

あしたば 悠々倶楽部通信

2023.

4月号

NO. 34



スーパーフードパウダー入りのカップラーメン

とってもオイシイですよ

微生物の世界

NHKスペシャル「超・進化論」22年1月8日放送
「おたは 微生物から はじまりました」より

春らんまん、どこもかしこも春色に彩られる4月となりました。新生活をはじめられた方もおられるでしょうか。毎日栄養ある食事をとること、難しいですよね。ぜひそんな方にこそ、明日葉の商品や「食物繊維スープ」を活用して頂きたいな、と願っています。うちの「スサの邑」はあばは、カップラーメンを食べる時は、「スーパーフードパウダー」入りのお湯を沸かして使うそうです。少しの工夫で腸内細菌が喜ぶ食生活を続けることができますよ。

前回の通信では「植物の世界」をご紹介しました。NHKスペシャル「超・進化論」から今回は「微生物の世界」をご紹介します。最先端科学で読み読「微生物の世界」目に見えないほどに小さな存在の微生物は、どうやらスーパー生物のようです!! あらゆる生き物の進化のカギを握るかもしれない微生物たちのスーパーパワー!! その驚きの世界とは!?

Point 1 微生物が人類を救う!? 最新の研究では、微生物のスーパーパワーを、がんの治療に役立てることが考えられています。「クロストリジウム」という微生物をがんの治療に使用は、クロストリジウムが放出する酵素ががん細胞を破壊してくれる、ということがわかってきました。がんを根治する微生物候補は数種類あり、安全性の検証が進められています。

Point 2 微生物は意思を持っている!? なんと微生物は生き物の脳に入り込み、操縦して自分の味方にしてしまうというのです。その微生物は「トキソプラズマ」。ネズミの脳に入り込み、大胆な、慎重さに欠ける行動をさせることにより、ネコにネズミを食べられやすくしているのです。なぜならトキソプラズマはネコの動物の体内でしか子孫を残せないから。同様に、人間に感染しても胎盤以外には問題ないと言われているものが、実は人間も行動が大胆にならざるを得ない、と研究者は考えています。

Point 3 微生物が地球環境を支えてきた!? 地球全体で、微生物が担う光合成の割合はおおよそ50%。陸の植物全体に匹敵する貢献をしてくれています。その他にも、地球の生態系に欠かせない、酸素・二酸化炭素・窒素の多くは微生物がコントロールしていたこともわかってきました。
目に見えない小さな微生物が集まれば「大きなパワー」となり、人間・地球全体を支えているのです。この地球のかくれの主役は微生物かもしれません。

ジイジの畑ばなし

- ★ 新しく購入した1号地にライ麦の種を蒔いてきました。畝の谷の水はまだ乾いておらず、土が湿りすぎているので播種機が使えず、柔らかい畝に足をとられながら、フワフワになつて蒔きました。どうやら2km以上も、足を取られながら歩いたようです。思えば以上に水はけが悪いのですが、ここから始めることにもささ意味があるのでしょね。
- ★ さらに次の日は2号地で畝の谷上げ作業をしました。こちらの畑もまだ谷が乾いていなくて、耕運機が何度もずり込んでどうしようもなくなり、力の限り押し引きしたりしたからの作業でした。
- ★ 半分くらいきたところで、またまたずりこんでしまい、なんとか脱出できたものの精魂を果てて帰ってきました。
- ★ もう少し気温が上がれば、もう少し火田も乾いてくれると思います。今日は全身バリバリに張って、唸りながら歩いています(笑)
- ★ それでも、昨夜は明日葉をたくさん食べたのでおかげで、体の回復は早いような気がします。

「スサの邑」ブログはじめます

ハトハト話ばかりになつてしまいました... みなさん、春ごはねお花見はしましたか?



「スサの邑」のブログを始めることとなりました。『サ』「食物繊維」のサイトからも読んでいたように準備中です。食物繊維のこと、明日葉のこと、腸内細菌のこと、火田のこと、スサの邑の暮らしのこと、などなど、たくさんの方に楽しく言葉で伝えられるように、発信していけたらなと思っています。また、続報お伝えしますね!!!

お知らせ 「ドライ納豆」の販売を再開しています。この機会にぜひどうぞご購入ください。商品の発送業務は基本的に土・日・曜日はお休みさせて頂いております。ご了承ください。



新年度がはじまりました。うちの来子もこの小学一年生と私も同じようにピカピカの新しい気持ちで、この通信を書いておきたいと思っております。新しい企画、「スサの邑」のブログは主にスサの邑ババが書き手となる予定です。私と今から一緒にいっています。またお知らせしますので、ぜひブログもチェックして下さいね。作成日 2023年1月 作成者: 藍子

スサの邑
〒669-2346 兵庫県丹波篠山市西岡屋491
ごんわ・Fax: 079-506-2892
E-mail: info@shokumotsuseni.com
Instagram: Susanomuraa