



こんにちは。お元気でお過ごしでしょうか！GOTOも始まりましたね！まだまだコロナは油断出来ませんが変わらず自己免疫力アップ（免疫異常の方は調整）をしながら経済活性応援もしたいですよ！さて私も車での移動はまだ心配ないですが休日はパソコンによるZoomの講習会が増え、東京、大阪で生のセミナーを受けたいのですがまだまだ長時間の電車移動は不安で行けていません。

ある「雑談の会」に初めて参加させていただきました。全国さまざまな地域からの参加の方々（群馬、香川、岐阜、大阪、東京）でした。「秋といえば何を連想しますか？」「読書の秋」「食欲の秋」「紅葉」などが出て、やはり食欲の秋で「岐阜の栗きんとん」や「香川のうどん」「サツマイモ」とかお雑煮についてなどお国自慢が始まり、お雑煮も関東は「おすまし汁」、関西は「白みそ」とか「丸もち」「角もち」なかには「あんこもち」を入れる地域もあり、驚きました。



雑談力がなく会話が苦手なのでお招き頂き、稽古になるかなと参加させていただきました。結構楽しく、次回も来月、参加することになりました。共通点はある会に参加したことがある方々でした。「ヤタガラス」「サッカーの神」とか出たので次回は「熊野古道」とかお話したいと思いました。

Zoomといえば「ある勉強会」のセミナーの講師の先生に「牛乳っていい飲み物か？」と質問され良いものと手を上げたのはほんのわずかの人だけでした。「良い」「悪い」の2つの答えがあり、13人中「良い」と答えたのは一人でした。先生はマクロビオティックに勤務していた時、全国尋ねて回ったそうです。

なぜなら中高生の時には牛乳を体に良いと思って1日10も飲んでいました。それが仕事について「体に良い食物」「悪い食物」の勉強をしてからはピタッと牛乳を飲むのをやめたそうです！理由は牧場を見学して理解しました。牛舎につながれた牛が機械で搾乳され（お乳を搾り取られ）て、「乳が出なくなった牛はどうなると思う？」と尋ねられました。



あなたは何だと思いませんか？「殺される？」「いえいえ、牛肉にされる前にすることがあります。太いホルモン注射を打たれるそうです。」それによって又、その乳が出なくなった牛は毎日出るようになるそうです。



たまに嗜好品として少し飲むのは別として毎日飲んでいては体もおかしくなってしまう！

「牛乳はモー毒？」という小児科の真弓定夫先生の本（『肉はあぶない？』『37℃のふしぎ』）が出ているのも当然といえます！牛乳を仕事にしている方もおられ、利権がらみもあるので大きな声では言えないが体にとっては良くない飲み物ですと言われていました。今はアレルギーやガンを引き起こす元になると知識を持つ方も増えてきています。

新潟でしたか、給食での牛乳をやめた地域もあるそうです。「牛乳を飲むほど骨粗しょう症も増加します」健康の為に「自分が毎日食べている食について」考えてみて下さい！今、当店では生命をつなぐ「食」「安心安全な食」について情報を発信しています。「健康教室」を10月よりスタートします。コロナの影響もあり講師の先生をお呼び出来にくいので店頭でしか見れない貴重な映像を放映します！30分間だけです！無料ですのでぜひお問い合わせの上ご覧ください！