





2021年 残暑号 VOL. 9

いろはな つうしん







巡りごはん いろは 代表:鍋谷みちこ

【 勇気をもって行動を 】

勇気をもらえる オリンピックでしたね。 皆さん 楽しまれましたか?

パラリンピックもひかえていますが、 真っすぐに挑戦しつづける姿には、感動と勇気をもらえました。

 \setminus TOKYO 2020 \nearrow

さて、『論語』 孔子が説いた「勇気」についてはご存知でしょうか?



『 義を見てせざるは 勇無きなり 』(ぎをみてせざるは ゆうなきなり) 人としてなすべきことと知りながら、それを行わないのは、勇気がないためであるということ。

正しいことだと知ってはいても、実際に行動できないのはよくあること。 多くの人は、自分に都合の良い言い訳をして、行動できないことを正当化しがちです。 しかし孔子は、そういう人は勇気がないのだ、と言いきっています。

スピリチャルな話になりますが、 この物質の世界では、肉体を使って行動していくことが地球で過ごす大切なポイントです。

どんなに素晴らしいアイデアも、ひらめきや直感も実際に行動に移さないと何も生まれません。 頭の中の想像だけでは、形にならないのです。

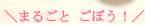
また、魂は結果を求めているのではなく、実際に体験することを求めています。



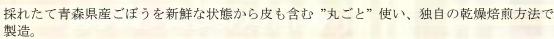
体験こそが最大の喜び。 この世界を旅立つときに、"やりきった!" そう言い残せるように、まず一歩を踏み出してみましょう。











無添加・ノンカフェインなのでお年寄りやお子さま、妊娠中の女性や授乳中のお母さんにも おすすめ。香ばしい風味と香りが、お食事にもリラックスタイムにもぴったり なんです。

こちらの商品、オススメポイントが、『茶葉ごと』ごぼうの栄養をまるごといただけるという こと。お料理に使用できますし、お茶と一緒に 茶葉もお召し上がりいただけます。

当店店内にて販売中。 ぜひ手に取ってお確かめくださいね。







体験してみませんか?

\可愛くてカラダに優しい美人スイーツ/ 「 ロースイーツをつくろう! |

大人気の"ロースイーツ講座"を一緒に楽しみませんか?

ロースイーツとは…

白砂糖・小麦粉・卵・乳製品

動物性食材を使用せず、 48度以上の加熱調理をしないスイーツ のことです。

主に、フレッシュフルーツ・ドライフルーツ・ナッツ等を使用します。

参加者さまからは、

「使用している材料がこんなにヘルシーだなんて信じられない!」

「難しいイメージがあり、おしゃれだし、私には無理って思っていました!でも、材料も 単純で 工程も手軽なので、これなら出来そうです。」との ご感想をいただいております。

罪のない甘さを、ぜひ 体験してみてくださいね!

詳細は、

ホームページにてご確認ください。

おしゃれ で 失敗なく作れる!

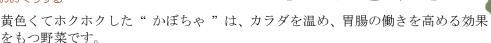


意外と簡単な作業で できちゃいます!



旬果 _{旬菜} pick up

【かぼちゃ



旬は夏ですが、長く保存がきくので一年中楽しむことができます。



かぼちゃと ごまを組み合わせると、ごまの油分の相乗効果で便通が促されるので、 便秘の方には特にオススメです。

スパイス類にはかぼちゃの温め力を助ける働きがあります。 特にシナモンは、かぼちゃのやさしい甘味を上手に引き出してくれますよ。

編集後記

立秋を過ぎましたが、白熱したオリンピックもあり、【残暑号】として発行させていただきました。 感染症の影響があるなかで、精いっぱい取り組む選手の姿に 涙腺が弱くなった私は何度も涙。 負けた選手が勝者を たたえる姿にも大きな感動がありました。ともに戦う仲間にエールを。 ひとはひとりでは、何もできません。 「個」の時代がはじまると言われる今こそ、本当に大切な仲間について考えてみるのも悪くないかも…ですね。

ランチは完全予約制にて 営業しております。



YAKUZEN - OKAYU style

http://iroha-michi.com/

巡りごはんいろは



選りごはんいろは 生田ビル2F (1F本各不動産さん) JR茨木駅東口 徒歩2分 茨木駅前交番・ 北野酒店 ・ ホテル クレスト

大阪府茨木市駅前1丁目3-9 2階 TEL 072-648-5950