



新年おめでとうございます。

お正月はいかがお過ごしになりましたか？楽しい一時に食は欠かせません。健康な体質、環境保全の為に安全で安心おいしい食に心掛けたいものです。今、私達のすぐ身の回りにある有害、発ガンなどの問題は「ポストハーベスト農薬」「遺伝子組換え」「農薬」「化学肥料」「除草剤」「添加物」「化粧品」「合成洗剤」。環境をみるとダイオキシンに代表される「環境ホルモン」「オゾン層」「温暖化」「酸性雨」「森林破壊」「大気汚染」「海洋、水汚染」「電磁波汚染」など。また「日本による途上国からの富の搾取」等等挙げればきりがありません。次号から一つ一つの汚染の状況と私達が出来る事をシリーズしていきたいと思えます。私達の身の回りにこれだけの汚染があり未来の子供たちに影響を及ぼしている事実を学び共に行動していきましょう。

(サンスマイル 店長 松浦 智紀)

写真：お米・お野菜の生産者佐々木さん宅へ消費者みんなで稲刈りツアー！ H10・10・10 宮城県古川市



環境保護活動家ヴァンダナ・シバさん 講演会に参加して



昨年12月4日虎の門ホールにて、ヴァンダナ・シバさんの講演会がありましたので行って参りました。インドにおいて、他国の企業が遺伝子組換え作物を試験栽培している、という内容で、こうした作物は深刻な環境、生態系への影響を伴うもので、欧州などで禁止や表示の義務づけの方向に定まっているが、日本においては流通の許可の法律がなく、安全性の確証がなければ輸入されており、消費者がモルモットのようである。幸い私は佐々木さんが丹精込めて作った自然のお米や野菜を毎日食べさせて頂いているが、案外知らずにいる人達が多くいることを思うと、一人で多くの方にこのことを伝え、安全で健康な作物を提供して下さる佐々木さんのように方が多く増え下さるよう願い行動したいからと強く思いました。(横浜市 田崎)

ヴァンダナ・シバさんのプロフィール

1952年インド生まれ
1978年科学哲学博得取得
1982年に科学・技術・自然資源研究財団を設立し、環境保全、食料安全、農民の運動を支援。常に草の根の女性の観点から様々な環境問題を分析している。1993年には「先づひびくアベリ賞」とも呼ばれる真に世界の民衆のために貢献している個人や運動の団体に贈られるラト・ナカリスド賞を受賞。

これがおいしいのヨバ

煮くずれないかぼちゃの煮つけ

〈材料〉 かぼちゃ 500g 梅干(大) 1
 だし 2カップ 砂糖(大) 2 みりん(大) 2
 和紙 塩(小) 1

〈作り方〉 ① かぼちゃは大きめに切り種を除去。
 ② 鍋にかぼちゃを一列に並べ
 だし2カップ+梅干+砂糖(大)2
 +みりん(大)2+塩(小)1を加え
 和紙でふたをして火にかける。
 煮立ったら弱火にし静かに10分ほど
 煮て火を止める。



浦和 日向

煮くずれないのは梅干のおかげです。

奥様たちのおしゃべり



環境と健康に良い物をといろろご紹介下さい
 ますサスマイルショップ。私達の生命の源である食
 全でおいしい食も愛を込めて作って下さいます佐
 々本さんや多くの生産者の方に感謝せずには
 ありません。この喜びを友達に話して今では
 私のグループができました。毎週土曜日どん
 野菜が来るの好物の山手が入っているお店
 とたいへん楽しみにしております。先日も「野菜のゆ
 で汁どうして作る」と聞きましたら「捨てます」との
 こと。「私は捨てずにお水を取って味噌汁やスープ
 に使ったりおん。そばをゆでる時に使っている
 と云ましたら「う、そうなのないですかね。これ
 からは私もそうします」との会話の中でいろいろ合
 づいて智慧をまじいお陰様で我が家は病氣
 知らず元気に生涯現役で働いています。

自営業 門脇とよ子 68歳

今月のおすすめ

サスマイル特選品!



- おもち にとうぞ
- きな粉 150g 280円
 - てんさい含密糖 500g 350円
 - しょう油 800ml 770円~
(濃口・淡口) びん 0.9L 980円~

てんさい含密糖って何?
 甜菜からとれるお砂糖で、特に冬場向。
 なぜなら、オリゴ糖が5%も含まれており、体をホカ
 ホカ暖める効果があるからです。勿論、無漂白。

~もちろんすべて安心・安全。人と地球にやさしい~

あまは〜しい みかん 熊本産

有機栽培。ワックスなしで
 このお値段!
 贈り物にも好評頂いています。
 10kg 5,500円(税抜)
 全国発送 プラス 300円



〈編集後記〉

記念すべきvol.1「サスマイル通信」いかがでした
 でしょうか? や、と念願の発行にこぎつけるこ
 とができ、ご協力頂いた皆様には感謝の念一杯
 です。毎月発行予定ですのでどうぞ期待!
 サスマイルマツウラ

お問い合わせ・お申し込みは こちら



健康と環境を守る

サスマイル



TEL.0492-64-1903

埼玉県上福岡市西 1-13-12