

愛∞無限大！

織田トマト回覧板



2024年3月号

こんにちは。いつもありがとうございます。
織田トマトの織田です。



2月中旬からトマトハウスの入り口前に、菜の花
が咲いています。

昨年より花育では試行錯誤しておりますが
全く世話をしていない菜の花がとても美しく咲いて
いるのを見て、「自然の恵みだな」としみじみ
感じています。

<高知・佐川町だより>

佐川町では、昨年6月に
『まきのさんの道の駅・佐川』
が誕生しました。

町内や仁淀川流域の食材や
お土産品などが並んでいます。



隣には『佐川おもちゃ美術館』があり、先月には、来館者が5万人を
達成しました。

実は、高知県は47都道府県中
1位の森林率。

ただ、以前から全国各地では
山林の崩壊が問題になっています。
理由は、山林の維持に欠かせない
人手不足や海外産木材の輸入増加などです。



山林の健全な維持には、「間伐（かんばつ）」が欠かせません。
間伐が適切に行われないと、木の成長が阻害され、光も地面に届きに
くくなり、山林に草が生えなくなります。

そうすると、土壌流出、土砂崩れ、雨風に木々が耐えられない、とい
った問題が起きてしまいます。

佐川町もあたり一面、木や山に囲まれています。
2013年から佐川町では、先祖代々受け継がれてきた町内の山を次世
代へ適切に受け継ぐために「自伐型林業」という仕組みを取り入れま
した。

山は佐川の宝物。

『佐川おもちゃ美術館』では、町産&県山の木材をたっぷり使った
子どもも大人も楽しめる遊び場になっています。



まきのさんの道の駅・佐川



佐川おもちゃ美術館

<今月のモリモリ元気が出る食事>

3月になると冬から春へ向けて気温も少しずつ高くなり、景色も色とりどりでウキウキしますよね。

その一方で、まだまだ寒い日があったり、寒暖差に悩まされる季節でもあります。

冬に動物が冬眠するように、人間もいろいろなものを溜めこみがちになります。春は、その溜めこんだものを排出しようと心身が動き出す時期です。

その排出を助けるのが独特の苦み成分を持つ春の山菜たち。

陰陽五行説では季節ごとに対応した臓器があり、そこを強化することが大切だと言われていますが、春については肝臓になります。

肝臓を労わり、強化してくれる食材（前出の山菜や貝類、酸味のあるフルーツ類など）を活用して体内から元気でいたいですね。

ということで、今月の元気が出るレシピは、春の山菜・たけのことあさり、トマトを使ったレシピをご案内します。

『あさりとたけのこの春尽くしトマトパツア』

※右のQRコードから株式会社カスミさんのホームページへ飛びます



<ドラマーやちをおすすめ音楽>

『春の歌』 スピッツ

風の匂いや気温、咲いている植物を見て季節を感じることはありますが、曲で季節を感じることもあります。

2005年発売のスピッツ『春の歌』は、ボーカルの草野さんの歌声とサビのスピード感が気持ちのいい春の風を感じさせてくれます。

この曲は、コカ・コーラ『アクエリアス』やロッテ『ガーナチョコレート』のCMに採用されています。

スピッツはCMはもちろん、さまざまなドラマや映画でも主題歌になっていますが、いつでもその歌声&メロディを聴くと軽やかに優しい気持ちになれる。

夫婦ともに大好きなバンドです。

※右のQRコードからスピッツのYouTubeへ飛びます



あやびき

この時期は日中と朝晩の寒暖差が大きい。花粉の飛来もあつし。イベントでも変化が起る時で心身がやりごたひです。そんな時こそ“あせりと排せして、ちよいと食べ、水を（こり）撮って、寝る”でいい。お次号でお会いしましょう

下のQRコードからバックナンバー（先月号）公開中！

