



とうもろこし畑／芽室町
※写真と文章は関係ありません

撮影 高澤義典

映画「キング・コーン」によると、米国人が口にする、牛肉・鶏肉・スナック・ジュース・甘味料などは、すべて遺伝子組換えや強力な除草剤を使用したトウモロコシからできているとのこと。そのことが、若者の寿命に大きな影響を与えている・・・一度は見てほしい映画です。

主な内容

海の精と手作り酵素

響魂酵素 代理店感想

手作り酵素体験談

手作り酵素で皮膚ガンが消えた

食べ物

食べることの変質/袋麺

ちょっと健康法

手作り水/⑩①円補足

〈お願い〉
手作り酵素に関連する、作物・食品加工・健康・生活の中での応用などがございましたら、情報をお知らせ下さい。生活と生命に役立つ情報はみんなで共有しましょう

2012年8月 葉月 (はづき)

立秋 (りっしゅう)	7日	初めて秋の気配が訪れる日で、暦の上ではこの日から秋。立秋後の暑さは、「残暑」となる。
処暑 (しょしょ)	23日	「処」は「留まる」の意で、残暑厳しいながらも初秋の候。農作物の収穫期を迎える。

残暑の候 立秋とは名ばかりに連日「猛暑」の注意報が出されております。皆様に置かれましてはいかがお過ごしでしょうか。

7月17日から21日まで、出張で岐阜・愛知・東京と回ってきました。

17日の早朝、気温14℃と肌寒さを感じる帯広駅を発し、汽車、飛行機、電車と乗り継いで、岐阜県大垣市にたどり着くと、気温35度の別世界。その翌々日まで36度の気温が続き、帯広との温度差に頭はのぼせ、生まれて初めて熱中症の入り口に少し足を踏み入れた感覚に陥りました。

その暑さにも、何とか慣れ始めた20日、滞在先の東京では、梅雨に逆戻りしたかのように、22℃までしか気温が上がらず、一転して肌寒い環境です。

そのような状況の中、体温調節が追いつかず多少カラダがだるくなったりもしましたが、大きな不調もなく無事に帯広に帰ることが出来ました。

人体に備わっている恒常性維持機能（カラダの中を一定の状態に保つ働き）の素晴らしさには、ただただ感服します。

とはいうものの、連日報道される熱中症には油断は禁物です。汗とともに失われるミネラルの補給のためにも、手作り酵素と手作りミネラル水などで、体調管理を十分に気をつけてお過ごし下さい。

九州北部豪雨 「これまで経験したことがないような大雨」は、1時間の降水量が108^{mm}（恐怖を感じる猛烈な雨）を超え、北九州を中心に猛威を振るい、7月17日現在で死者29名、行方不明者3名に及び、各地で大きな被害の爪痕を残しています。

2000年以降、全国各地で集中豪雨が急増しています。次ページの表以外にも、均整社通信36号でお知らせしたような、2010年10月奄美大島大雨被害なども含めると、その発生数や被害総数は被災地の復興が追いつかない頻度で発生していると言っても、過言ではないでしょう。

今回の「九州北部豪雨」のニュース映像を見るたびに、東日本大震災の復興のメドすら立たない日本にさらに追い打ちをかけ、その日本で暮らさなければならぬ事実から目を背けずに、生きていかなければと強く感じます。

被災された方々には心よりお見舞い申し上げますとともに、一日でも早い生活基盤の再建を祈念致します。

気象庁が命名した集中豪雨（2000年以降）

- ①平成16年7月新潟・福島豪雨（新潟・福島県）
- ②平成16年7月福井豪雨（福井県）
- ③平成18年7月豪雨（九州地方～中部地方）
- ④平成20年8月末豪雨（紀伊半島～関東太平洋岸）
- ⑤平成21年中国・九州北部豪雨（中国地方～九州北部）
- ⑥平成23年7月新潟・福島豪雨（新潟・福島県）
- ⑦平成24年7月九州北部豪雨（九州地方北部）

月並みな言葉ですが、明日は我が身です。また直接我が身に降りかからなくても、被災地の農産物被害など、その影響は最終的に、私たち全員に降りかかります。

世の動き 多国籍企業が推し進め、世界各地の衣食住に関する伝統や価値観、そして人々の暮らしやつながりを破壊した、グローバルイゼーションという名で世界規模に展開される市場原理主義社会。気が付くと私たち日本人の暮らしは、世界規模の商品流通なしでは、成り立たないまできてしまいました。

サブプライムローンに端を発する世界金融危機や世界の部品工場と呼ばれるタイでの洪水など、そのシステム自体に、脆弱性や矛盾が多数指摘されているなかでも、すでにグローバルイゼーション自体に、人々の暮らしが組み込まれているので、大変複雑な問題となっています。

7月は、それらの仕組みに翻弄される、私たち日本人の生活と生命に関わる重大な問題が、またもや多く発生した月でした。

原子力発電

一般的な自然災害は、生活に必須なエネルギー・水供給・交通・情報施設などのインフラ設備が回復すれば、被災者は再びその土地に住むことが可能です。しかし、東日本大震災にともなう福島原発の事故は、原発周辺地域の人々が、ふたたび故郷で暮らせるという保障は一切ありません。

7月16日、東京代々木公園で「さよなら原発10万人集会」が開かれ、全国から**17万人**の参加者が集まり、かつてないほどの、原発に対する国民的意識の高まりを感じさせる出来事でした。

翌日の17日には福島原発4号機の燃料プールから**未使用燃料**の試験排出が行われました。ちなみに4号機の燃料プールには使用、未使用燃料合わせて、**1533体が貯蔵**されています。加えて溶け落ちた核燃料を取り出す技術は、確立されていません。

そのうえ、実質的に屋外にむき出し状態の福島第一原発は、地震などで関東圏も含めさらに深刻な状況になるとも指摘されています。

福島原発事故で、技術的に不可能な原発の安全確保と、遅々として進まない被害者の生活再建、そして放射性廃棄物と各地に広がった放射性物質の存在は、誰が見ても原子力による発電方法が人類に制御することができない、危険な技術ということが証明された出来事に他なりません。

オスプレイ（未亡人製造機）配置

7月26日、野田首相は“米海兵隊の垂直離着陸輸送機MV22オスプレイ”国内配置について、「**（国民に）懸念が広がっていることは重く受け止める。**

（米側の調査結果で）安全を確認しない限りは、日本では飛行させない」と全国都道府県県議会議長会に理解を求めました。安全の確認とは、原発再稼働に関して軽々しく口にしていた言葉なので、信憑性は全く感じられません。

米国防分析研究所（IDA）元主任分析官によると、緊急着陸能力に欠陥あるとの証言が出され、実際に米国の資料によると、2006年から11年までに事故が30件発生し、米軍仕様のCV22オスプレイの同時期の事故もあわせると、計58件も発生しています。（ほぼ月に1回ペース） ちなみにオスプレイの拠点と使用が予定されている低空飛行訓練ルートは、住宅街の中にある世界一危険な普天間基地や伊方原発周辺（3号機はMOX燃料使用のプルスーマル運転。周辺の米軍機事故は過去8回）も確実との見方が強いです。

原子力発電所の建設にしろオスプレイの配置にしろ、いったい誰が喜ぶのか？間違いなく99%の国民ではなく、拠点活動を一つの国家に置かず複数の国にわたって世界的に活動している、1%の営利企業＝多国籍企業です。

大津いじめ自殺

大津市のいじめ自殺事件は大人の側に大きな問題があると思います。大人は地域社会の子供たちの親とも言えます。親とは「木の上に立って見る」と書き、子供たちを見守りながら間違ったり困っている時には助言を与え道を示すのも親（＝大人）のつとめです。すべての大人がその場に遭遇した時に対応できるのか、決して他人事ではありません。

暗い話しばかりですが、私たちの純粋に子供たちを守りたいという思いで、微生物による発酵の技術を次世代につなげ、少しでも良い環境を未来に残したいものです。

海の精と手作り酵素に関連する情報を、生活者の立場（経験・実績・蓋然性）でお届けします。

粉末海の精
響魂
感想

通信49号から続いている新しい海の精の紹介。今回は各地の代理店から寄せられた、**粉末海の精 響魂** で作った手作り酵素の感想を紹介致します。

①仕込みから完成までの感想

◆手で混ぜる時に少し重たく感じる



■ やりやすい 4% ■ 変化なし 4%
■ 大変だった 18% ■ 問題なし 74%

今までは材料10kgに対してケルプα50gで作っていましたが、響魂は材料10kgに対して180gを使用するので、当然海藻のネバネリ成分が増して、混ぜる時に重たく感じるようになります。

◆しぼる時に時間がかかる ガーゼで濾す時に時間がかかる



■ 変化なし 5% ■ 問題なし 54%
■ 大変だった 41%

エキスにネバリが増した分、しぼる時に時間がかかります。この場合も無理にしぼることはせずに、重力程度の重さでしぼってください。しぼりカスに残っている酵素のエキスは、湿布などの材料に使えますので捨てずにとって置いて下さい。またガーゼなどで濾すと透明なつぶつぶが残りますが、これは昆布です。

◆味に関する評価

- | | |
|------------------------|-----|
| ・ 美味しい（濃厚でまろやか） | 20件 |
| ・ 出来たては昆布の味が強く慣れると美味しい | 4件 |
| ・ 単品の酵素では昆布の味が残る | 5件 |
| ・ 子どもが飲みずらくなった | 1件 |

◆飲んだ後の体調の変化

貧血が改善 神奈川県 竹内裕美さん

響魂バージョンは、さらに髪の毛が一本一本しっかりと、しっとり潤う感じがします。貧血が少しあり子供用のシロップを病院から出され飲んでいましたが(大人用の錠剤は胃が荒れてダメ)、4月始めに響魂の春の酵素を飲み始めて、シロップを全く飲んでいなかったのに、1ヶ月後の血液検査で前月よりも良い値が出て◎先生にシロップはやめてもらいました。もともとどういう原因で貧血だったのか、胃カメラを飲んでみたりしましたが判らずでしたので、響魂がどこに、どのように効いたのか判りませんが、何か変わった事をしたのは響魂の酵素以外にないので、たぶん(きっと)響魂のおかげだと思います。

そのほかにも、腸の調子が良くなったという感想が多数寄せられました。

●全体的な感想として、ネバリが増した分だけ、混ぜる時が少し重たくなり、絞ったり濾したりする時には時間がかかるという傾向が見られました。味は「甘みの陰性と、塩分の陽性の絶妙なハーモニー」など、殆どの代理店が美味しくなったと回答し、昆布の味が気になったケースも完成してから時間が経過して馴染むに従って美味しく飲めるようになったという声が多数を占めました。

また、「季節感は従来の酵素のほうにアドバンテージがあると感じています。色・風味・体への作用すべてにおいてです。しかし、このすばらしい手作り酵素をより安全に、より多くの人々と分かち合っていくために取られた今回の措置に対しては全面的に支持しています。響魂酵素がもたらす新たな特効に関しても無限の可能性が横たわっています。これからも注目していきたいと思えます。」や「響魂。すばらしいネーミングだと思います。これからは、まさに魂を響かせていく共鳴・共感の時代だと思います。響魂酵素が、これからの豊かな社会を創りあげていく大切な常在菌として活躍していくことを心から願っています。」といった、従来の手作り酵素と同様に、全国の手作り酵素愛飲家の方々の体験とともに、成長してゆく「響魂」への期待も寄せられました。

新しい海の精を開発することなく、従来のまま手作り酵素を作り続けることが出来たのなら、それに越したことはありません。しかし、原発事故を始めとする様々な要因が現状のまま手作り酵素を作ることを、困難にしていまいしました。

秋の酵素以降、手作り酵素の作り方はかわりますが、その際、味、風味など、違和感を覚える方もおられると思います。しかしその違和感が、体調の変化とともに期待感に変わると確信しております。

均整社創立26年目にして新たな一歩となる、2012年産・秋の手作り酵素にご期待下さい。

手作り酵素 体験談

皮膚ガンが、手作り酵素と海の精で消えてきれいになった 岐阜県 若山さん

今回のお話は、群馬県高崎市の代理店の中山さんに寄せられた体験談です。

中山先生へ

今年3月に、土川さん（均整社の2泊3日講習会参加者）に誘って頂き、初めて酵素に出会わせて頂きました。遠い所へ講習会に来て頂きありがとうございました。私は、要介護5の義母の介護をしています。施設に助けて頂きながら10年になります。2年ほど前から義母の頬に2cmほどの黒い物ができ、皮膚科の先生に見て頂き、検査結果は初期の皮膚ガンでさっそく手術をした方が良くと言われました。

手術をしないと介護は、ますます大変になると言われましたが、89才の母にメスを入れるのはかわいそうで、主人は反対していました。そこで海の精と春の手作り酵素を毎日つけていると、少しずつポロポロと取れてきました。びっくりです、今ではとてもきれいな肌になりました。顔に傷が付かなくて本当にありがたかったです。

実家の母も、眠剤に頼る日々を送っていましたが、手作り酵素を1ヶ月ほど飲み続けると、眠剤なしでも眠れるようになったと喜んでいます。叔父も酵素を作り始めてから、何年ものあいだ整骨院通いで苦しんでいた腰も楽になり、大変喜び感謝していました。

みんなが喜んでくれると本当にうれしいです。これも土川さんに誘って頂き、中山先生のお話を聞かせて頂いたご縁を心より感謝申し上げます。

これからも手作り酵素の大切さが一人でも多く伝わっていきますよう、先生のますますのご活躍を期待しております。

数年前のテレビ番組で、大学教授がサプリメントを飲みながら、「食べ物は、生きていくための最低条件ではない」なんて発言していましたが、そんなことはありません。

私たちが普段何気なく行っている事に、「加工食品を買う」というものがあります。今回はこの行為について考えてみます。

◆食べることの変質／袋麴の紹介

かつて、手間ひまをかけた料理（調理）や食事（会食）を通じ、他の生命を頂く事を体感し、社会の仕組みやしきたりを維持する中心的役割を担っていた食文化が、値段や手軽さ優先の、食品業界が大量に生産した、近所のスーパーで手軽に買える「商品化食品」による、家庭での料理（調理）を抜きにし、個（孤）食化が進んだ、生命の尊さを感じさせず、社会の仕組みやしきたりを排除した食文化に移行してしまいました。

料理（調理）の家庭から工場への移行は、私たちの時間を調理から解放した反面、私たちの体を作る食べ物が、どこで誰がどのようにして作ったのかわからなくなり、食べものを自ら選ぶ事もできなくなる事を意味しました。

同一企画の「商品化食品」の世界規模での流通には、大量生産が必須条件となり、作物や家畜に対する化学肥料や抗生物質、ホルモン剤などの大量使用、そして遺伝子組み換え技術の導入などを、それら加工した食品には大量の食品添加物が使用されるようになりました。

人が生存する為に身の回りにある物を必要なだけ食べるという食事から、市場原理による経済活動の為に本来ならば不必要な物（加工食品の大量廃棄や過剰摂取問題）まで大量生産し商品として販売し、消費者が購入する事で成り立つ食事への移行は、様々な問題や矛盾を抱えて現在に至っています。

ひとつは、私たちの健康に関する問題（当通信で再三にわたり触れているので省略）。もう一つは大量生産ゆえの環境破壊と世界的な食糧不足（※気になる話題に関連情報あり）です。例えば牛の重量を1kg増やす為には7kgの穀物を与えなければならない事実と、その穀物を育てるために必要な大量の農薬と水。ここ数年アメリカ、オーストラリア、中国などの農地での深刻な干ばつが問題となっています。そして、アメリカの農業を支える、オガナラ帯水層（30年で枯渇といわれる）の現実。このままでは現在のような世界規模での、食品流通は遅かれ早かれ破綻するのは確実です。

その点、私たち日本人は恵まれています。それは、高温多湿な気候とその環境に適合した微生物による、発酵文化が高度に発達した国だからです。世界的な食糧不足と食流通システムの破綻が迫る中、地元で取れる少ない材料で栄養価と保存性を格段に高める事ができる、微生物を駆使した発酵技術を少しでも家庭に取り戻すことが、食糧危機と環境、健康に対する解決の糸口であるばかりか、本来の食べる事の復活への第一歩にほかなりません。

そこで、“旨塩麴”、“醤油麴”と段階的に紹介してきた発酵技術を家庭に取り入れる方法を、今回は麴そのものを自分で作る“袋麴”を紹介します。是非ともご自分でお作りになり、商品化食品ではない手作り発酵食品を家庭の中に増やしましょう。それが自分や子供たち健康と地球環境改善の第一歩です。

※袋麴の作り方は、別刷り資料を参考にして下さい。その時の温度などの環境により、出来方に変化があります。経験を積み重ね自分の財産にして下さい。

ちょっと健康法

再確認 家庭で作る安全で美味しいミネラル水

- 用意する物 □ステンレス製のヤカン（4ℓ以上）
 □石（花崗岩、墓石の欠片でも可）
 ※あらかじめ煮沸消毒しておく

連日真夏日が続く日本列島。あまりの暑さに、体調不良を起こし、中には亡くなる方もおられます。汗とともに流れるミネラルの補給のため日常的な使用をお勧めします。



①沸騰させる

- (1)ヤカンの底に石（ピンポン球程度の大きさで5～6個）をひく。
- (2)沸騰するので水は8分目くらい。



②沸騰しても火は止めない

- (1)沸騰し始めたら、若干弱火にして15分沸騰続行。すぐに止めると、トリハロメタンが増えます。
- (2)15分後に火を止める。（完成）
- (3)用途に合わせて、適温で使用します。冷ます場合は、別のヤカンに入れかえて（石なし状態）、水を張った大きめの鍋などに入れると効果的です。その後はペットボトルなどに小分けして冷蔵庫に保存して下さい。

使用例

- ・料理からお茶やコーヒーなどあらゆる用途に使って下さい。
- ・水分子が細くなり抽出力が増すので、コーヒーなども普通よりも少ない量で作ることができます。

注意 塩素のない状態ですので、3日程で使い切りましょう。

体験報告

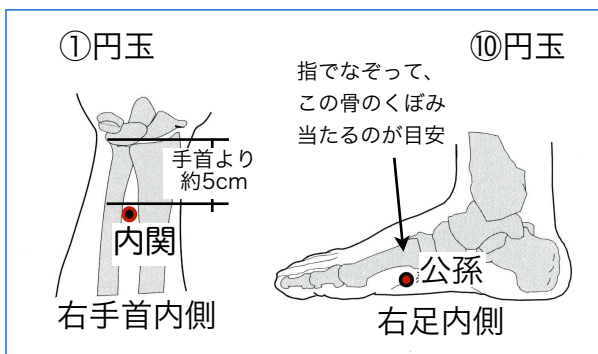
- ①夏場の作業でもバテなくなった
- ②爪が丈夫になった 等

作り方などご不明な点はお問合せ下さい

☆⑩①円療法の補足

筋肉反射応用治療学より

胃の調子は前腕部の筋肉に連動しています。逆に筋肉が固く凝っていると胃の調子も悪くなります。心当たりの方は**土用の時期に関係なく⑩①円**を張りましょう。



胃潰瘍や慢性胃炎、胃がんなどの殆どの方は、この部位が凝り固まっています。⑩①円で胃のストレスを解消しましょう。

日常的なパソコンの使用など、前腕部を酷使している方にお勧め。

- ◆⑩円玉は1日ごとに取り替えます。両面使えるので2日で1枚。
- ◆①円玉は変える必要はありません。テープが汚れたら張り変える程度で十分です。
- ◆胃の調子が悪いほど、⑩円玉が変色します。
- ◆**買い物のお釣りで、ピカピカの⑩円玉が手に入ったら、土用の為に取りっておきましょう。**
- ◆**注意事項** 体内電流をスムーズにして胃の調子を良くするので、貴金属は外して行って下さい

気になる話題

原発関連

◆志賀原発の真下に活断層の存在？87年から存在確認。当時は議論なく安全お墨付き。

◆福島の子どもの甲状腺異常35%も「2年半後までは再検査はしない」。エコー画像や医師の所見と言った診断結果も本人に非開示。(福島県の県民健康管理調査結果)

◆原発聴取会。2030年の原発依存度を0%、15%、20~25%の3つに分けて意見を出し合う。電力会社社員の発言にやらせ疑惑発覚。また3分の2は原発依存の意見になる。

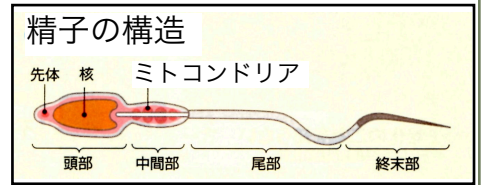
食料

◆農産物6割増が必要
国際機関報告 食料の高値続く

経済協力開発機構と(OECD) 国連食糧農業機関(FAO)は食糧需要の増加に対処する為に、2050年までに農産物を、07年に比べて6割増とする必要があるとの見通しを示した。肥料となる原油の値上げによる食料の高止まり、開発途上国の所得向上ともなう食料消費の拡大が背景。必要となる年間の増産規模は、穀物9億4千万ト、食肉2億トの合計量に相当。

エネルギー面で人類を救うカギは、手作り酵素をはじめとする、発酵食品以外にはないでしょう。

精子の構造



週刊東洋経済 2012年7月21号 より

◆先進諸国で急増している不妊治療を受けるカップル。その原因は精子の減少や元気のなさも指摘されています。

精子が卵子を目指す大海原を元気に進める様にするため、原動力となるミトコンドリアを活性化させる必要があります。

そのカギは、やはり手作り酵素と、伝統的な非加熱食品にあると言えるでしょう。

各種データ

2012年6月のできごと

- 3日 オウム菊池直子容疑者逮捕
殺人容疑、17年にわたり逃亡
- 4日 野田総理、第二次改造内閣
民間から初の防衛大臣
- 5日 G7、市場安定へ協調
緊急電話会議で確認
- 12日 生食牛レバー、7月1日より禁止
厚労省、罰則つきで禁止へ
- 13日 米国、オスプレイ訓練中に墜落
事故の多発が問題視されています
- 14日 6才未満男児、初の臓器提供
臓器移植法に基づき脳死と判定
- 15日 オウム高橋克也容疑者逮捕
殺人と殺人未遂の疑い、17年逃亡
- 17日 スーチー氏ノーベル平和賞演説
1991年受賞、当時は自宅軟禁中
- 19日 8年ぶりに台風上陸
台風4号23都府県に被害
- 23日 沖縄戦の戦没者悼む「慰霊の日」
戦後67年、平和記念公園で追悼式
- 26日 消費税増税法案、衆院通過
2014年に8%、15年に10%に引き上げる消費税関連2法案が可決

先取り情報 8月25日発売
日経サイエンス10月号
特集記事：人体と細菌

人間と共生して複雑な生態系を作り出す細菌たち。興味のある方は、読んでみては！

世界の人口

70億5342万4017人
(2012年7月27日)

前回比

597万7350人増

米国勢調査局・関連統計データ推計

日本の債務残高

1210兆8650億5583万8090円
一人当たり 949万6236円
(2012年7月27日)

前回比

2兆9694億1707万3635円増
一人当たり 2万3265円増

参考文献紹介



食の終焉 グローバル経済がもたらした もう一つの危機

ダイヤモンド社 2,940円 ポール・ロバーツ 著

高度な食料経済の構築により、農産物や食肉、加工食品を一年中どこでも買えるようになった。しかし、低コスト・大量生産モデルを世界的規模に拡大することで、私たちはその恩恵だけでなく、負の要素も世界中に広めてしまった。その負の要素とは何か、このシステムは持続可能なのか、膨大な取材をもとに明らかにする。



現代農業別冊 続・発酵食品の知恵

こうじ・酵母・乳酸菌・酢酸菌・納豆菌
1,200円 農文協 編

今回は、塩麴で大ブームを呼び起こした「こうじ」を大幅に充実させ、塩麴料理、昔から作られてきた「三五八漬け」、甘酒などのレシピのほか、この際、自分でこうじも作りたいという人たちのために、簡単こうじ作りの極意も収録。そのほか、酵母、乳酸発酵、酢酸発酵は前作を引き継ぎレシピ重視で編成。今回はさらに「納豆菌」を収録し、納豆の健康機能性はもちろん、各地の伝統納豆も収録している。

お知らせのコーナー

◆粉末海の精 響魂 の紹介



商品イメージ
アルミパック包装

発売日 8月下旬

10kg用
定価 6300円(税込)
内容量 180g

5kg用
定価 3360円(税込)
内容量 90g

原材料名 昆布 pH調整剤

料金比較 (10kgの仕込みに対して)

◆今までの手作り酵素の作り方
液体 海の精(720cc) 8700円 + ケルプα (50g) 2500円
合計11200円

◆秋以降の作り方
液体 海の精(360cc) 5040円 + 響魂 (180g) 6300円
合計11340円

◆液体 海の精(720cc) 8700円を半分使用した場合
液体 海の精(360cc) 4350円 + 響魂 (180g) 6300円
合計10650円

※すべての合計は、15000円となります。
残りの半分は、点眼やうがい、糖蜜などにお使いいただけます。

◆講習会のお知らせ

北海道札幌市 9月30日(日)

会場 札幌市南区民センター

時間 13:30~16:30

連絡先 谷井治療室

fax 011-261-7882

氏名・住所・電話番号・参加人数を
明記の上お申し込み下さい。

※faxがない方は、080-3299-1264

講師=河村文雄

神奈川県開成町 10月14日(日)

時間 午前 9:00~11:00 酵素づくり

午後 13:00~16:30 講習会

会場 午前 開成町宮野台老人憩いの家

午後 開成町福祉会館

連絡先 竹内治療院

電話 0465-82-9077

講師=高澤義典

◆お盆期間の休業

8月13日~16日

通信送付期限の確認方法



残暑お見舞い申し上げます in カミ美生の森

編集後記

お酒も恋も時間で熟成

7月の始め北海道の余市に行く機会がありました。途中ニッカウヰスキー余市蒸留所に立ち寄りました。売店を除くとシングルモルト余市10年・4875円、12年・7603円、15年・10928円、20年・21688円とありました。発酵させて熟成するものは時間が経過すればするほど価値があがり、味もまろやかになると改めて実感しました。※手作り酵素も値段による価値設定こそありませんが理屈

は同じです。ここ数年急激に売り上げを伸ばしているスマートフォン。中高生ともなると大抵の子が持っているとかいがないとか。メールやチャット、フェイスタイムなどいつでも好きな時に恋人と連絡を取り合うこも増えているようで、こうも間髪入れずに意思の疎通が出来てしまうと恋の熟成期間がないではないかと、余計な心配をしながら、自分の青春時代を思い出し余市で買ったウイスキーをちびちび飲む、残暑の夜です(高澤)

有限会社十勝均整社
海の精 総発売元



発行所 有限会社 十勝均整社
企画作成 高澤義典

☎080-0048

北海道帯広市西18条北1丁目19-59

☎ 0155-33-5148

FAX 0155-34-6422

Mail kinsei@poppy.ocn.ne.jp

●定期購読を随時受付けています。

年間購読料 3000円

申込方法 郵便振込

口座番号 02720-8-15737

加入者名 有限会社
十勝均整社

ご質問・ご意見・ご感想
お気軽にお寄せ下さい

提供者 松永玲子さん（山梨県北杜市代理店）

これは、均整社の宿泊研修にも2度参加した、新明さん（千葉県）に教えて頂きました。千葉の農家のおばあちゃんが昔から仕込んでいる方法を教えてくれたそうです。

「良い情報はどんどん人に伝えましょう、出し惜しみしないとまた良い物が回ってきますね」と意見が一致したので、みなさんにお伝えします。

用意するもの

- ①無農薬の玄米が入っていた紙の米袋
- ②蒸した米(全体が蒸されないと芯が生でブツブツ)
※2kgの米を水に浸しました。
- ③種麴または米麴（友麴） 蒸した米に対して10分の1の量。
※今回は入手しやすい米麴で作ります。
※友麴=できあがった麴を適量残しておき、次に麴を作る際に種として使う方法。

作り方

- ①米袋に蒸した米を入れ、適度に冷ましてから、ほぐした米麴を入れます。
- ②袋を抱いて揺すり混ぜます。
- ③1日1回はゆすり中の麴を広げる。
- ④寒い時期には、毛布やコタツで、温度調節をする。暑い時には扇風機などで温度調整をする。40℃くらいが目安。
- ⑤3日目に袋の底が熱くなり、のぞいてプーンと麴の香りが充満していたらできあがり！（思わずカワイイやつと抱きしめたくくなります）
※麴の量は多ければ間違いないでしょう。
色々試してみてください。

袋こうじ

袋小路に入り込んでしまった、私たち現代人の日常の暮らしと未来への展望。

袋麴が、袋小路からの脱出の一つのアイテムとなり、未来への展望が開けることを期待しています。