

上和田有機米生産組合だより



2月号

今年は昨年より積雪が少ないのですが、気温が低いようです。雪が少ない分、雪解けも早くなり春が待ち遠しいしいです。

2月2日生活班で学習会・料理講習会を行いました。学習会ではアロマコーディネーターの村上さんを招き、アロマテラピーについて教えて頂きその後、各自好みの精油をブレンドしてコンディショニング用オイルを作りました。そのオイルを使いハンドマッサージと足のマッサージを教えてくださいました。血行が良くなり、疲れが取れるとみなさん喜んでいました。連日、除雪作業で疲れているので、これからは自宅でマッサージができ良かったとのことでした。



免疫力アップと疲労除去のオイルを作りました。手と足のツボも教えていただきました。



丸く伸ばしたそばを正方形に薄く伸ばすところが難しかった。できるだけ打ち粉を使わないのがいいとのことでした。



左写真：「ゆうきの里さんさん」の除雪作業をしているのは渡部栄さん。23年1月から勤めております。上和田有機米生産組合に加入して今年で4年目。除草剤や農薬を使わずに、収穫後は杭掛け自然乾燥で6反栽培しています。

ゆうきの里さんさんは農業体験施設で、共生塾主催の農学校や大学のフィールドワーク、消費者との交流の拠点になっています。農産物加工体験施設もあり、笹巻き、ゆべし、豆腐、みそ作り体験も出来ます。冬は近くのスキー場に来られた方にもコテージの宿泊をご利用頂いているそうです。

<http://www.takahata.or.jp/user/sansan>
電話/fax 0238-58-3060