



生活雑学 賞味期限と消費期限の違い

食品によく書かれているのは、「賞味期限」。これは作りたてのときと同じ味を保てる期間と言う意味です。つまりこの期間を過ぎると味が落ちますよ！書かれている日にち以前に食べたほうがおいしいですよ！と言う意味です。

それに反して「消費期限」は、書かれている日にちまでに食べて下さい。それ以降は、腐敗などが心配なので食べないてくださいと言う意味です。

健康

「ツボ付近」を温めるだけで十分効く！
～ペットボトル温灸～

◎ 準備

- ・キャップがオレンジ色のホット専用のペットボトルを使います。
- ・保温温度設定のある電機ポットなら、**80度**に設定しておき、そのまま注ぎます。
- ・水とお湯の場合、先に水 1/3 入れ、沸騰したお湯 2/3 入れます。(必ず水を先に入れましょう。)

◎ 温灸

- ・ツボ付近にペットボトルを当てたり離したりを数回繰り返すだけ。

《けむり、においもなし 安全・安心な温灸をどうぞ!》

11月の限定料理

霜月ご膳



(1日10食限定)

2,000円＋税

お赤飯で人生の盛りをもう一度

「盛りも一時」という昔の諺がありますが、これからは「盛りも二時」の時代になるのではないのでしょうか。定年退職してからの人生が三〇年前後もあり、本当の楽しい、ゆとりのある人生はその三〇年のなかにこそあると思うのです。そのために大切なことが、細胞レベルでの老化を遅らせること。老化は体の酸化であり、その原因と日々戦っているのが**抗酸化物質**です。抗酸化成分を豊富に含む食べ物には古代から不老長寿の妙薬と言われてきたものが多く、その代表が小豆を用いた「**お赤飯**」。人生後半を「盛りは二時」の黄金期にするためにも、お赤飯をいただき、新時代の到来に「かんぱーい」

こたつの季節

暖かく団らんにも最適のコタツですが、どうしても嫌な臭いがこもってしまいます。

コタツの内側に**ネット**に入れた**ミカンの皮**をつるせば、あら不思議！
いやなにおいが消えます。

酒のうまい季節

- ・白玉の歯にしみとほる秋の夜の酒は静かに呑むべかりけり
- ・酒知己に逢えば千升も少なし 話機に投ぜれば半句も多し
- ・酒の相手に話の相手 苦勞しとげて茶の相手

本紙をご持参のお客様へ

昔懐かしい「・・・」をプレゼント !!