

9月のお客様感謝デーは29(日)です。(10%OFF・対象外商品あり)

9月入荷カレンダー & お買得情報

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

みせめぐ  
会員さま

毎週木曜は  
ポイントアップデー

ポイントが  
2~5倍!!



お客様感謝デー

9/29(日) 10:00~15:00  
※15時閉店です  
店内商品が10%OFFのお得な日!  
(弁当など一部対象外商品あり)

平飼い自然たまご 美山たまご王国 (火曜日) 宇治農園 (金曜日)	錦江水産 17日・24日(火) 11:00~12:30
牛乳・乳製品 (水曜日 16時~)	冷蔵品 とうふなど (火曜日 16時~)
evaobook (ベーグル・焼き菓子) 12日(木)	Famille (焼き菓子) 5日(木)
	※鳥刺しは 9月中旬まで お休みです。 最新情報は インスタで!
雲月農園 (マクロビ菓子 梅干し・味噌など) 19日(木) 16時~	

「家庭でできる自然療法」  
参考文獻 東城百合子 著 何回も使えて お料理にも やさしい本

季節の変わり目となってきましたね。夏の疲れが肝、腎、脾にでて来る頃です。そんな時に家庭ですぐできるお手当てが、こんなにやく湿布です。

胃腸病、風邪、慢性病、ガン、高血圧、腎臓病、肝臓病、糖尿病、結核、その他疲労には大変良い方法と言われています。こんなにやく二丁を10分ほど煮てこれをタオル2~3枚に包み、腹丹田と右わき腹(肝臓の上)におき、30分程温めてから冷たいタオルでふきます。次に腎臓(うしろの細腰より3センチほど上の背骨の両脇二つ)に30分位当て、最後に冷たいタオルでふきとって静かに休ませます。

一度温めたこんにやくは冷めにくいので一時間位は同じものをそのまま使うことができます。また、使用済みこんにやくは、水の入った容器に入れて冷蔵庫で保存すれば、ゆでて小さくなるまで何回でも使えます。

体内の毒素を出し新陳代謝を助け肝臓、腎臓を刺激してよく働かせますから全身の強壯法です。年中忙しくて疲労がとれない方には特におすすめ。通じ、小水の出もよくなります。こんにやくは昔から「腸の砂おろしをする」と言いました。食べると腸の毒素や不要物を吸い出してくれます。私の師匠から教えてもらった話ですが、稲刈りや脱穀の際に、稲藁の粉末を吸い込んでうんですけれど、そんな日はこんにやくを食べるようにしてそうす。湿布でも体の毒素を吸い出してくれます。

三年間土の中で育てられたこんにやく玉には、大地の生命力も入ってきます。これを使い捨てカイロとは大きな違いです。こんにやくはぜひ、良質なものを選んでください。

渡瀬副店長の  
どーんと  
自然療法  
vol.22

「こんにやく湿布」



NEWSは  
ここで  
チェック!

始良店インスタ  
→aira\_morinokazoku

そのやま農園  
森のかぞく  
ホームページ

https://morikazo.com