

大和の古刹を歩く



回廊
白壁に朱色が鮮やかな回廊です。中央に楼門があります。



石上神宮石碑

七支刀(国宝)
七支刀は西暦三六九年、百濟の作です。武器ではなく祭祀的な象徴として用いられていたそうです。



石壇
参道には左右に丸い玉石壇が続き、ここから空気は清々しくパースポットの雰囲気を感じさせています。

石上神宮(いそのかみじんぐう) 天理市布留町384 <http://www.isonokami.jp>
大和盆地の中央東寄りにある石上神宮へ詣りました。石上神宮は第10代崇神天皇(紀元前97年)の折りに創祀。日本書紀に記された神宮は伊勢神宮と石上神宮だけで日本最古の神宮です。飛鳥時代の豪族、物部氏の総氏神様として健康長寿、百事招福、除災招福の守り神として信仰されています。また、剣に由来し決断の神様とも言われ、政治家や経営者の方々に全国から厚い信仰があるとお聞きしています。



楼門(重要文化財)
上層に鐘が吊るされていましたが、神仏分離により取り外されました。



出雲権違拝殿(国宝)
本殿の向かい側の階段を上った小高い丘にあります。拝殿より高い所に位置していますよ。



拝殿(国宝)
入母屋造りの檜皮葺き拝殿は、平安時代の白河天皇が特に当神宮を崇敬され、宮中の神嘉殿(しんかでん)を寄進されたという伝えがあり、国内最古のものです。



本殿
拝殿の後ろの「禁足地(きんそくち)≒1」と呼ばれる、神様が鎮まる最も神聖な雪域に本殿があります。見ることはできません。ご祭神は布都御魂大神さま(ふつのみたまのおおかみ)です。



ご神鶏
社務所の前にはいつも仲良く東天紅鶏(とうてんこう)と烏骨鶏(うこっけい)がいます。鶏たちは木の枝に止まって寝ても落ちないことから受験、人気、業績などが「落ちない」にあやかり給馬にも描かれています。

※1 禁足地とは、神の居場所と人の居住地との境界を意味し、人が足を踏み入れることを禁じている場所のことを広く禁足地と呼びます。
※2 東天紅鶏は、ニワトリの品種の一つ、日本3大長嘴鶏の一つとして知られ、日本の天然記念物に指定されています。

スピリチュアルな雰囲気をもっていますね。



神杉
樹齢三五〇年を超える、高さ三〇mの大杉。万葉の杉と言われ信仰の対象にもなっています。他にも大杉や大銀杏の樹が数本あります。

“ぽっかぽか”はとむぎ料理

代謝を上げて太りにくい体に!

体が冷えると血液やリンパの流れが悪くなり、むくんだり代謝が低下します。寒い季節は代謝を上げるため、体を温める食べものを中心にして、お風呂ではゆっくりと温まりましょう。代謝を上げる食べものは、唐辛子、生姜、にんにく、玉ねぎ、納豆などがあります。またむくみを取るハトムギを積極的に食べて太りにくい体を作りましょう。



はとむぎ酵素

冬のお肌は保湿が大切!



飲んで体の内から保湿

乾燥しやすい冬のお手入れは何と言っても保湿対策です。体の外からは保湿力の高い化粧品を使い、室内では加湿器を使って乾いた空気からお肌を守りましょう。乾燥した環境ではお肌が荒れやすく、また鼻、のどなどの粘膜も乾いて風邪も引きやすくなります。体の内側からは「はとむぎ」を食べたり「ハトムギ酵素」を飲みましょう。

「ハトムギ酵素」は3種類のハトムギでお肌を潤してくれます。

「はとむぎパック」で保湿

乾燥する季節には「はとむぎ粉末」や「ハトムギ酵素」でパックをすると、ハトムギの保湿成分でしっとりとした潤いのお肌が保てます。

【パックの仕方】

「はとむぎ粉末」や「ハトムギ酵素」をマヨネーズぐらいの硬さにお水で溶いて、洗顔のあとのお顔にそっとぬります。5~10分くらいおいて、こすらずにやさしく洗い流します。



※初めての場合は必ず二の腕などでパッチテストをおこなってください。

6つの原料のビューティバランス

3種類のハトムギ

- ① 国産はとむぎ
- ② 国産有機はとむぎ若葉
- ③ 国産有機殻付きはとむぎ
- ④ フルーツ酵素
- ⑤ オリゴ糖
- ⑥ 有胞子性乳酸菌



150g (2.5g×60包)
価格 4,300円(税抜)



はとむぎで健康な身体をつくりましょう！

私たちの身体は食べものによってつくられています。
よい食の習慣でよい身体をつくりましょう。

今年も「はとむぎのある生活」で一年間を健やかに
お過ごしくださいませ。

歴史が育んだ「はとむぎ」

長い歴史を持つ「はとむぎの粒」とは、ヨクイニンと呼ばれる精白ハトムギのことをいいます。昔は固い殻をどのようにして剥いたのか砕いたのかわかりませんが、そのころから滋養強壮、長寿食だといわれてきました。毎日のご飯に入れたり、惣菜にトッピングしてお召し上がりください。一度にたくさん炊いて冷凍保存されるといつでも使えるので便利です。



国産はとむぎ粒



ゆではとむぎの作り方



詳しくはホームページをご覧ください。



お子様に食べて欲しい

白いご飯が好きなお子様には、美味しくて目立たない「はとむぎ炊飯器用」をぜひおすすめします。「はとむぎ炊飯器用」を食べている内に、思春期のニキビ、吹き出物などの脂肪腫がハトムギの不飽和脂肪酸によって取れ、すべすべしてきれいなお肌になってきます。また脂質の酸化による加齢臭が気になる男性にもおすすめします。



国産はとむぎ炊飯器用



太陽食品の
はとむぎ
機能性を味方に
健やかに！

お料理に使ってほしい

ちょっと手を加えてハトムギの効果を感じませんか。「はとむぎ粉末」を小麦粉の料理に1.2割ほど混ぜたり、お団子を作る時に白玉粉に1~2割を混ぜるととても美味しい団子になります。お団子は汁粉やみそ汁、スープなどに入れてお楽しみください。食べてきれいになる「はとむぎ」は美容食の中でもNo.1ですよ。



国産はとむぎ粉末



ポリポリとした食感が楽しい

そのままポリポリと食べられて、とても美味しいハトムギです。おやつにお惣菜にトッピングしてお召し上がり下さい。クルミやナッツに「はとむぎほうじ粒」を混ぜて食べると身体に良い脂質がバランスよく摂れるので、コレステロール値や中性脂肪値を下げたり、老化を予防してくれます。クルミなどをお買い求めの際は、無塩や植物油不使用を選びましょう。



国産はとむぎほうじ粒



なにより手軽さが人気です

「はとむぎほうじ粒」を粉末にしています。ハトムギはどれも同じように機能性がありますが、使い方が手軽で継続しやすい「はとむぎほうじ粉末」が一番の人気ものです。お好みのドリンクに混ぜてお召し上がりください。健康美容には1日に大さじ1杯(約10g)以上を目安にしてください。きな粉やすり胡麻と混ぜると更にバランスのとれた栄養ドリンクになります。



国産はとむぎほうじ粉末



*コップに入れる場合は、先に「はとむぎほうじ粉末」を入れてドリンクを少しずつ加えながらかき混ぜてください。