TIME TO BE SLOW
TIME TO DREAM

夢に向かってのんびりすごそうよ！

関心事

今回の震災後、多くの芸能人や著名人の方々の活躍を目にします。その中でも、チャリティーソング「君のもとへ」と、お笑い集団「みちのくボンガーズ」が最近のお気に入り。

「君のもとへ」は透明感のある歌声で、やさしくそして力強く歌い上げています。聴くと元気をもらえるようなステキな曲。歌っているのは京都在住で福島県白河市出身のシンガーソングライター「Yammy」さん。震災後、遠く離れた故郷に心を痛め、被災された方を元気付けようと作られた歌だそうで、彼女のブログには
「大好きなふるさとに　また笑顔が戻りますように。。。
気持ちをいっぱい込めて　曲を作りました。」
と書いてありました。
ＣＤは500円で市内取扱店で売られていて、売上はすべて義捐金として寄付されるそうです。遠く離れた地から地元を応援してくれる方がいると思うと、なんだか心強いですね。
6月には白河でライブを開催するようなので、今から楽しみにしています。

「みちのくボンガーズ」は、福島を中心に活動中のお笑い集団で、福島県民なら誰もが知ってる？集団です。
そのなかでも、白河出身の「おかちゃん」。福島中央テレビの企画で、福島の風評被害を無くそう！と日本中を旅している最中です。がんばれ～！

台所通信

だ　い　ど　こ

Vol.20

あなたへの幸せ通信

心地よく暮らしたい
森に行き風の音をかんじる
ゆっくり暮らしたい
楽しいこと
美味しいこと
気持ちいいこと

こんなコンセプトから生まれた
ほっこり通信を私の台所から・・・

簡単おかず

ひき肉のみそ炒めを作る

豚ひき肉の味噌炒めを作り置きしておくと何かと便利。

◎基本の材料

豚ひき肉
長ネギみじん切り
ショウガみじん切り
赤唐辛子小口切り
●酒、赤味噌、ごま油少々※風味アップで食欲も増す。

◎作り方

材料を炒め、●を加え味付けして出来上がり。

◎食べ方いろいろ

- もちろんご飯にのせて！
- 豆腐にのせても美味しい。
- 豆板醤で辛くしてもOK。お好みで。
- さやいんげん、アスパラガス、じゃがいも、トマト、なす、レタスなど旬の野菜と一緒に。

さやいんげんの濃い緑色には「カロテン」が豊富。疲労回復を助けるアミノ酸も含まれています。カロテンは抗酸化作用があって老化やガンを抑制するとも言われており、油と一緒に取ると吸収が良いそうです。

YUASYS

【お知らせ】

現在新白河駅前にあります事務所を平成23年6月末で仮移転することになりました。

（新住所）

〒961-8091　福島県西白河郡西郷村大字熊倉字折口原609-14

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

ユアシスの森を楽しむ

最近、森にコンテナ物置をひとつ置くようになって活動の幅が広がりました。

今までは自宅から山で使うスコップやのこぎり、なたなどの道具類、休憩時の飲み物などをそのつど持参して作業をしていて、持ち物の多さだけでグッタリ疲れてしまっていたのです。しかし、ちょっとした物置ひとつあるだけで、だいぶ楽になり、作業に専念でき活動にも幅が出てきたように思います。

時間をみつけてはとバーベキューやお山でランチなど、楽しみも増えてきました。

ユアシスの森は3000坪の山。

形状は佐渡島を変形させたような感じ？　高低差が20mくらいで三段階に分けられそうです。

近い将来、ドームハウスで事務所や自宅、ゲストハウスなどを作りたいと考えており、今から少しずつ準備しています。

台所通信（だいどこつうしん）Vol.20　2011年6月号
（発行）株式会社ユアシスあぐり事業部　湯浅美和子
（HPアドレス）http://www.yuasys.co.jp/
（E-Mail）yuasys.miwako@gmail.com
（アグリブログ）http://yuasys-miwako.blogspot.com/
（アグリ・ユアシスにて検索できます）
（住所）〒961-8091
福島県西白河郡西郷村大字熊倉字折口原609-14
（TEL）0248-21-5012
(FAX)036-856-2466★FAX番号が変わりました★