



鎮宅霊符神社 (ちんたくれいふじんじや) 奈良県奈良市陰陽町
 奈良町からくりおもちゃ館 (ならまちからくりおもちゃかん) 奈良県奈良市陰陽町7番地 <https://karakuri-omochakan.jimdofree.com>

奈良市陰陽町にある「鎮宅霊符神社」と「奈良町からくりおもちゃ館」へ行きました。昔、このあたりに多くの陰陽師が住んでいたことから陰陽町という独特の地名が残されています。「鎮宅霊符神社」は入り口に鳥居もない小さな神社ですが歴史があり、無人となった今も綺麗にお手入れをされています。その隣が明治初期の雰囲気が残る「奈良町からくりおもちゃ館」です。この辺りは奈良町といわれ、蔵をそのまま店舗にしたり、窯や格子戸のある伝統的な町家をカフェにしたりと、古都奈良に相応しい風情のある町並みが残されています。



本殿
 あめのみなかぬしのかみ
 主祭神は、天御中主神、陰陽師の守護神といわれています。「古事記」では高天原に出現した三神の中で最初に現れた神様であり、「北極星の神」ともいわれています。



狛犬
 阿吽の狛犬は慶応3年(1867年)の銘がある「笑う狛犬」です。

左の狛犬は笑み、右の狛犬は口を開けて笑っています。見ているだけで心が緩みます。



おもちゃ館入口



館内には懐かしい箱階段が残っています。



【木挽き人形】

おもちゃ館にある約200種のおもちゃは、四半世紀にわたって、江戸時代のからくりおもちゃを研究されていた、奈良大学名誉教授の研究室から寄贈されたものです。江戸時代庶民に親しまれたからくりおもちゃを復元されました。実際にお子さんが手に触れて遊ぶことで日本の伝統文化、技術を伝えることが目的だそうです。



風情のある格子戸ざるに「身代わり申」が吊るされています。

「おもちゃ」の由来は「もちあそぶ」から「おもちゃ」と呼ばれるようになったそうです。



【猫とねずみ】



板相撲
 江戸時代では「ノコッタ、ノコッタ、寄り切りー!」とか言って遊んだのでしょね。



【板相撲の遊び方】

丸棒を手を持ち、力士の足を机の上につけた状態で、丸棒をゆらゆらと動かします。丸棒を動かすことで、一方の力士を回転させたり、しりもちをつかせたりすることができます。



バラの形をした餡が添えられ可愛い!

奈良名物かき氷
 奈良公園の隣に氷の神様ひむろじんじや「氷室神社」があることから、最近では奈良の新名物です。



【面かぶり】

ほっと一息・・・

言葉には物事を実現させる力があります。これを「言魂」といいます。だから口に出した言葉の通り、考えた通りになるそうです。これから前向きな意味を持つ言葉を使って日々暮らしましょう。老いて言葉を大切に!



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 0120-20-4120 FAX 0120-20-6662
 受付時間 9:00~17:30 <https://kenko-soleil.com/>



それいゆ
 はとむぎ
 健康通信

こんにちは

8月といえばお盆や夏祭りの時期ですね。家族揃って浴衣を着て下駄を履いて夜店に行ったのも懐かしい夏の思い出です。まだしばらくは暑さが続くようでございます。健康にはくれぐれもご注意くださいますようお願いいたします。



冷たいはとむぎ茶

8月の食養生〈心〉

暑さから身を守る

夏は暑さから身体を守り、生命に重要な「心臓」を養生する季節です。「心」は全身にサラサラと血を巡らせ、思考や意識など健全に保ちます。「心」が弱ると動悸や心臓病のきっかけにも、また暑さによる疲労感や倦怠感もあらわれます。暑さのため汗から失う水分と塩分を十分に補い、ドロドロ血液にならないように心臓をいたわりましょう。

「心」に良いとされる食材は、はとむぎ、小豆、緑豆、ゆり根、スイカ、トマト、にんじん、卵など、また夏バテ予防に良い食材は、はとむぎ、ズッキーニ、ニガウリ、キュウリ、ナス、ピーマン、ラッキョウ、レタスなどの夏野菜と鰻、鯉、鱈、鮎、シジミなどの魚介類や杏、桃、スイカ、メロンなどの果物があります。



夏のはとむぎ料理

それいゆの「はとむぎ料理」はすべてココからご覧ください



暮らしで夏バテ予防

こまめに摂る

水分補給

水分は体重の60%を占め、消化、吸収、循環、排泄、体温を一定に保つ、身体機能を維持するなどの役割を持っている大切な栄養素です。のどが乾いていなくてもこまめに水やはとむぎ茶を摂りましょ



2m以上離れて

マスクを外す

人と人の距離が2m以上離れている場合はマスクを外して、冷たいタオルで顔を拭くなど身体に熱がこもらないようにしましょう。マスクの着用は熱中症のリスクを高めます。



エアコンをつけて

室内温度

熱中症の予防には冷房は欠かせない存在です。冷房の温度は25℃から28℃を目安に設定し、吹き出す冷気に直接当たらないようにしましょう。



汗の蒸発を促す

涼しい服装

夏は直接肌に触れる服装や寝具などはリネン(麻)、コットン、テンスル、レーヨンなど、汗を吸収して速発散させてくれる涼しい素材や、体を締め付けないデザインを選びましょう。



はとむぎ美人で夏を健やかに

夏の肌を整える

暑い夏は汗をかいたり、エアコンでお肌が乾燥したり強い紫外線を浴びるなど意外と肌トラブルが多い季節です。お肌をつくるたんぱく質や各種ビタミンなどバランスよく食べて夏の肌を整えましょう。

「はとむぎ美人」は抗酸化作用のある3種類の「はとむぎ」を82%配合しています。特に有機栽培のはとむぎ

若葉は抗酸化作用、血糖値上昇抑制作用、アレルギー効果などの研究を済ませています。はとむぎ若葉とは、新緑の葉を刈取りそのまま粉末にしているので、栄養素が丸ごと含まれています。「はとむぎ美人」を1日2~3包を目安に3カ月程度継続すると、体の内から強い紫外線によるシミができないよう予防します。



食べ物で夏バテ予防

筋肉を作る

たんぱく質

大豆や魚、鶏肉、豚肉などのタンパク質は筋肉や血液などをつくり、筋肉の疲労を回復させる効果や体の持久力を向上させる効果があります。老化を防いでくれるのでしっかり摂るようにしましょう。



免疫力を高める

ネバネバ・トロトロ

納豆やオクラ、長芋、ナメコ、とろろ昆布などの食べ物には整腸作用や免疫力を高める働きがあります。保水性に優れているため細胞をみずみずしく保ち、肌の老化予防にも効果があります。



体の中から冷やす

カラフル夏野菜

トマトやキュウリ、なす、スイカなど夏が旬の野菜や果物の多くは、熱くなった体を中から冷やす性質を持っています。水分の代謝を助け、体内の余分な水分を排出する働きをします。



疲労回復

酸っぱいもの

クエン酸は酸っぱいと感じる成分で、疲労回復に欠かせません。レモンや梅干し、グレープフルーツなどの柑橘類に多く含まれ、ミネラルの吸収をサポートし、血液サラサラ効果があります。





播種後2ヶ月程のはとむぎが順調に生育しています。はとむぎの丈は110cmぐらいです。これから出穂し、黄色い花が咲きます。ここまで成長すれば除草作業は機械ではできず手作業になるため社員たちは暑さ対策で大変です。近頃の雨は

「馬の背を分ける」という言葉のようにこっちの畑は大雨が降っても違う畑では晴れているという事があります。農作物を栽培するうえでは雨も日照りも、まんべんなく欲しいですね。

はとむぎの花

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。

お客様の声

イボを治す・肌のため

最初、お試しセットを購入しました。色々な商品が入っており、とても良かったです。特にはとむぎ100%の有機はとむぎ茶は飲んでいたら肌の調子が良くなってきました。また、イボで困っていたのでネットで調べてこちらの「活性はとむぎ美人茶」を飲んでます。味もスッキリして、とても飲みやすく長くつづけられそうです。



熊本 女性 46歳

首イボ改善のため

毎日2〜3包「はとむぎ美人」を飲むようにしています。仕事柄、不規則で栄養も偏り、運動もせず…ですが、少しずつ効果が出ています。月に一回(15日と決めて)首の写真を撮るようにしていますが、ザラザラポコポコで無意識のうちに首にさわっていたクセもなくなり、イボも減ったな〜と実感しています。もっとキレイを目指して続けていこうと思います。



奈良県 女性 40

素顔を美しく

歳を重ねると肌のターンオーバーも年齢+10と聞いていて、私なら65日かかることになります。中から腸から基本を美しく。孫の水イボにも2年をかけて治すことができました。私自身も「はとむぎ美人」を長くのみ続けていきたいと思っております。

京都府 女性 55歳



家族の健康と美肌のため

マスク生活が長くなり、吹き出物が出やすくなりました。しばらく休んでいた「はとむぎ美人」を飲みはじめると。活性はとむぎ美人茶、国産はとむぎ炊飯器用のご飯と、「はとむぎグラノーラ」など、はとむぎ生活のおかげで、家族元気にすごせ、「肌きれいね」といわれるだけに少しの変化も気になります。毎月漢方コラムは勉強になります。目につく所にあるといいなと思います。カレンダーもしくは、カレンダー風になるとうれしいです。一ヶ月貼っておきたいよ〜、12ヶ月貼っておけたらもっとうれしいです。

愛知県 女性 55



新商品のご案内

はとむぎ美人 10包タイプ

商品番号: 9020
「はとむぎ美人」は「体の内からきれい」をサポートします。

価格: 1,188円(税込)
内容量: 2.5g×10包
※メール便・送料無料



はとむぎおためしティータイムセット

商品番号: 9023
「はとむぎグラノーラ」でティータイムをお楽しみください。

価格: 1,458円(税込)
内容量: ・はとむぎグラノーラプレーン 75g
・ショコラとバナナのはとむぎグラノーラ 75g
・活性はとむぎ美人茶農薬不使用ティーバックタイプ 2.5g×5袋



※メール便・送料無料
※お1人様1回限り1個まで
※割引対象外