

有限会社エコ・ライス新潟

新潟県長岡市脇川新田町字前島970-100
TEL:0258-66-0070 & FAX:0258-66-0447

クイーン倶楽部だより 3月号

感激!

日本橋にいがた館で 会員様との交流会を開催

2月11日(日)、NICO日本橋にいがた館にて初めての会員様との交流会を開催しました。今回は、NPO東京腎臓病協議会と東京家政大学・中村教授の研究室の皆様のご協力で開催にこぎつけました。

初めての企画でもあり、ハプニングだらけの会でしたがご参加いただいた皆様のおかげで無事に終えることができました。

ご来場いただいた皆様、大変ありがとうございました。

来年も交流会を企画していますので、お楽しみに。



昨年のトレーサビリティにご参加いただいた、高橋さん親子と東腎協の石山理事からトレーサの内容を説明していただきました



1



2



3



4

Dr中村の お米の話



中村 信也(なかもらのぶや)

整形外科医師。東京家政大学家政学部栄養学科教授として教鞭をとり、「食と医療」の医療薬膳研究の第一人者として活躍中。交流会では「お米と健康」と題し、講演をしていただきました。

第3回 日本食保存会

日本人は昔から田んぼを耕し、稲を作ってきました。やがて馬と牛も駆り出し働いてもらいました。馬と牛は黙々と働き、家で一番の働き者でした。だから、夕方は身体を洗ってやり、餌もたっぷりを与え休ませました。

西洋人は広い牧場に多くの牛や羊を飼っていましたが、畑で働かすことしませんでした。エネルギーを使わず一刻も早く生長して欲しかったのです。

時が代わり、日本では田んぼで馬と牛は見なくなりました。その頃から日本人は焼肉レストランやステーキハウスなどで肉の塊を食べるようになりました。体格はよくなったといっても西洋人ほどに皆が伸びたわけではありません。確実に西洋人ほどに腹は出てきました。病気も高血圧、糖尿病と西洋人並みになりました。

日本人は何かしら心まで変わってきました。近所付き合いがなくなり、心もドライに合理的になってきました。

米までも食べなくなり、年々米の消費量は落ちていきます。もうこれ以上西洋文化に侵されたくありません。食事の中心に米があるべきです。米は日本人の魂そのものです。そして、米さえあれば最愛の友「醤油」が頑張ってくれます。

今、醤油も危ない岐路に立っています。栄養の学者や偉いお医者さんたちが、減塩、減塩と騒いでいます。日本の食事は塩味付け文化です。日本料理から塩を抜いたらどうなるでしょうか。

減塩の果てに砂糖が待っています。病院食は塩分抜きですが、患者は塩辛を引き出しにいられて頑張っています。でも、若い人々は次第に砂糖に走っていくでしょう。肉を大量に食べている日本人は腹が出て、メタメタな異邦人になってしまいました。日本人は米を食べ、醤油で味付けする刺身や煮付け、豆腐を食べ、スマートな体型を保つ。これが日本人の美学です。

皆さん日本食保存会に属しましょう。

《写真①：東腎協青年部の協力下で「鴨汁」作り。しかしIH調理器の火力が弱く煮えない！慌てて近くの老舗のうなぎ屋さんと交渉して厨房をお借りし、鴨汁を煮ることができました。》

《写真②：諸橋酒造様からご提供いただいた原酒の試飲では飲みすぎる方が続出...》
《写真③：大勢の方にお越しいただきました。》
《写真④：来場いただいた会員の方をパチリ。》

《いつもはお電話など間接的なやりとりのみの会員の皆様と、直接お顔を拝見しながらの交流はとても感動いたしました。来年も交流会を開催予定ですので、今年以上に皆様とお会いできるのを楽しみにしております。(エコ・ライス新潟スタッフ一同)》