☆☆ 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/

毎年大好評の『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。今回の募集テーマ「私が健康の為に毎日している事」について、お客様からの貴重なお声をご紹介致します。また、プレゼント当選者のお礼状を一部ご紹介させていただきます。
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野菜作りを行い、良い製品を作り続けたいと思います。

今年の応募テーマ「この夏に最も体を気遣った食事法や健康法は？」

猛暑のこの夏、近くの農家さんの夏野菜を意識して沢山食しました。スープや酢の物にしたり。いつもの野菜スープは食後の時だけでなく、お風呂上りの水分補給にも飲んでいました。体のための散歩は夕方になってから、近くの大学の中や浄水場の回りを散歩しました。定期的に届く野菜スープは欠かせない夏の元気の元でした。

神奈川県　T・H 様

スポーツクラブで週2回のヨガで体をリラックス、友達とのランチタイム等、なんとかこの夏を乗り切りました。食事はできるだけ火を使わないようにしネバネバ食品、山いも、オクラもずく等を利用しました。飲む点滴と言われる甘酒、しそジュースを作って飲用しました。食欲の秋、美味しい物を食べ、体力を回復したいと思います。

兵庫県　K・M 様

野菜スープを飲むようになって20年余り、ほとんど主人がサウナあがりに飲んでいましたが私が体調を崩してから晩酌をやめ、その代わりに野菜スープを温かくして飲んでいます。夏バテも全くなく、快眠快便です。食事は高タンパク質である白身魚のお刺身などを毎日食べています。

秋田県　Y・K 様

私は食事の時に野菜スープをお茶代わりに飲んで、食後に「食べる甘酒」を大さじ2杯を食べて、猛暑を乗り越えました。食べる甘酒はもち米と米麹で作りました。
毎日の日課として、
・スクワット10回　1日3回
・片足立を左右1分ずつ1日3回
出来る限り行っています。

岐阜県　M・K 様

今年の夏はとにかく暑かったので、ただ水分を摂れば良いというだけでなく、いかに効率よく栄養分を補給しながら水分を摂るか考えました。朝起掛けに一杯の野菜スープを飲むと寝ている間に失った水分を補えて、しかも栄養も摂れるので気分的にも充実しています。ガラス製のクーラーポットに野菜スープを入れて、外出時も持ち歩き、水分補給。これで熱中症も予防でき、夏バテもなく過ごせました。

東京都　A・Ñ 様

今年の夏も昨年以上の猛暑に見舞われ、寝苦しい熱帯夜の連続でした。
年々身体的に衰えを感じ、食事は特に気を遣いました。野菜中心に摂るようにし、特に納豆、キムチなどの発酵食品を多く摂りました。また、週一のテニスを続ける事で体力も維持し、なんとかこの夏を乗り切りました。
9年前に癌を患い、それ以来、野菜スープを飲み続けて現在も元気です。今後も新鮮な野菜を食べ、野菜スープを飲み続ける事が私の健康法と思っています。

東京都　K・I 様

（編）夏場の畑仕事が苦痛に感じるほど、本当に暑い夏でした。お便りを拝見しますと、食事はバランスの良い食事を心掛け、納豆やヨーグルト、キムチ等の発酵食品、山芋等のネバネバ食材を意識して食べている方が多かったです。さらに、旬の野菜を積極的に食べた等、いつもの夏以上に食事に気遣った人がほとんどでした。
また、涼しい時間帯でウォーキングをしたり、スポーツで足腰を鍛えるなど、健康はバランスの良い食事と運動の両輪で成り立っている事をしっかりと実践しています。元気にこの夏を乗り切ったとのお声に、さすがに当園のお客様は健康への意識が高いな！と、嬉しい気持ちになりました。

「当選者のお礼状」紹介

野菜が沢山届き、ありがとうございます。いつも皆さんが丹精込めて作って頂いた野菜は本当に美味しく、日頃の賜物だと思っています。又、孫は野菜嫌いですが、送って頂いた野菜は美味しいと言って良く食べ、娘夫婦も喜んでいます。
これから寒くなってきますが、皆様方もお身体に気を付けてお過ごし下さい。

大阪府　T・H 様

沢山の無農薬・有機栽培野菜を頂きました。誠に有難く厚く御礼申し上げます。
早速賞味させて頂きました。牛蒡・大根など野菜の味を堪能致しました。知人にもお裾分けし、しらかば農園産を伝えました。

岐阜県　A・M 様

野菜を沢山送って頂き、ありがとうございました。田舎がない為、こんなにいっぱいの野菜を頂くことがないので、本当に嬉しかったです。
今年も猛暑だったのに、りっぱな大根や人参でびっくりしてます。この野菜達を素に野菜スープが作られているかと思うと感慨ひとしおです。新鮮なうちにいっぱいお料理を作りたいと思います。

東京都　K・I 様

（編）今年は極端な低温と高温な気候が周期的に繰り返され、栽培管理が難しい年でしたが、秋大根が収量・品質共に良く、丸々と太った美味しい大根が贈れてホッとしています。
今回の目玉は、初めて栽培したイタリア人参（バーニャカウダ用の白・黄・紫・橙色の4種類）です。彩りが良く、生サラダにピッタリでご好評を頂いております。
当選者の皆さまにはお客様の代表として、野菜スープの原材料を目と舌でしっかりと確かめて頂けたと思います。原材料の良し悪しは野菜スープの味・品質にしっかりと現れます。お客様に原材料を見て頂く…緊張感を持って、心を込めて栽培しています。
来年も「本物の野菜」づくりを社員全員で取り組みます。

年末年始のお知らせ

12月29日(土)～1月3日(木)

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。