

2018  
9~10月

# カルタ

ご予約・お問い合わせ  
0250-62-2293

9/20  
午前10時~午後5時  
西田流健康傳  
in 自分発芽  
私でも毎日続けられる健康法、ついにみつけました!

こういうのを着ると、もう、やめられないわ!!

9/29

10/1  
もめん展

☆元、呉服屋だったから、久留米絨を着るようになった。そこから出会うモノコトがグングン変わって、還暦過ぎの今の私が一番元気!!

今は「使い切る」にハマっています。今あるモノを「使い切る」を実践すると、買物欲が抑えられ「これ、使い切れるかな?」と考えられるようになります。着るものや食べるもの、洗剤にも当てはまるので、是非試してみてください!!

暑かった今年の夏、沢山の「災害」が起りましたね。驚いたのは、流れ出した土砂に農薬なども混んでいるのでマスクをして下りようという注意。暑く、温帯化のみならず「環境」が大変なコトになっている、と気がなされました。自然素材を着る、使うのは、いい解決策に

9 SEPTEMBER なんと信じ、発信していきます。

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	午後11:30~午後4:00					1
2 健康自分発芽	3 自分発芽	4 休	5 休	6	7	8
9 AM 9:30 パステル	10 PM 14:00 パステル	11 休	12 休	13	14	15 CDコ
16 CDコサート	17	18 休	19 休	20	21	22
23	24	25 休	26 休	27	28	29 もめん展
30						

9/15、16

PM 1:00~  
CDコサート

ボトルズ  
山本潤子 etc



新潟のみならず、いまもあつたとうございませ!!  
今回は10/5に10/11から帰国します。

10 OCTOBER

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
9/30 もめん展	2 休	3 休	4	5	6 もめん展	
7 もめん展	8 もめん展	9 休	10 休	11	12	13
14	15	16 休	17 休	18	19	20
21	22	23 休	24 休	25	26	27 マキ ウール
28 マキ	29 ウール	30 休	31 休	11/1 マキ	2 ウール	3 マキ
						4 ウール

10/6に自分発芽  
7、8に絨shopの予定です。  
日替ボケ無いよう顔晴ります!!

10/27 ~ 11/4

マキのウール♡



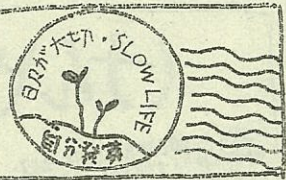
このあたりに、もう手離せません!!  
糸から引いて結ぶので、とっても丈夫! 寒い冬にじんわりぬくもり、役に立ちます。

らぎはぎ通信は絨shop 西田が発行していきます。

# らぎはぎ

第112号

2018年 9月

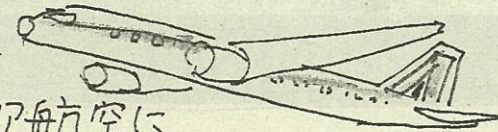


絨shop 西田 ☑ 959-2021 新潟県新潟市中央区中央町2-10-10  
cafe 自分発芽 ☑ 950-0916 新潟市中央区米山 1-8-26

今年の夏は「命」にかかっている暑さ。熱中症に注意して下さい。毎日ニュースで流れてました。愛犬目目が我家に来て約1ヶ月。初めての夏。昼間は、お店へ避難。否応なく、お店デビューと決まりました(祝)



この夏の暑さに目かけられたのが小4谷絨縮。言葉より月几が「谷」に「縮」の感じが、どの素材より軽く、風が通り抜けて、さすがに1200年の歴史! 日本の特に新潟のジメジメした夏には、ヒョウタリ!!



この夏のビックニュース!!  
長女が、念願のイタリア イタリア航空に合格しました。  
あきらめずに何度も挑戦し、その精神申分に「あ、はれ!!」です。

さてさてその長女が、マクロビの料理教室に通いはじめました。それは「良いカロシ感」と言うか、自分発芽手に玄米菜食の生活と聞いていますか? その話しかとても興味をそそきます。

例えは玄米を炊く時、土鍋と圧力鍋と炊飯器の違い。  
土鍋は外へ外へと広がる力が強いので、どちらかと云えば、陰性になるそうです。  
圧力鍋は、キュッ!!としまる力が強いので、陽性になるそうです。  
マツコデラックスがもし玄米を食べるなら、彼女が広がっているので、圧力で炊いた方が、体質には合っているとのこと。  
~~~~!! なるほど~~~~!!



油もその通りで、菜種やゴマは種からなので、陽性。一方オリーブオイルは実なので、種よりは広がりがあって、陰性になるそうです。その方の体質や、コステロールを下げる力のあるオリーブオイルなので、その日替りの体調に合わせておきたいとのこと。  
「マクロビ」って、もともと「リ」として「いい」ではないかと思いたけれど、以外に柔軟で、逆に驚きました。だから続けられるのかも。

