

大和の古刹を歩く

疫病退散のご利益があるとされる妖怪アマビエと白鹿のモチーフ。可愛い…♡



二の鳥居



春日大社石碑



金龍神社



石灯籠(重要文化財) 参道わきに並んでいる石灯籠、2000基もあります。

春日大社(かすがたいしゃ) 奈良県奈良市春日野町160 <https://www.kasugataisha.or.jp>
ユネスコ世界遺産に「古都奈良の文化財」の一つとして登録されている春日大社へご参拝。今年の絵馬は「ピカチュウ」の作者である、にしだあつこさんが平安と人々の平和を願って描かれたそうです。春日大社は1300年ほど前、常陸(茨城県)の鹿島から武甕槌命様を祭神としてお迎えしたのが始まりとされています。その時、白鹿に乗って来られたということから鹿を神様の使いとし、今では約1300頭が人と共存しています。春日大社は鮮やかな朱色の建築が有名で平安時代から受け継がれ、20年に一度、社殿を建て替える「式年造替」が2016年(60回目)に行われました。60回を超えるのは伊勢神宮と春日大社だけだそうです。



拝殿
この奥に4つの本殿があり、「式年造替」の制度により平安時代からの建築様式を受け継いでおられます。今回は若宮十五社めぐりの内三社をお参りました。



灯籠
春日大社には平安時代から奉納された3000基もの釣灯籠があります。



夫婦大黒社
日本で唯一ご夫妻の大黒様をお祀りしたお社です。



毎年12月17日に行われる「春日若宮おん祭」は日本を代表するお祭りです。国の重要無形民俗文化財に指定され、900年近く続いています。



南門(重要文化財)
鮮やかな朱塗りの楼門で、ご本殿を囲む回廊があります。



本社大杉
林檎の影にそびえ立つ、樹齢千年ともいわれている大杉。



150g (2.5g×60包)
価格 4,300円(税抜)

- 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 国産有機脱皮はとむぎ
 - ④ フルーツ酵素
 - ⑤ オリゴ糖
 - ⑥ 有胞子性乳酸菌

お客様のお声

食事のバランスや運動に気をつけていても便秘が時々あったので、「ハトムギ酵素」を母から勧められ試し始めました。1ヶ月経った頃には、便秘の悩みは気にならなくなり、肌が内側からよくなってきた…というかツヤが出てくるように感じられます。体重も増えにくくなりました。効果を実感したから何度も購入しています。

30代女性

田七人參の力

天然素材の力で健康

昔から使われてきた生薬と呼ばれるものは、人の体を正常に戻してくれるという素晴らしい面を持っています。例えば血圧が高い人には血圧を低くして正常に戻し、反対に血圧が低い人には血圧を正常に戻すという「両面性」という働きがあります。同じように脳出血を起こす人は止血作用が必要ですが、血栓も出来やすいので血栓ができないように溶血作用も必要とします。生薬には「相乗効果」があり、素材の中にはさまざまな

成分や、まだ有効性が確認されていないものも含め、渾然一体となって人の体に無理なく働きかける効果があります。その代表的なものが田七人參です。田七人參は溶血を防ぐサポニンと血小板の凝固を防ぐサポニンをバランスよく含み、この相反する「両面性」で体を正常に戻そうと働きかけます。生薬という天然素材の力は素晴らしいですね。



標高1200m~1800mの雲南省文山、大自然豊かな山地で田七人參は栽培されています。田七人參は直射日光を嫌うため網や木の葉で棚をつくり遮光された畑で3年の年月をかけて育ちます。写真の茶色く見える部分が田七人參畑の棚です。



60g (1.5g×40包)
価格 8,800円(税抜)

田七人參の力



225g (1.5g×150包)
価格 27,150円(税抜)

日本のハレの日にいただくお餅

お餅は縁起もの

日本では、お餅を単なる食べ物ではなく神様が宿る特別な存在として敬われ、お餅をいただくと力がつき、新しく生命を再生させる霊力があると信じられてきました。これがハレの日になればお餅をいただくという習慣となりました。

今でも建築棟上げの神事に紅白の「餅まき・餅投げ」という行事や、子供が一歳の誕生日を迎えると一升

のお餅を背負わせ「一生食べ物に困らないように」という願いを込めてお祝いをするといった行事が残されているようです。

因みに弊社では毎年2月の節分に「はとむぎ餅つき大会」を行い、ご近所のお子様たちに絆で「はとむぎ入り餅」を搗いていただき「福餅」としてふるまいます。



お餅は「国産はとむぎ炊飯器用」を入れて搗きました。

はとむぎ餅入り

奈良のきなこ雑煮

雑煮は各地によって特徴がありますがご当地、奈良の風変わりな雑煮をご紹介します。雑煮の味は白みそ仕立てで、大根、人参などを輪切りにし、丸餅を焼いて入れます。輪切りや丸餅は一年を丸く過ごせますよという意味があります。お餅を食べる時は雑煮の中から取り出し、きな粉をつけてあべかわ餅のようにしていただきます。きな粉の黄色は、米の穂を表し豊作でありますよという願いが込められています。



「きなこ」に「国産はとむぎほうじ粉末」を混ぜました。

国産はとむぎ
ほうじ粉末
150g

価格 850円(税抜)



国産はとむぎ
炊飯器用
200g

価格 600円(税抜)



国産はとむぎ
炊飯器用
650g

価格 1,750円(税抜)



おせち料理は腎を養います

お正月にいただくお節料理は、奈良時代から平安時代にかけて食べられてきたそうです。当時、宮中では節目のお祝いの料理として「お節供」を神様に供え、その風習が江戸時代に入ると大衆にも広がって「おせち」と呼ばれて、お正月に食べる特別な料理となりました。「おせち料理」は冬の養生や薬膳として、とても理にかなったものです。

【黒豆】

縁起の良い食べ物がいっぱい入っている「おせち」中、中でも黒豆は「マメマメしく」という意味で健康を意味しています。薬膳効果は体の内から要らない水分を排出する働きがあるため、むくみや関節の痛みを緩和してくれます。また血を活性化して解毒の作用もあります。

【海老】

海老は腰が曲がった姿から長寿を願ったものです。薬膳効果としては体の内から「脂」のエネルギーを高める働きがあります。栄養的にも低カロリーなのに高タンパク質で、タウリンは善玉コレステロールを増やし、若返りのビタミンEも豊富に含まれています。

【ごぼう】

ごぼうは土の中で根を張ることから、家族の土台がしっかりする、家業が根付くという意味があります。薬膳効果は体の余分な熱を冷まし、のどの炎症、便秘を解消するなどの働きがあります。ごぼうの食物繊維は水溶性と不溶性をバランスよく含んでいることが特徴です。

【栗】

栗は見た目の黄色をお金に見立てた縁起ものです。「おせち」の栗きんとん「金団」と書いて財宝や金運を意味します。薬膳効果としては下痢や出血を止め、骨や筋肉を強くする働きがあり、栄養価が高いため風邪の予防、疲労回復、滋養に良いといわれています。



【昆布】

昆布は「よるこぶ」という語呂合わせで縁起物。薬膳効果としては体液の流れをよくして要らないものを排出する働きがあります。

また昆布の水溶性食物繊維は高血圧、動脈硬化、脂質代謝など、豊富なミネラルは整腸作用にも骨粗しょう症にも良い働きをします。