

大和の古刹を歩く vol.139

300年も続く鐘の音を聞いてみたいです!



鳥居
鳥居の右側には吊鐘があります。この吊鐘は1679年に鋳造されて以来1日に7度、300年以上も時を告げて「高鴨の時報」として有名だそうです。



本殿(国の重要文化財 1543年頃)
拝殿の後ろに見えます。現在の本殿は室町時代に再建、絵皮葺き。
主祭神は、阿遲志貴高日子根命(あぢすきたかひこねのみこと)、迦毛之大御神(かものおおみかみ)、事代主の命、阿治須岐速雄命(あぢすきはやおのみこと)、下照姫命(したてるひめのみこと)、天稚彦命(あめのかわひこのみこと)です。



祓戸神社
祓戸神社では、知らず知らずに犯した罪、穢れを祓い、心身ともに清浄になってから本殿へ参拝します。



摂社西宮(国指定重要文化財)
本殿から西にある西宮神社は1685年江戸時代の創建です。他にも小さな檜づくりの8つの摂社が祀られています。



稲荷神社
可愛い朱色の鳥居が並んでいます。

この涼しさは神様から「気」が放出されているためだそうです



参道
真っすぐ伸びた巨木の杉、真夏なのに涼しくきれいな境内です。



手水舎と浮舞台
祭りの折には神楽や雅楽が奉納されます。



摂社東宮(国指定重要文化財)
1669年、江戸時代の創建です。飾りがきれいです。



東側にある摂社
東宮の前に6社が並んでいます。



拝殿
まだ新しい白木造りです。

水面にうつる舞を見てみたいです



大きな灯籠の下に天邪鬼が封じ込められています。



天邪鬼(あまのじゃく)

それいゆ

はとむぎ

健康通信

8

2020

vol.230

こんにちは

厳しい熱さが続いています。皆様にはお変わりなくお過ごしのことと存じます。夏の思い出のひとつ、クーラーのない子供の頃、父が襖を簾に替えて家の中に涼を求めていました。皆様の夏の思い出は如何でしょうか。どうかお身体にお気をつけてくださいませ。

はとむぎと甘酒のアイスクリーム



ご案内

8月31日をもちまして折り紙の封入を終了させていただきます。
折り紙を楽しみにしてください、ありがとうございました。

スタッフ一同



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/>



夏期休業のお知らせ 8月12日(水)~8月16日(日)まで夏期休業とさせていただきます

はとむぎ有機栽培日誌〔3〕



はとむぎ畑では5月に種を蒔いてから出芽期・幼苗期・分げつ期・伸長期が過ぎ、次に出穂・開花期を迎えます。はとむぎの雄花は黄色くて小さい花が束になって垂れ下がって咲きます。その頃には、私達の背丈を超す程まで成長しています。

はとむぎは出穂が不ぞろいのため、最初の出穂から最後までの出穂までに約40日かかります。

出穂とは、^{ようしょう}葉鞘の間から^{そうぼう}総苞が完全に出てしまう様のことです。



① 稈先端の葉鞘から「雄穂」が出てくる



② 次に「総苞」が出てくる



③ 総苞から「柱頭」が出てくる



④ 雄穂から「雄花」が出る



8月10日を「はとむぎの日」として日本記念日協会に登録し認定されています。



はとむぎ茶の香りを楽しむ

「活性はとむぎ茶」のひと手間の美味しさ

弊社のはとむぎ茶の原料は「活性」という工程を行っているため、アミノ酸やギャバが増えてホッとすする美味しいお茶ができます。煮出している時の香りに癒されます。



〈はとむぎ茶と麦茶はちがいます〉

はとむぎと大麦は、どちらもイネ科ですが、はとむぎは麦の仲間とは違い、どちらかと言えばトウモロコシの近縁になります。



【はとむぎ】
初夏に播種し秋に収穫。外皮は固く実は大きく、草丈は約1.5m~2m、健康茶、健康食品・生薬



【おおむぎ】
秋に播種して初夏に収穫。外皮は柔らかく米より大。草丈は60cm~1m、麦茶、ビール、焼酎、味噌の原料

毎日食べても

あきない美味しさ

はとむぎご飯

毎日食べてもあきずに美味しいもの、それはご飯です。ご飯は離乳食の頃に始まり生涯食べ続けます。「美味しいおかず、白いご飯がよく合う」といわれるように、私たち日本人にとってご飯は何よりのご馳走です。昔から祝いの日には赤飯やちらし寿司をつくり、旬の食材が手に入れば炊き込みご飯に、そして丼、おむすび、お茶漬けなどなど。一年を通じてあきずに美味しく食べ続けられるのがご飯です。

体調によってお粥や雑穀米、「はとむぎご飯」にしてお召し上がりください。

ご飯と共に頂く漬物や薬味には、健康増進に役立つ栄養がぎっしり入っています。暑さで食欲不振の時は、冷たいはとむぎ茶でお茶漬けは如何でしょう。



【かつおぶし】
旨み成分のイノシン酸が豊富、体脂肪の減少に



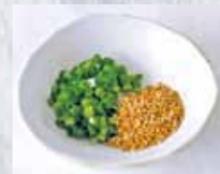
【青じそ】
強い抗菌作用、夏バテの予防に



【梅干し】
酸味のクエン酸は、疲れた時や二日酔いにも



【ぬか漬け】
植物性乳酸菌が腸内環境を整える。アレルギーの予防にも



【ネギと胡麻】
血行がよくなり体を温め、風邪予防に

健康は食卓から

「食は体を養い、心を培う」と考えています。正しい「食」は健康維持につながり、偏った「食」は病気をつくります。そして病気を治す力を備えているのも「食」です。

現在は食が豊富にあるため、好きな物や美味しいものが自由に食べられます。偏った食事や、アンバランスな食事にならないよう、たくさんある食べ物から賢く選んで食べましょう。季節折々の「今が旬」と呼ばれる食材は、夏は体を冷やし、冬は温めるといった働きや栄養価も味も格別です。また旬の食べ物は体調を整えてくれる大切な働きももっています。



【夏野菜のマリネ】
はとむぎと緑黄色野菜はアンチエイジングに役立ちます。

〈表紙の「はとむぎと甘酒のアイスクリーム」レシピ〉

真夏のデザートに「国産はとむぎほうじ粉末」と「甘酒」を使ってアイスクリームを作ってみませんか。作り方は簡単です。



① 材料(6人分)
「国産はとむぎほうじ粉末」…50g
アーモンドドリンク…500ml
甘酒……………200ml
バナナ(中)……………3本



② 材料を全部ミキサーに入れる



③ 容器に流し込む



④ 冷凍庫で半日ほど寝かすと完成

朝食から始まる

一日の生活リズム

私たちは目覚めてすぐの状態では脳や内臓、神経の働きが低下しています。朝食を摂ることで脳や体にエネルギーの補給となり、寝ている間に低下した体温を高め、そして排便を促してくれます。このように朝食は1日の生活リズムにスイッチを入れる役割もっています。

生活リズムが乱れた時は、朝コップ1杯の水を飲んだり、発酵食品や乳酸菌を摂ったり、散歩や軽い運動で腸の活動を促すといいでしょう。



はとむぎ美人で1日の生活リズムを



はとむぎ美人

150g (2.5g×60包)
価格 4,644円(税込)



サンプル有り



フルーツ酵素

6つの原料の
ビューティバランス

3種類のハトムギ

- ① 国産はとむぎ
- ② 国産有機はとむぎ若葉
- ③ 国産有機穀付きはとむぎ
- ④ フルーツ酵素
- ⑤ オリゴ糖
- ⑥ 有胞子性乳酸菌

お客様の声

息子のイボと家族の健康

最初は息子のイボに「活性はとむぎ美人茶」を購入してみたところ、私と旦那の「肌の調子がいい気がするね?」との話になり、「はとむぎ美人で腸活してみようか?」との事で購入してみました。お通じも良いのでしばらく「はとむぎ美人」で腸活してみます。

高知県 女性 38歳



子供の水イボのために

姉の子供が、「活性はとむぎ美人茶」を飲んで水イボがなくなったと聞き、さっそく購入しました(^_^)。好き嫌が多い娘ですが、これはゴクゴク飲んでいきます。しばらく飲み続けてみようと思っています。

埼玉県 女性 36歳



健康のため

いつもありがとうございます。定期購入コースを利用させていただいて10年以上になりますが、「はとむぎ美人」「国産はとむぎ粒」「国産はとむぎほうじ粒」は、ずっと変わらず私のお気に入りです。玄米と一緒に炊き込んだりヨーグルトに混ぜたりおやつにポリポリ...毎日ハトムギを食べない日はありません。今回グラノーラが新発売になったとの事で「まってました」という感じです。内容も安心できるし美味美味!!次回必ず注文します!その他のグラノーラも試食してみたいです。パンもすごく気になっています。奈良に行く時には会社の方には是非伺いたいです。電話注文の時も皆さん感じが良く好感がもてます。これからもずっとよろしくお願いいたします。

佐賀県 女性 52



イボの除去

以前から手に入った時に「国産はとむぎ炊飯器用」を食べていましたが、お世話下さった店がなくなりました。ネットで貴社を知り早速申し込みました。今後ともよろしくお願ひします。

首にできたピリピリ痛いイボが枯れてきました。また紫外線アレルギーがひどいのですが、その角化した皮膚がやわらかくなってきたように思います。

兵庫県 女性 65歳



アンチエイジング

シミ、シワに聞くとTVでやっていたのを見て、ハトムギ生活を始めました。子供もいますが雑穀米より「国産はとむぎ炊飯器用」の方が食べやすいという事で家族みんなで続けられています。まだ、1カ月ですがニキビ跡がきれいになってきました。シミ、シワにも効くのが楽しみです。

東京都 女性 35歳

