

☆☆ お客様からの「お便り」ご紹介コーナー！ ☆☆☆



ホームページにて、しらかば通信、農場日記等を随時更新中です。ぜひご覧下さい！
<http://www.sirakaba.co.jp/>

毎年好評の『採れたて野菜プレゼント』では、今年も多数のご応募を戴きました。誠にありがとうございます。今年も多数の感謝のお言葉や、応援メッセージをいただき、社員全員の大きな励みとなりました！これからも丹精込めたいと思

「私が健康の為に毎日している事」

東京都 A・N 様

毎朝の食事にたっぷりの野菜を摂ります。3色以上のいろいろな野菜を使い、炒めたり、茹でたり、生で和えたりと調理法を変えます。野菜スープでは、味噌汁を作ったり、煮物を作ったりします。とにかく、朝ごはんは一日の必要量くらいの野菜を食べる勢いで用意するように心掛けております。

愛知県 J・K 様

- 一、朝起きて今日も無事であることに感謝する
- 一、腹八分目、少食を守る
- 一、朝食をとらない
- 一、玄米、雑穀、菜食を中心
- 一、合成着色料、保存料等、食品添加物の混入された食品は、極力避ける
- 一、移動は極力歩く
- 一、野菜スープの具沢山の味噌汁

神奈川県 N・S 様

朝、食事前に必ずストレッチ体操をします。両手を並行に高く伸ばして血液の流れを身体の隅々まで感じます。10回繰り返して、身体が暖かくなった頃に野菜スープをコップで2杯飲みます。これが私の毎日の習慣になっています。お陰様で明るく元気なテニスを楽しんでます。

秋田県 T・T 様

お陰様で野菜スープを愛飲し、健康に過ごしています。70歳を

越え、やはり健康の為に「毎日歩く事」。幸い私の近くには神社仏閣が6寺ありますので拝みながら、自分のペースで40〜60分歩いております。これからも野菜スープと散歩で元気な生活を過ごしていきたいです。

神奈川県 T・H 様

- 一、毎日欠かさずに野菜スープを食後に飲む
- 二、毎日七千歩は少なくとも歩くようにしている。
- 三、簡単な自分で作った体操を毎朝している。

東京都 M・T 様

野菜スープは毎日料理にスムージーに甘酒、めんつゆの希釈、水分代わりにと活躍しております。継続は力なり。日々コーラス、カラオケ、俳句、絵手紙と充実の生活しております。又、発酵食品に興味、塩こうじ、甘酒などの手作りが楽しみ、気功体操で血行が良くなるようにと出来るだけ続けております。

(編) お便りを拝見しますと、7割以上の方は、体操やウォーキング等を日課にしています。野菜を中心とした食事、食事の内容や質にも気遣っています。健康は、「食事と運動」の両輪によって成り立っているのだと思います。また、趣味でも運動でも心から楽しんでる事が「若さと健康」を保つ秘訣だと感じます。人生を楽しむには健康が何よりです。継続するのは大変な事ですが、楽しみながら取り組んでゆきたいものです。

「当選者のお礼状」紹介

神奈川県 T・H 様

今回はお野菜をいただき、ありがとうございます。それぞれの野菜の匂いがしていて、柔らかくとても新鮮です。味も香りも良く、こちらでは味わう事の出来ない美味しさでした。あのような野菜で、野菜スープが作られているのかと思うと本当に安心して飲む事が出来ます。これからも野菜スープを続けて飲んで体を大切にしたいと思えます。

兵庫県 K・M 様

この度は新鮮な沢山のお野菜ありがとうございました。田舎の母が元気な時は色々な自慢の野菜を送ってくれていて、懐かしい思い出でした。大きな大根は早速おでん、切り漬けに、辛み大根はお蕎麦で、南瓜はサラダ、牛蒡は人参とかき揚げなど、まだまだ利用させていただきます。明日は主人の誕生日、六ヶ月健診の結果も出る日です。異常なしと信じて頂いた新米でお祝いしようと思っております。野菜高騰の折、本当にありがとうございます。

東京都 K・I 様

この野菜高騰の折、沢山の野菜を頂き、とつても助かりました。大根の葉はすぐに切り落とし、ぬかみそに漬けて美味しく戴きました。辛みのある大根をからみ餅として使ったらいつもの味とは違った風味でとても美

味でした。この大根、人参、牛蒡から野菜スープが作られているんだなと実感しました。今の健康を守ってくれているこのスープは私にとってかけがえのない飲み物です。

岐阜県 T・M 様

とても味が濃く、どんな料理にもそれぞれが美味しく、家族も絶賛でした。野菜スープがこんなに美味しい、そして無農薬の大変手間のかかる野菜から出来ている事を実感しました。

(編) 今年、8月末の台風10号による強風被害、秋の天候不順による生育停滞など作物によっては不作もありましたが、例年通り、当選者の皆様に採れたて野菜を送る事が出来てホッとしております。また、美味しいと褒めて頂き、何よりの労いの言葉になりました。ありがとうございます。

「本物の野菜づくり」が私達のモットーです。良い製品作りの為に、自分達で良い原材料を栽培し、野菜スープの製造から出荷までの全ての工程を見届けます。また、お客様からもどんな原材料で作られているのか確かめて頂く事も大切だと考え、毎年のプレゼント企画とさせて頂いております。来年も採れたて野菜プレゼントに多数のご応募を心からお待ちしております。

年末年始のお知らせ

12月29日(木)〜1月4日(水)

この期間に配達希望の方は早めのご注文をお願い致します。年末は28日の15時まで注文を承ります。