

サン・スマイル通信 no.63

SUN SMILE

NATURAL FOOD

サン・スマイル

【営業時間】 AM10:00~PM7:00

【定休日】 日曜日 ※祝祭日営業

【電話】 049-264-1903

【FAX】 020-4664-1917

〒356-0052 埼玉県ふじみ野市苗間1-15-27

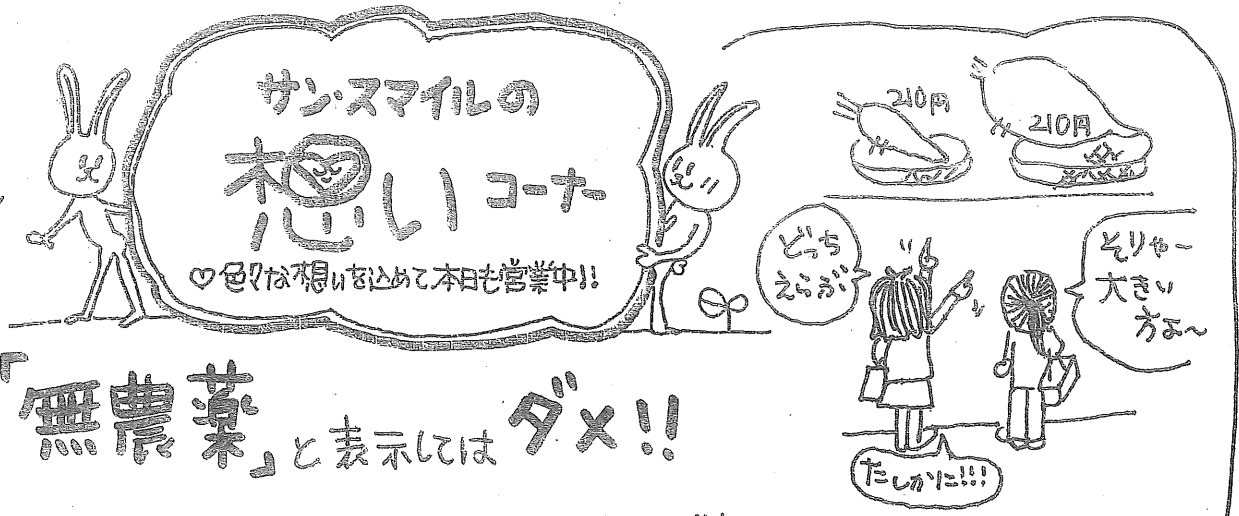
【H.P】 <http://www.sunsmile.org>

【e-mail】 info@sunsmile.org

自然食の店

お米・やさい・お豆・調味料・お弁当・パン・おかし
・本・せっけん・化粧品など約2000アイテム!

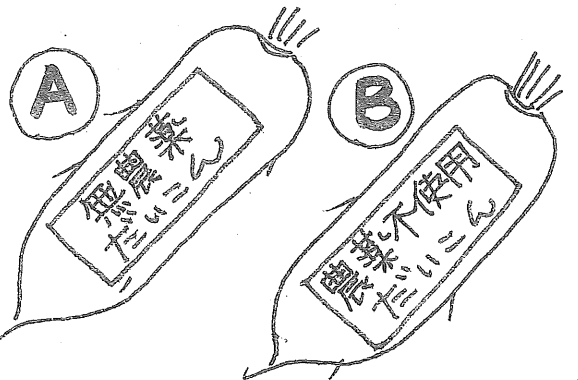




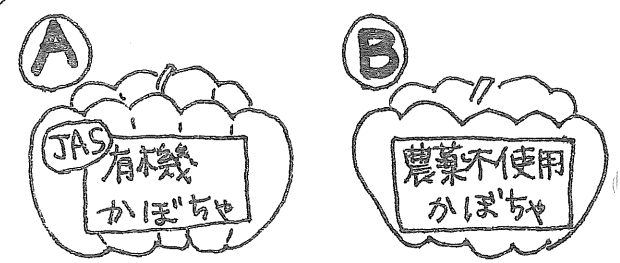
「無農薬」と表示には ダメ!!

さて、皆さま。下の 大根とかぼ'ちせ、それぞれ

AとB、どちらを購入しますか？よく見るとそれぞれラベルに書いてある 事が違います。うーん....



実は、大根のAに使われている 「無農薬」という表示は農林水産省 で2年前に禁止となった、いけなり 表示です。当店もそれ以降 「無農薬」と言う表示を止めて



さてさて、食品に付いているラベル だけでは分からない事もありますよね... サンスマイルでは face to face!! 笑顔でご質問にお答えしております! どうぞお気軽に何なりとお尋ね 下さいませ!!

ありがとうございます

Bの大根の様に表示しており ます。両方共全く農薬を使っ ていない事に変わりはないの ですが、皆さまはどちらの方 が分かり易いでしょうか? 次に かぼ'ちせです。 AとB、どちらを買われますか? 悩まれる方も多いのではない でしょうか。これについては 次号で解説致します!



2006/2/24

みそは寝て待て、2 百年桶 今回は少人数私募債を発行のお知らせです。



百年から百二十年は持つといわれている杉の木桶。 待つという心をあらわしている調味料の文化的・歴史的遺産です。日本で数 少ない桶師に頼んで、三トン半のみそが入る新しい桶を注文いたしました。完成まで約六ヶ月 はかかります。

この桶は今後百年先まで、弊社で「有機みそ」を作り続けます。 私募債を発行し皆様の浄財のお力で完成したいと思ひます。一口六万円、限定 50 口。来月より 募集開始予定。購入者のお名前、コメントを側板・底板に記載いたします。これは百年後この 桶が使えなくなって解体したときに、初めて読むことができます。 出資者の皆様の、百年先の日本の未来へ私たちのコメントをこの桶に残します。 なお、お利息参千円は日本では初めてだそうです、現金でなく物納の「有機みそ」です。償 還三年、利回り 5%です。ご支援下さい。

私は今回のことが、輝かしい日本の未来に向かって、より良い方向に変化し続けていく第一 歩につながれば味噌屋冥利に尽きるこの上ない幸せと思っております。

募集要綱をご一読いただき、なにとぞ心よりお力添えお願い申し上げます。 (詳細は HP をご覧下さい! <http://www.marukawamiso.com/>) (「マルカワみそ」で検索してもすぐに出てきます)

マルカワみその 有機甘酒 発売中!!

いっばいの味噌汁が日本の未来を変える (一) そーキロ作るのに、3㎡の米と大豆を栽培する農地が必要。 通常そこには 192g の農薬・化学肥料・除草剤が使われている。(自社調べ) 農地に蒔かれたこれらのものは、大豆や米の作物に吸収され、人間の口に、そ して除草剤、それにはダイオキシンというサリンの百倍の毒性が含まれている そうだが、プールみたいに水を田んぼに張ってまき、田植え直前には水を捨てる。 そして川から海に流れ、食物連鎖で濃縮され、再び人間の口に入ってくる。 この悪循環をやめない限り、日本の輝かしい未来は、残念ながら想像できにくい... 農水省の資料によれば、日本で約 3,000 トンの有機みそが生産されている。 これは東京ドーム約 200 個分の土地に 600 トンの、これらのものが使用されなくなった計算に なる。

大きなことは出来ない、！しかし小さなことならできる。 私は味噌屋なので味噌を作ることしかできないが、 (この度は、原稿が 4 枚に渡っていただけましたので、紙面の関係上大きく割愛させていただきました。私債権の詳細は マルカワみその HP をご覧下さい)

宮城県古川市より 農業家 佐々木昭吉

農薬不使用 自然農法 33年のプロ!!

自然農法家 我們的 **しょうきつおん** 便り

昨年 11 月上旬に今酒造作業に入り、すでに四ヶ月目に入り、仕込み作業は終わり、今は (2/21) 仕込んだモロミの手入れや絞り、製成、出荷とかなりハードな仕事が続いています。経費削減のおり、ギリギリの人数と業務の完全分担制をしいて醸造作業をしている関係、少しの体調不良では休むことはできません。蔵人の中にはインフルエンザにかかり肩で呼吸しながらも、勤め続けた人もいます。

いつだったか、記したことがあります、刑務所と同じで蔵人は「皆造」(かいぞう) という、総ての作業が終わるまで、責任はついてまはり、休むことは出来ません。つまり刑期満了してはじめて「出所」できる囚人みたいなものです。模範囚であれば、刑期の短縮もあるのだけでも酒造の場合はそのようにはいきません。ちなみに、皆様に愛飲いただいている※「松橋」2/21 現在日本酒度 3.7、酸 1.1、アミノ酸 0.7、アルコール 6.2%と完成まであと半月くらいかけ、ふくらみと、きれいさを併せもつ酒をイメージして醸造したいと思っています。

私は醸造作業に入ると毎年ながら体調不良に陥ります。食生活が変わると、責任から来るプレッシャーで極端に食欲がなくなり苦しいです。



杜氏のお仕事
おつかれ様でした
1佐々木さんへ



松橋に会えたのも、佐々木さんのおかげです!!

今後は冬場でも妻と共に時間にゆとりをもち、趣味の読書をしながら楽しい農業をしたいと思っています。

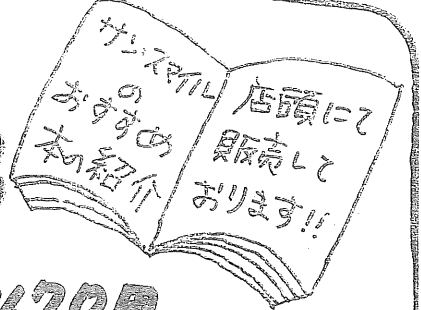
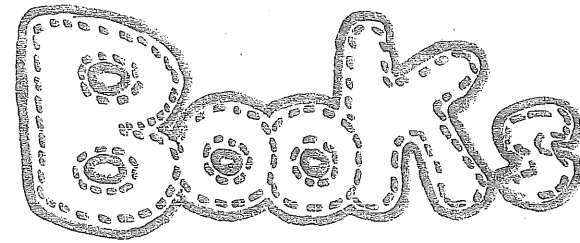
今冬はことのほか寒く、雪の多いのには驚きました。今でも畑には 1m くらいの積雪です。けどもうすぐ春がきます。冬きびしければ、陽光のありがたさが分かります。自然界の恵みに感謝し、本年も頑張ります。ありがとうございます。

醸造作業というのは昔から「杜氏」(とうじ) が一族郎党をひきつれて、冬場の出稼ぎの場であり、勝手きままは絶対に許されません。「同じ釜のメシを食った仲」といっても全体の秩序を乱す行為は厳禁で、その場合仕事を辞めることを意味します。

あと一ヶ月ほどで今、酒造は終わります。気をひきしめ、有終の美を飾りたいと思います。それというのも最近、叱るにつけ、迫力、気力に欠けてきたように思え、この状態では会社に迷惑をかけてしまうので引退と決断しました。

※ 「松橋」佐々木さんがサン・スマイルの為に作ってくれているオリジナルのお酒です!

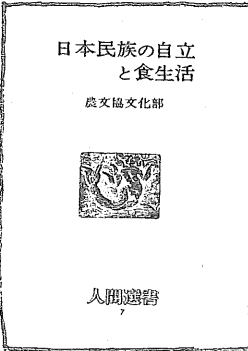
～お米、お野菜生産者 佐々木昭吉 宮城県古川市
農業・無化学肥料・動物性肥料不使用 自然農法家 33 年～



『私の保存食』 1,470円



この本は、七喜田が、一家の主婦として四十年に渡り、家族の為に作っておりました保存食の作り方をまとめたものご紹介します。(作者談) イチゴジャム、イチゴシロップ、ザカリス、夏みかんスカッシュ、梅干、なすの砂利漬、魚の酢漬、イカの塩辛、みそ、イワシのくだけ、ニンニクみそ漬……季節ごとに又、体調からかまえたおすすめピンなども紹介しております



『日本民族の自立と食生活』 1,050円

敗戦後、あれよあれよと欧米化。日本の文化も伝統も、食文化もあさり捨て、日本の良い部分がどんどん隠れていった……。あなたは日本の素晴らしさを知ってますか?! これを読めど「日本、てすごいかも〜」と見直さす!! (注) とくべつな右派では無いです。え、ひ。



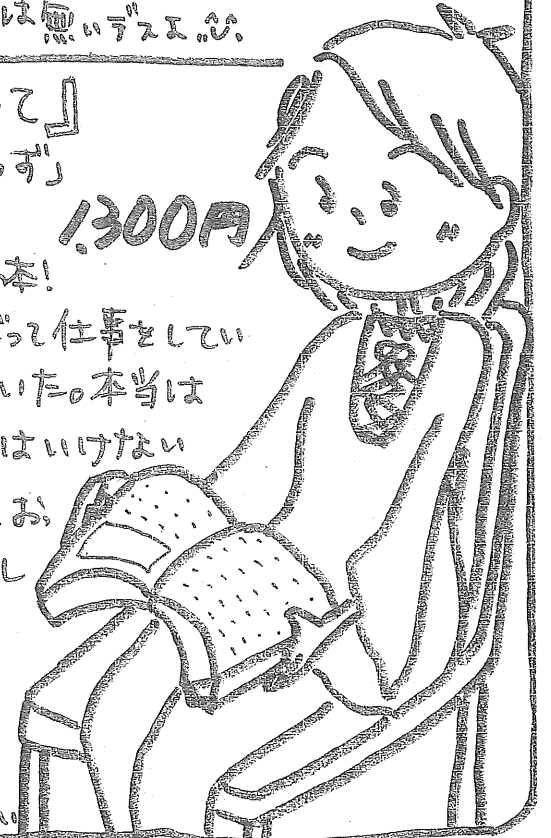
『自然にかえる子育て』
医者から学ぶ「医者いらず」

1,300円
今も現役の真弓定夫先生の本!
「私は、子どもの目まで下がって仕事をしてきたけれど、それはまちがっていた。本当は子どもの目まで上らなくてはいけない

と気が付いた。子どもの機能は素晴らしい!」とおっしゃる先生が、子育てノウハウをわかり易く表現したおすすめ本!!

真弓定夫先生
相談会
(毎月1回)

次回は 3/9(木)、4/13(木)
東京芸術劇場 2F
要ご予約!! 詳しくはお問合わせ




その年の北海道は暑いなのなのといったら、連日 30 度以上は当たり前、最高気温が 38 度の日もありました。あまりの暑さに「おいおい、内地（本州）より暑いやなか」と思わず叫びたくなりました。丁度畑の近くにモイワ・スポーツワールドというラグビー場があり、内地から暑さを避けて、社会人、大学のラグビー部が合宿に来てましたが、お気の毒様でした。多分北海道へ来たのを後悔したに違いありません。それ程暑かったのです。その傾向は作物の芽が出始める前から始まってました。雨も非常に少なく、連日スプリンクラーで水をまいてましたが焼け石に水で土はカチカチに固まりひび割れするようになりました。そんな状態だから人参は通常の状態でも発芽するのが難しいそうですが、なおさらになかなか芽が出てきませんでした。草を抜こうにも土がガチガチでスポッととは抜けず、鎌で土ごと削り取るのですが、鎌でさえも土が固くてなかなか削れない。それほど固くなっていたのですがそんな中でも人参はちゃんと芽を出してくれました。5mmにも満たないひよろひよろのそれこそちょっと力を入れればちぎれそうな芽があつた固い土を突き破って出てきたのです。感動しました。本当に感動しました。なんという生命力でしょう。ものすごい命の誕生です。その時、初めて食べる時に何気なく言っている「いただきます」という意味を本当に実感しました。まさに命を頂いているのですね。今、想うと暑くて干ばつだったからそのような体験ができたのであり暑さ干ばつさん感謝感謝です。そういうすごく生命力あるものから「気」をいただいていたのですから元気でピンピンとして疲れを知らなかったのでしょうか。私は野菜を販売する立場として、この野菜はどの栄養素を多く含んでいるとか、どの栄養素がどういった働きをするとかある程度は知っておかなければなりません。そもそも栄養学とは何でしょうか？ ビタミン・炭水化物・蛋白・アミノ酸・グリコーゲン・脂肪その他の栄養素を分析し、この野菜にはこの栄養素を多く含んでいるからこれを食べたほうがいいのか、バランスよく摂るためには一日に何品目を食べた方がよいなどの話をよく聞きますが、それは学理のみに偏っていて全く人体の素晴らしい力、食べ物自体が持っている根源的な力を気づかないか或いは顧みていないのではないのでしょうか。人体の本来的な体内機能の力を持ってすれば、いちいち栄養素がどうのこうだ、一日に何品目を食べなければなどとそんなことは全く気にしなくても充分健康的に生活できるのです。どうやら人体は例えば全然ビタミンの無い食物からでも必要なだけは必ず造り出す能力があるようです。勿論他の栄養素でも然りです。カナダの先住民族であるイヌイットはアザラシの生肉を主食に野菜を摂らないのに、頑強な体を保ってました。（しかし最近では食の欧米化で成人病が増えているそうです）また、満州（中国の東北地方の旧称）当時の苦力（クーリー：植民地開発に酷使された東洋人労働者）の健康は世界一とされて西洋の学者で研究している人もあったそうですが、なんと彼らの食物は大きな高粱パンを一食に一個、一日三個だったといひます。現代の栄養学から見たら何と云うのでしょうか。彼らに今の栄養学を聞かせたら何と云うのでしょうか。多分「なんちかんちいいんな。そげないっちゃん気にしちよらんけん。第一俺達をみちゃんない粗食の俺達の方がくさよっぽど健康じゃ。栄養素云々ちゆうてくさ、そげなんにふりまわされてくさ、頭でっかちになっちよるあん達の方が却って不健康やろが」とでも云うのでしょうか。それから現代はサプリメントを摂る人が大変多いそうですが、これも不思議な話ですね。何が不思議と言いますと、ちょうど時間になりましたので続きは又明日！！

かいものかんこ

おすすめ商品の紹介です

丹波 ハッピー農園の
雑穀(3種)
農薬不使用!!
無肥料栽培!!



お肉
みたく!!
主原料は小麦と大豆タンパク質のみです!
ノンコレステロール!
肉じゃが、から揚げ、ハンバーグ
お肉の代りに使えてヘルシーと経済的!

黒米、あか米、虫いり米
あつた 3分糖
無かた
もちりと、きれいな色
に炊き上げる! おいしく
栄養補給!! お米に
1割程度まででネ
各200g **462円** **1L 1,155円!!**

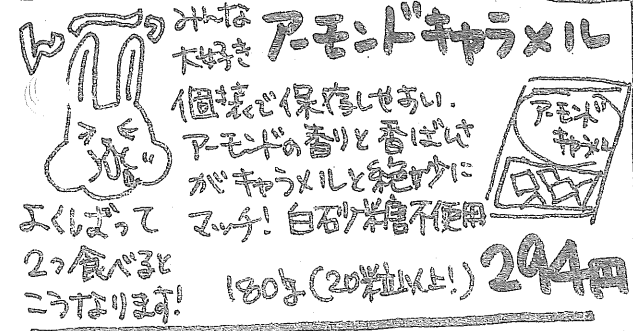
リンゴジュース
日本産
たった1件!
無肥料
農薬不使用
りんご100%
ストレートジュース!
ご贈答、お見舞いにも




グルテンミート缶
(ブロックタイプ) 220g
262円
グルテンバーガー缶
(焼肉タイプ) 215g
262円

花米分症
巻あるニガリの中ぞもこれ!


アモンドキャラメル
個袋で保存しやすく、
アモンドの香りと香ばしい
がキャラメルと絶妙に
よくばって
2つ食べると
こうなります!
180g (20粒以上!) **294円**



「いのち
生命の源」
お料理、飲物に1~2滴!
体質改善のお手伝い!
毎年喜びの声多数!!
日課にはよう!!
30cc **3,675円**



善光園
深心し有機栽培
極上
茶
普通のお茶より時間を
かけて蒸しうまみを引き
出した渋味少なくコク
があるお茶です!!
100g **1,575円**



お買収金額
1万円以上 → **無料!!**
5000円以上 → **300円**
" 未満 → **600円**
※上記は、本州への発送代金です。
その他の地方はお尋ね下さいませ。

欧米（おうべい）！ 欧州（ヨーロッパ）、米（アメリカ）をあわせた「西洋」といった意味で使いますが、日本では・・・欧米（西洋）化が今もって進んでいます。（もっと言うとアメリカ化とでもいいでしょうか）

さかのぼる事・・・明治維新です。徳川幕府が締結した不平等条約を一刻も早く解消するためもあり、日本は立法国家の建設、欧米化に進みます。衣類、食、住まいから、思想までもです。しかし、依存心の増強や武士道の切捨てなど危惧した人もいました。しかし昭和の敗戦後、それは一気に進みます。農業・食の方面では「栄養改善法」「学校給食法」「農業基本法」で牛乳、肉類、砂糖、果物、パン食など日本人が今まであまり口にできなかったものが国家プロジェクトとして推奨されるようになります。その陰にあったのが、アメリカの通称「余剰農産物処理法」です。膨大にあまった小麦をどう処理するか・・・日本の食を変えて牛のえさとして小麦大豆を、人にはパン食牛乳を・・・それに呼応して日本の農業基本法で畜産三倍果樹二倍といわれたように日本の国策として急速にアメリカ依存の食輸入体制が出来上がります。そして食が欧米化されていきます。栄養学者、医師、国が一体となり行うことですからほとんどの人が疑わなかったのでしょう。

多くの書籍のもありますし、私も思いますが、食のみならず、敗戦後日本をどのような国にするか考えた人たちは、日本人の日本という国の「自立」をそぐことを中心に考えられたと思うと、すべて納得がいきます。二度と戦争できないように？戦勝国が日本を植民地にできないから属国的にするために？

知らないうちに誰かに、国に、社会に企業に責任転嫁し、自己完結できない日本人。考えてみれば多くのことに誰でも思い当たるはずです。私も含めてこのような社会に生まれ育ち、知らず知らずに洗脳されているのですから。

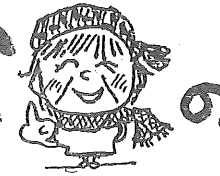
国際化国際化といいますが、私の目にはアメリカ化しているとは見えませんし、個性や個人の時代といっても、ただのわがままで、その意味を履き違えている人も多いように見受けられるし、個性といいながら衣類のファッションにしても企業に与えられたものを選び着ているだけだし、悪いとは言いませんが、個性って何だろう？と思いませんか？

日本は素晴らしい国だと思うのに、他国に比べて日本人ほど自国に自信を持ち、感謝して、よき伝統や文化文明を尊重していない国はないようにも思えます。お隣の韓国にしても、欧米化の波はありますが、自国の食文化を含めたよき伝統は残しているように見えます。

欧米化によるいい点、悪い点あります。いい点は物質的に恵まれてきたことでしょう。それによって問題化されてきたことは、犯罪の欧米化（凶悪化、低年齢化など）、病気の欧米化（生活習慣病、アレルギー、癌、低血糖症など）、流通の欧米化（選択的規模拡大、極度の規格化）など・・・人命や安心立命を求めるよりも、経済（お金）を極端に求めていく社会の構築こそが一番大きな問題だと思います。

今の社会を作ってきたのは私達一人一人です。私達一人一人に責任があるとともに、よりよい社会づくりに向かって、わがまま主義（「個人」）から本当の「個性」の時代への転換することで、未来の子供達に素敵な社会を残していきましょうよ！

のんばのお料理





簡単が毛虫

のんばは、サン・スマイルに来るピザ屋のお姉さんだよ!! 自称くいしん坊だから美味いものへの探究心が旺盛!! 今回も楽しく簡単レシピを教えますよ!

そばいなり

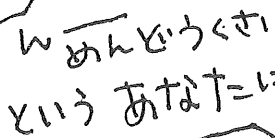


材料：油揚げ、干切糸しょうが、日本そば、そばうゆ、他

- ①油揚げをいなり寿司の味付けで煮る。冷めたら袋を開いておく
- ②そばをゆでて、冷水にひき、水を切る
- ③そばに少しのめんつゆをかけてガリに取り、細切りの糸しょうがを混ぜる（私はたじろり入れるのが好き!!）
- ④ぐらぐらちまき  1P-1Pのちまきに、適当な量のそばをぐらぐらと巻く!
- ⑤これを油揚げに入れてハイッ! 出来上り! 
♡大人はワザビをちまき付けようまます!

いなりの油揚げ


- ポイント 多目のお湯に入れ、さっと油抜きしましょ!
- ポイント 袋状にする時は、冷めたらネ! きつとニのレシピの中で一番の山場! の作業です! 難しいのでゆくりあわてず! コツ? そうね... うーん... ニヤニヤは、失敗をおかすぞう!!
- ポイント 油揚げに味付けする時は (しょうゆ、みりん、さとう) 落としがたをして、全体にムらなく味がしみるようにネ!

めんどうくさいいなりのあなたにこそ! 


当店で販売中~ ちらし寿司の素は 472円!!

味付いなり

いなり寿司は勿論 きょうとんそば 五目ごはん、煮物にもどうぞ! 調味料は仕上げておきますよ~.

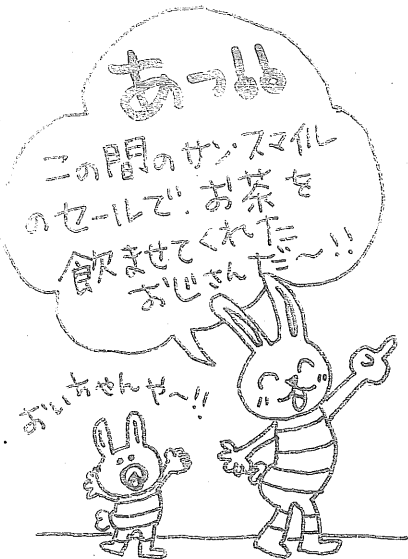


6枚入 310円

石炭焼 **ピザcar** 

毎週金曜 (遅いお休みもごめい...)

にのんばのピザをお昼頃~販売中です! 素材にこだわったピザが1枚1050円!! 旨いよ~



あつお
この間のサン・スマイルのセールで、お茶を飲ませてくれたおじさん!!
おいおせんぼん!!

当店おすすめ農法

「無肥料(無施肥)」が少しずつメディアにも取り上げられる様になってきました! 増田さん「うーん、いい〜!!」

善光園のお茶

- ・彩番(深煎) 70g 1260円
- ・やがきた 100g 340円
- ・番茶 100g 315円 などなど

当店のおいしいお茶はニ善光園の増田さんから届いています
新聞に 出ました〜の



農薬や化学肥料を使わない茶の栽培に取り組み増田さん(静岡県島田市)

無施肥で茶栽培

クリーンさをアピール

静岡の増田さん

1・8畝で茶を栽培する静岡県島田市の農家・増田善光さん(46)は、茶を無施肥で栽培している。量はまだまだ少ないが、2004年に、7年ほど放棄されていた茶園約

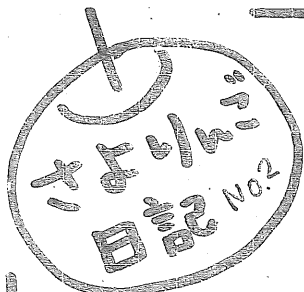
10畝を借り、茶樹の剪定(せんでい)や草取りをした。剪定枝や草は、土の上に乗せて養分にする。

年ほどさらに10畝を無施肥栽培に切り替えた。秋冬番茶の収穫も考えている。増田さんは「放棄茶園とは土質が異なる。どんなお茶ができるのか試したい」と話し、出来具合を期待。消費者にはクリーンなお茶をアピールする考えだ。

05年は2月下旬に剪定。5月初めに一番茶を生葉で110g収穫した。「樹高3mほどあったのを刈り込んだので芽が少なかった」と増田さん。病害虫が出ることも多いため、「二番茶(ふたば)でなければ収穫する程度」。秋冬番茶は収穫しなかった。

無施肥のお茶は色がきれいで、慣行栽培の茶よりもあまじい味だ。

2006年(平成18年)2月3日(金曜日)



こんにちはー。少しづつ春めいて来ましたね。お店の10ンジちゃんも少しづつ咲きはじめました。冬が苦々な茶々(お冬茶葉ごめんなさい)は、日に日にホウカイロが1枚2枚...1まがいて、ホウカイロにおさらば。毎日入ってくるお野菜も少しづつ変化しはじめました。イタダ木々のじゅがいき人參もそろそろお休みの♪また会う日まで〜♪ 自然てすごいなあ。ちんちんと体に必要がない時夏には、お茶葉がなくなると、ちんちんと必要な時に合わせて作物が誕生するなんて! スゴイ スゴイ。今日は、何の野菜が届くか?!

ルン ルン まつたー

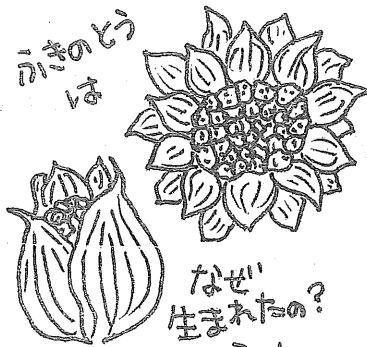
ありがとうございますー。ムリ-のフジイでございませう。どうもどうも、



おたくし 営業マンの一人です

営業マンひとりごととコト

寒さ暑さも彼岸まで 三寒四温の今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。私、会社の仕事で東北地方によく出かけます。先週も、岩手 秋田 青森とお店を回ってきました。春はまだまだ遠いとのこと、「ふきのとう」は 三月末になりそうです。さて この「ふきのとう」を、東北でも山奥に出かけ、まだ雪のあるなかをかきわけ、採りにいかれる店主さんがおられます。昨年 頂きまして、天ぷらにしてお酒のお友達として、それはそれは なんともいいようなない春の味覚・香りを 楽しませていただきました。でもでも ふと考え込んでしまいました。「ふきのとう」は、私に食べられるために、雪の中をかきわけ出て来た! 訳でないのをごさいますて、うーん、うーん。いまさら といえはいまさらですが。もともと人は、生き物しか食べられません。うーん、うーん まあなんといいましようか、感謝して頂かねば。食べられるために生まれてくる生き物はないし、そのうえ身を切られ 引き裂かれ あげくのは焼かれるなんて...。先日 新聞記事に、アメリカの原住民の方のお話として、大自然からの利子を少し頂いて、生きていくというようなことが、載ってました。食べ物は作るものではなく、与えられるもののような気がします。人がおいしくたべれるように、肥料をあたえたり、そだてたり、また 添加物を使用して色などをつけるなど、食べ物にたいして、失礼千万なことにおもえてなりません。とはいえ、行動となりますと、いたって普通にしている私は、うーんうーん、まあ いいかげんなんですね。



ふきのとうは

なぜ生まれたの? うーん...

ムリ-の藤井さん

サン・スマイルのメイン取引先、ムリ- (株)のみんな大好きな営業マン! 腰がひくく、もの知り。実は根情の現役マラソンランナー!!



さんさん 店長さん

店長 松浦 智紀 うさぎ好き

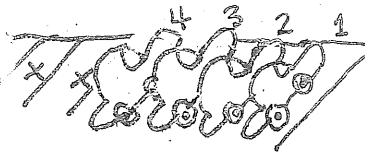
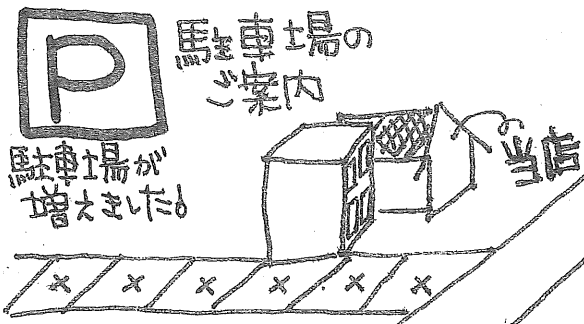
先日北海道のお豆の生産者の所に、今年の作付けの話にそして、農業試験場初め関係機関にお豆の勉強に行っていました。とても穰りある旅でした。サン・スマイルでは卸を含めて農薬不使用そして肥料不使用を含めたお豆の流通量は年間数十トン、今年度さらに増える見込みで農薬も肥料も使わない大地が増える(作付面積が増えるので!)と嬉しさをおぼえるとともに、皆様に喜んでいただけるように

しっかりとしていなくては! という気の引き締まる思いをしてまいりました。出張中に訪れたある機関(2件)で、お豆の選別や、保管状況など勉強させていただきましたが、驚きました。何に驚いたかという、保管してあったお豆。その量約2万トン...その量を目の当たりにしたとき、自分の非力さを感じずにおられません。この2万トンを生産する大地に一回でも肥料や農薬の散布量が減ればどれだけの大地が保全されるだろう...しかし私の力及ばない...そんな想いです。農業試験場はじめ、多くの学者さんも肥料による地下水の汚染など改善が急務!といます。しかし現場レベルの現状は...生産地(生産者)と私達消費者の感覚の違い、繋がりの少なさを感じます...サン・スマイルは本当に小さな店ですが、そんな思いを大切にコツコツとやっ

たまごパックで
FRESH EGGS
58円
たまごパック
再利用します!!

注) よごれたり、つぶれてしまったものは、ご遠慮下さいませ

加藤さん他 柑橘類
続入荷中
伊豆柑
本がし他
たんかん
ポンかん



くんくん工房	10月	木
くろくせぎ	10月	月・木
玄米おにぎり	火・木・土	
やさしい	毎日	
五徳門豆腐	火・金	
三之助豆腐	月	
無肥料納豆	月・火・水	
たまご	不定期です	

川口信用金庫
JOMO
Pは4台分ございます!!
駐車中はエンジンを止め
て下さいね。
「エンジンを、止めてみんながエコロジー」

〔編集後記〕
この通信は、産後1年半も休んでました。お子を見守り園へ預けるようにしてから復活しました。こうして久々に書き続けています。色々な声が集まり、とても貴重なお話やご意見など、ありがとうございます。皆様の空いた時間のお供になれば幸いです。お目下、100号を目指しネタ探し奮闘中〜!!
エキコ

