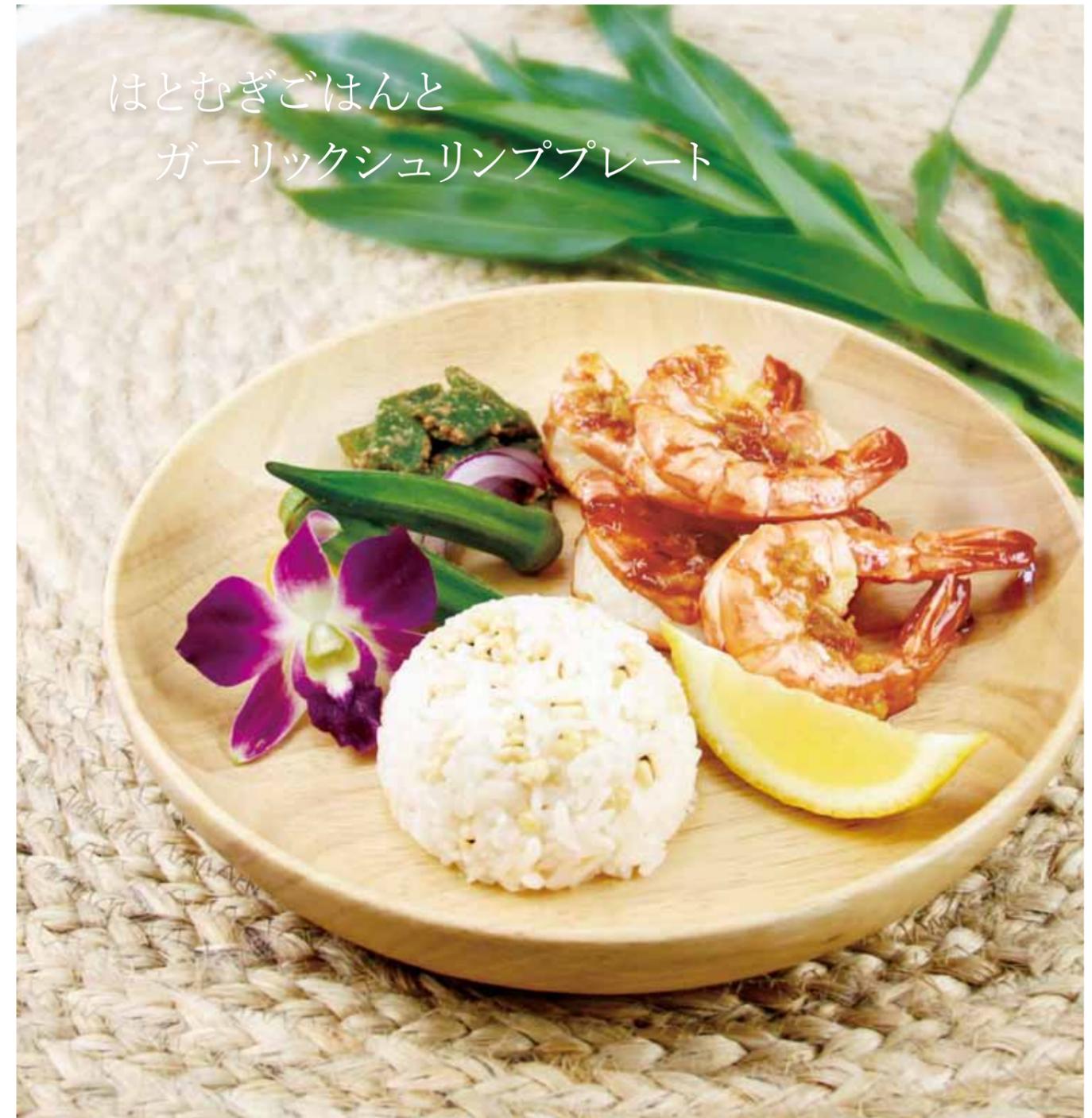


それいゆ
はとむぎ 健康
通信

8

2019
vol.218

猛暑の毎日でございますが、皆様にはいかがお過ごしでしょうか。私は就寝前に、今日も一日ありがとうございましたと日日是好日にちにちこれこうじつに感謝します。皆様も一日一日幸せにお過ごしくださいませ。



はとむぎごはん
ガーリックシュリンププレート

夏期休業のお知らせ 8月10日(土)~8月15日(木)まで夏期休業とさせていただきます。



はとむぎの、出穂が始まりました！

伸長期を終え草丈が最高に達し、出穂・開花期を迎えます。
これからの時期は生殖生長期といわれ実をつけていきます。
出穂すると青い実の先に花柄が伸びて小さな黄色い花穂が束になって出てきます。
はとむぎの実は登熟する過程で青い色が徐々に茶褐色に変わっていくため、畑に行くのが一番楽しい時期です。今年は着粒数が多く脱粒性が少ないように祈ります。



背丈は170cmほどに成長しました



青い実と花穂と黄色い花



ハンマーナイフモアで草刈り

8月10日は「はとむぎの日」です。

(一般社団法人 日本記念日協会認定)



はとむぎ祭り

今年も第12回「はとむぎ祭り」を行います。
奈良では「かき氷」が有名です。そこで今回から新登場！
ほうじハトムギ蜜のふわふわかき氷、ハトムギ入りカレー、自社有機栽培のハトムギガスパチョ、ハトムギパン、ハトムギベジタパンなどハトムギ尽くしのメニューで美味しく楽しい「はとむぎ祭り」！

開催日：8月3日（土曜日）

時間：11時～13時まで

ぜひ遊びに来てね！お待ちしております。

*
いらっしゃいませー！
★



よく冷えた
ハトムギ茶です！
飲み放題だよー♪



赤いトマトを
とっているよ！
楽しいな！

有機野菜の収穫体験です。



運転して
まっしゅー！



農機具の展示です。子供も
大人も興味津々！

元気な身体をつくりましょう！

健康で長生きするためには、食べ物の力や生薬の力で自然治癒力を高めましょう。

食べ物の力

毎日の食習慣が健康に及ぼす影響は大きく、寿命をも左右します。言い換えれば寿命を決めるのは食べ物です。日本の長寿村と平均寿命が短いといわれる村と食習慣を比較すると、長寿村では肉類、緑黄色野菜、豆類、果物などの摂取量が多く、塩分の摂取

量は少なかったそうです。

そこで、発病には至らないけれど軽い症状がある、という方は食習慣を見直し、食べ物の力と生薬の力で自然治癒力を高め未病の予防をしましょう。



生薬の力

昔から人は病気や怪我をすると伝承されてきた生薬などで治してきました。生薬とは、身のまわりにある草根木皮など天然の産物をそのまま乾燥したもので、体質の改善を目的として用います。虚弱、疲労回復には「気」を補って元気になる朝鮮人參や、止血、血栓溶解という両面性で「血」の流れをよくする田七人參、風邪の予防には板藍根などがあります。因みに漢方薬は生薬を漢方理論に基づいて二つ以上組み合わせたものです。

田七人參の力



自然治癒の力

本来、人や動物は生まれながら病気や怪我を治す自然治癒力を持っています。例えば外科手術で縫った後の傷口が治っていくのも患者自身の自然治癒力のおかげです。また生薬で良くなるのも自然治癒力が引きだされるからです。

自然治癒力は楽しく過ごしたり喜びや充実感を感じたり、十分な睡眠、リラックスしたりしている時には、エネルギーが活性されるため高まり、不安や強いストレスでは低下するそうです。



はとむぎ美人

「はとむぎ美人」は水分、血液、リンパ液などの循環をよくして新陳代謝を高めます。すると肌のハリや弾力の源となる線維芽細胞が活性化されるため、日焼けによるシミやシワ、肌の老化予防などに役立ちます。飲んでバックで体の内から外から真夏の肌ケアを！

はとむぎ美人でバック

女性にとって夏はメイクが落ちる、シミや日焼けが心配、汗が臭う、べたべたするのが嫌などの理由で夏が好きではない方が多いようです。そんな方には「はとむぎ美人」でバックをおすすめします。使い方は簡単、下の図のように使ってください。また手作り「はとむぎ化粧水」をたっぷりパッティングして、日焼けや乾燥を予防しましょう。日本酒には美白効果のある麹と潤い成分のアミノ酸が豊富に含まれています。また、顔以上に年齢が出るといわれている「手」。手がキレイだと若々しく見えるのは確かですね。手の甲にも日焼けでシミができるため、お顔と同じように「はとむぎ美人」でバックをおすすめします。日焼けによるシミやシワの予防に男性にも好評をいただいています。



【はとむぎ美人で酵素バック】

★用意するもの：「はとむぎ美人」と水



④気になる顔や手のシミ、イボなどにぬる
⑤5分～10分ほどおいて洗い流す
(お顔全体にバックも)

【はとむぎ化粧水】

★用意するもの：「国産はとむぎ粒」と日本酒(250ml)



①「国産はとむぎ粒」山盛り大きき3杯(約60g)をよく洗い、水分をかるくふきとる
②日本酒に入れる(純米酒がおすすめ)1ヵ月ぐらい冷暗所または冷蔵庫で保存する
③日本酒にはとむぎのエキスが抽出され黄色くなると、使いやすい容器に移しかえて使用する



*敏感肌の方はパッチテストを行ってください。
*無添加なのでなるべく早く使い切りましょう！
*純米酒は米と麹と水だけで無添加です。

*肌にやさしくぬり、乾く前に洗い流します。敏感肌の方は、必ずパッチテストを行ってください。
*はとむぎ若葉配合なので緑色のバックになります。若葉の抗酸化力とフルーツ酵素が紫外線によるシミを予防します。



はとむぎ美人

はとむぎ若葉配合
150g (2.5g×60包)
価格 4,644円(税込)
1日2包～3包を目安にお召し上がりください。

お客様のお声

健康とイボ取りのため

もう40年も前、台湾料理の講習会で講師(台湾人女性)から、だまされたと思って1ヶ月間ハトムギを食べるようにと勧められ、それ以来続けています。但し20年前に転居してからハトムギが手に入られず中断。甥があちこち探してくれたようで「それいゆ(株)」を探し当ててくれました。心のこもった折り紙にも心を打たれ、優しい甥と共に感謝の毎日です。この度も昨夕の「国産はとむぎ粒 お徳タイプ」の申し込みに、もう今朝早速の配達にびっくりしています。有難う！



千葉県 女性 86歳

シミ、シワ予防

年を重ねるたび、顔のシミやシワが気になり、「はとむぎ美人」を飲むようになりました。おかげさまで、心も肌も生き生きして乾燥肌でファンデーションも少し浮いている感じでしたが、肌に潤いが出て化粧するのが楽しくなりました。

福島県 女性 55歳



イボとりのため

右手の甲にイボができて、直径1cm位になりました。皮膚癌ではと不安になりましたが、「はとむぎ美人」のことを知り、服用6ヶ月で平べったくなり、今は突起もありません。茶色のシミくらいになり、癌ではなかったとほっと安心しています。

広島県 女性 77歳



美容、加齢臭対策

「活性はとむぎ美人茶」を家族で飲んでいますが、飲む前は寝室にふわっと香る臭いに違和感を持っていたのですが、今ではその臭いもなくなり穏やかに過ごしています。また、主人が先日「トイレに行く回数が増えた」と言っていたので、良い品に出会えたと思っております。私は「国産はとむぎ粉末」でバックをして、これからの夏を乗り切りたいと思っています。

兵庫県 女性 42歳



水分補給に

子供の水筒に毎日入れています。くせがあると嫌がるのですが、こちらの「活性はとむぎ美人茶」はとても良く飲んでくれます。これから暑い夏でバテないようにしっかり水分補給に頂きたいと思えます。

大阪府 女性 38歳

