

～ インターネットからもお気軽にご注文出来ます ～

- ①当園ホームページ <http://www.sirakaba.co.jp/> (代金引換・カード決済・分割発送など柔軟な対応が出来ます)
- ②ヤフーショッピング(パソコン・携帯)『しらかば農園』で検索! (代金引換・クレジットカード決済・ヤフーポイント利用可)



『乾燥大根葉作り』

続きました。野菜スープ製造工場の広い敷地には大きな雪山ができて、排雪場所に困りました。何をすることもまず除雪から…雪国の暮らしは体力、気力、忍耐力を要する「雪」との戦いです。雪解けはまだ先ですが、春の訪れを心待ちにしています。

当園での冬期間の大切な仕事は、「乾燥大根葉の仕上げ」と「工場設備のメンテナンス作業」があります。昨年収穫した大根の葉を十分に乾燥させて、野菜スープの原材料に欠かせない「乾燥大根葉」1年分を冬期間に作ります。地元大湯温泉の温泉を利用した床暖房室でじっくりと時間を掛けて、大根の葉1枚当り約1gになるまでカラカラに仕上げ乾燥させ、長期間保存出来るようにします。野菜スープの綺麗な黄金色は、黄金色に乾燥した「大根葉」からにじみ出た天然の色です。昨年の秋大根は天候不順の影響で収穫量が少なかったため、いつも以上に丁寧に乾燥大根葉づくりを行っています。また、工場設備のメンテナンスは、数日間製造ラインを止めての作業になりますが、農作業の繁忙期では出来ない遠心分離機等の複雑な機械類を分解・掃除、点検・調整し、皆様に美味しく「野菜スープ」「玄米茶」をお飲み頂けるようメンテナンスをしております。

しらかば農園のある秋田県鹿角市では、同市の積雪深の観測史上最高を更新(2月19日現在累計降雪量 625 cm)、戦後最大級の大雪と言われてます。朝と帰宅後の除雪、週末は屋根の雪下ろしと除雪に追われる日々が



床暖房室で乾燥中の大根葉

冬の「サプリメントキャンペーン」実施中!

「うがい・手洗い・マスク着用」は外部からのウイルス防止加齢と弱くなる免疫力を維持・高め、抵抗力を強くしましょう!

大分暖かくなってきましたが、3月は風邪・インフルエンザ・感染症胃腸炎等のピーク期間でまだ気を抜けません。貴方に合ったサプリメントと野菜スープで積極的な病気予防・健康づくりをしてみませんか! お得なキャンペーン中です。



詳細は箱中に入れているキャンペーンチラシをご覧ください。

健康コラム「寒暖差アレルギー」

3月に入ると地域によっては最高気温が25度を超える日があったり、突然次の日には気温が低くなったり、全国各地で気温の乱高下がここ数年顕著に表れています。季節の変わり目は気温の落差が大きく体調を崩したり、風邪を引いてしまう方が多いのですが、最近では「寒暖差アレルギー」という言葉をよく聞くようになりました。

寒暖差アレルギーは、春や秋に大きな温度差によって、咳、くしゃみ、鼻づまりなどのアレルギー症状を引き起こします。また、食欲不振、睡眠障害、疲れやすい、イライラするなど自律神経に影響を及ぼす症状が出ます。体の温度管理を行う「自律神経」が対応できる温度差は7度と言われ、その温度を超えると自律神経が適応出来ず、鼻の粘膜の血管が広がり、粘膜がむくみ、鼻づまりなどのアレルギー症状を引き起こすようです。厳密に言えば、花粉症などと違いアレルギーを引き起こす物質は存在しなく、原因は自律神経の乱れによるものが大きいと言われています。

花粉症と症状が似ていますが、花粉症のように目が充血せず、鼻水も無色透明なのが特徴です。発熱もないようです。また、男性に比べると筋肉量が少なく、体内で熱を作るのが苦手な成人女性になりやすいと言われています。



「寒暖差アレルギーの予防」～ 温度差のない生活を心掛ける ～

- ・寒暖の差を感じたら、こまめに着たり脱いだりして、極端な温度変化を体と与えない。
- ・マスクをして、鼻の粘膜を温めつつ、潤す。
- ・自律神経を調整するために温めのお風呂に入り、リラックス
- ・にんにくや生姜でスパイスを使った食事で血行を良くする
- ・バランスの良い食事を心掛ける。ビタミンC,B群摂取、玄米食
- ・週3回の運動(夕食後のウォーキングが理想的な運動)

好評発売中の季節商品

放射線量測定検査済安全です

①生クイモ 「生食用」での出荷は 3月で終了予定です。

食物繊維が豊富で、糖と脂肪の吸収を抑えるイヌリンを多く含む低カロリー、ダイエット食品です。中性脂肪、血糖値が気になる方、便秘気味の方など、健康を気遣う方にお勧めです。シャキシャキとした食感と歯応えの生食・生サラダ、肉ジャガキンピラ、天ぷら、お味噌汁の具材など、ジャガイモ同様に普段の食卓に手軽に振り入れる事が出来ます。

3kg…2,111円 6kg…3,448円 (税込・送料込)

※発送はクイモの乾燥を防ぎ、品質維持に良い「土つき」でお送りします。すぐに調理したい方は洗浄済出荷も出来ますので、ご注文の際にお知らせ下さい。(+200円)

②クイモらっきょう酢漬け 清け物感覚で毎日お手軽に

毎日の食卓にクイモをお手軽にお召し上がり頂けます。

300g×3パック…2,100円(税込・送料込)

③菊芋チップス 菊芋の風味と栄養をギュッと濃縮

皮ごとスライスし乾燥させ、菊芋本来のほんのり甘い味が楽しめます。そのままおやつ代わりに、お湯を注いでクイモ茶、お味噌汁、煮物等の具材に簡単便利! <厚切、薄切を選べます>

乾燥100g(1袋)…800円(税込・送料別)

<1～5個迄の注文は+送料550円。野菜スープ同時購入時は送料無料>

④謹製 しらかば大根「冬づくりセット」残りわずか!

無農薬・有機栽培の自慢のしらかば大根を、雪国ならではの伝統保存食にした冬季限定商品です。

秋田の郷土料理には欠かせない寒干し大根は、お味噌汁の具材肉や魚介類との煮込み料理、すき焼きなどに利用します。



●商品A「謹製 冬づくりセット」

- ・寒干し大根(大根3～4本分)
- ・切り干し大根(50g×2P)
- ・たくあん1本漬(2本)
- ・乾燥大根葉 40g

【価格】1,700円(税込・送料別)

●商品B「あきたこまちセット」(商品A+あきたこまち6kg)

お得【価格】4,700円(税込・送料別)

※①～④は限定商品になりますので、必ずお電話でご注文下さい。お支払いは代金引換のみです。(別途代引手数料324円加算) ※沖縄への発送は+800円になります。