



みんなの教室

高い？自然食品 ③

～楽しい食卓を～

テーブルに上がるその食事の、3分の2が輸入物と言われたらどうですか？輸入といえば問題のポストハーベスト農薬ですね。

発ガン性がわかっていながら、アメリカから日本に輸出する時にだけ認められているのです。

それならば、ポストハーベスト農薬を使用するレモン等様々なものをアメリカから輸入するのをやめればいいのに…。

そうもいきません。貿易の自由化により日本がその様な体制に出たら、アメリカは日本の半導体や車の輸入規制をする！のです…。

皆さんが総理大臣だったらどうしますか？

【大豆の値段】

国産大豆 30Kg 16,000円

輸入大豆 30Kg 2,000円 (ポストハーベスト・遺伝子組換問題)

私達は、国産大豆を選びます。健康と環境はお金では買えないものだから！

年末の大そうじ作戦！安全なせっけんでなんでも出来ちゃう！
 お風呂、台所、床、カベ、レンジ周り、タンス、電化製品 etc. それぞれの合成洗剤、使ってますか？

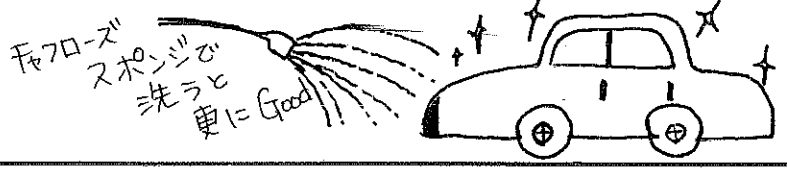
レースのカーテン まっ白！

ぬるま湯に洗濯用粉石けんを
 とかし、洗たく機でふつうに
 洗います。よごれがひどい時には、
 つけおきするか、または、
 2度洗いをおすすめ
 します。(酸素系漂白
 剤もOK！)
 柔軟剤の代りは「お酢」がgood

いろいろな場所で大活躍！

車の洗車にもOK

台所用液体洗剤(けんせん)で
 きれいになります。
 水あかは固型石けんアイゼン(純石けん分99%)
 でこするとおちますよ。ためしてみてください。

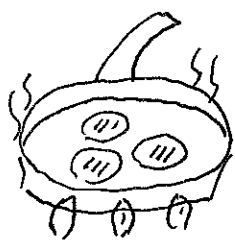


手にも安心
 環境はやさしい

これがおいしいのヨ!

ちょっと変わった Xmasケーキ じゃがいものホットケーキ

材料(4人前)
 じゃがいも 中(150g)4コ
 塩 少々
 片栗粉 手でにぎりず
 サラダ油



北海道のおやつ♡

簡単でおいしいおやつ。温かいウチのおいしい。

【作り方】

- ① じゃがいもを皮ごと蒸す。
- ② 皮をむき、ボールに入れてペースト状につぶす。
- ③ 塩少々入れ 片栗粉はひとにぎりずつ3回に分けて入れ そのつと良く練る。
- ④ 生地を棒状にして2cm幅に切る。
- ⑤ フライパンに多めの油をひき両面を焼く。
- ⑥ 皿に盛り 砂糖かケチャップをのせていただく
 (生地の保存は1週間大丈夫) 浦和知

♡奥様たちのおしゃべり♡

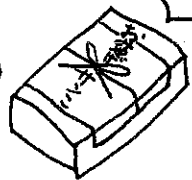
健康入浴のすすめ
 竹炭の巻



サンスマイル通信10月号で竹炭の脱臭効果が紹介されましたが、我が家ではお風呂で活用しています。浴槽に入れてお湯は塩素臭がきつく、お湯が肌をヒリヒリと痛い感じがしますが、竹炭ネットを入れ、お風呂に入れると、塩素臭もかなり、お湯がやわらかくなり、お肌はお湯の汚れがなくなり、お風呂をくじがとでも楽に利用した。お風呂の寒い季節には必須アイテムです。軽微で効果抜群!! 皆さんも一度おためして下さい。☺

(浦和、市川)

今月のおすすめ



心も体も健康になる
 ウインターギフト特集



『みかん 10Kg』 5775円(税込)送料300円
 5年間無農薬・新鮮・コクのある味!

『お米』 5Kg・10Kg ご希望の量を
 27年間自然農法・日本人の主食 安心・安全
 (しかも美味が一番!)

大自然からの贈り物
 ご安心してどうぞ

『オリジナルギフト』 お店の品々を楽しくラッピング!!
 <例> 「強い味方セット」 4,022円
 レトルトシリーズ・各種ルウセット
 「コーヒーセット」 2,814円 定番のコーヒーギフト
 「お正月セット」 5,271円 「朝食のおともセット」 1,575円
 (箱代・税込 送料別)

※その他にも色々詰め合わせ致します。

「おもちゃき大会」

12月 28・29日
 おもちつきがあります。
 杵つきのお餅は格別
 ご参加お待ちしております。
 場所: 本店
 詳しくはお問い合わせ下さい。



〈セミナー〉開催中

必ず役立つ生活・環境
 などについてのセミナーです。サ
 ンスマイル商品の展示・販売
 も致しております。お気軽にご
 利用下さい。

お申し込み 月 日()
 お問い合わせは こ・ち・ら

健康と環境を守る

サンスマイル



TEL. 0492-64-1903

埼玉県上福岡市西 1-13-12