

咲菜だより

第128号

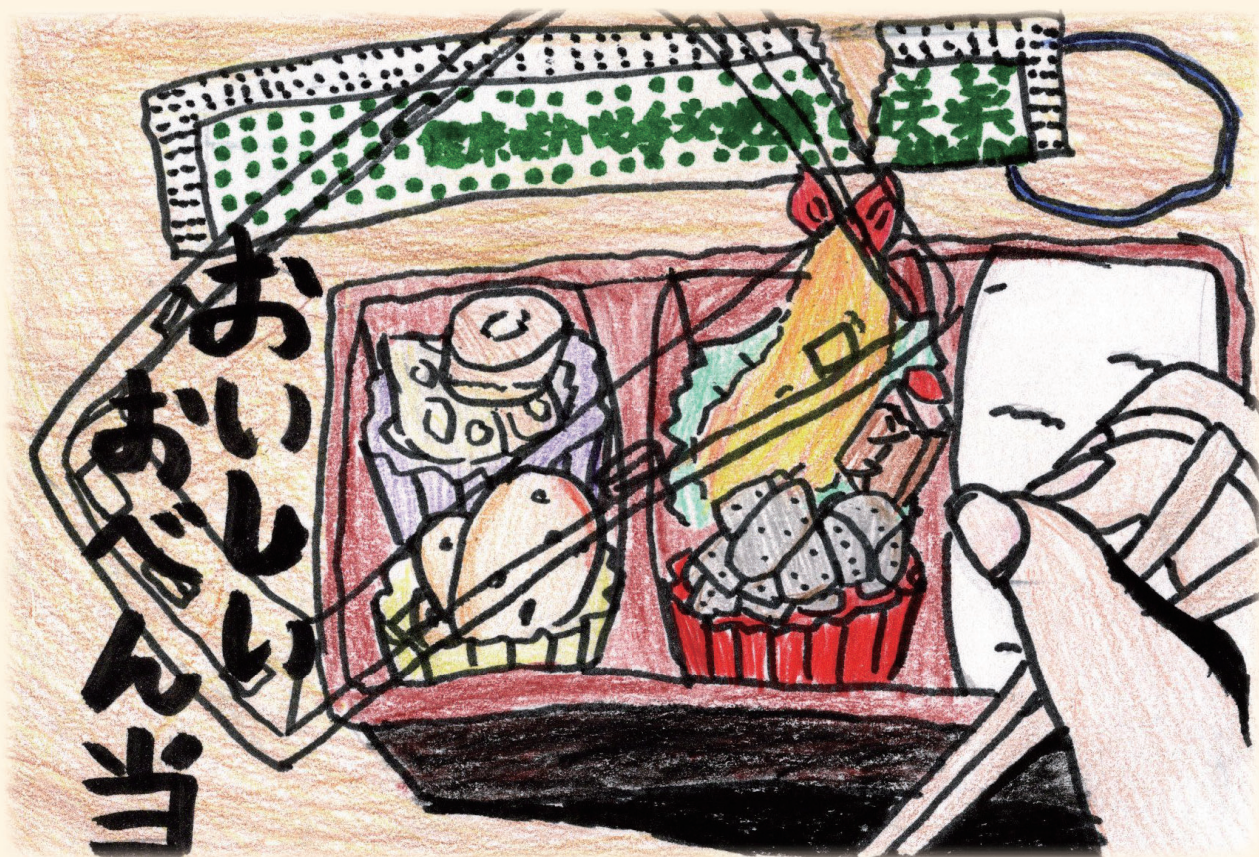
《2025年9月発行》

健康咲かせる手づくり惣菜

咲菜
sakana

第9回お台所絵手紙コンテスト 佳作

はる様の作品



ただいま邁進中 社長 渡辺のひとこと

『人事を尽くして天命を待っているか？』

皆さん、こんにちは！まだまだ暑い日が続きます。バランスの良い食事と十分な水分補給をくださいね！「人事を尽くして天命を待つ」全力を尽くしてやれるだけのことはやったのだから、結果はどうであろうと天の意志に任せるしかないという心境を表したものです。課題や目標に対して、あらゆる努力をし尽くしてこれ以上はないという状態ですから、これはもう、とても清々しい思いです。あとは、運に任せるしかない。すっきりした心境です。自分は本当にそこまで努力し尽くしているだろうか？他者や環境のせいにして、諦めてしまっていないだろうか？自分の役割ではない、誰かがやるだろう、と逃げていないだろうか？もしそうならこれは、モヤモヤしてすっきりしないストレスたっぷりの心境です。実際どうかは自分が最も分かっているはず。自分の本心が納得できるまで努力し行動すること（納得できたなら諦めることもありかな）。本気の努力には周囲も味方し助けてくれるはず。他人が何と言おうと、自分自身のためにも、やるべきことに最大の努力を尽くしたい。常に、あとは、天命を待つだけの状態でいたい。

栄養士 すずき

新メニュー

手づつみ! 貝だくさん 焼き・揚げギョーザ

試作に試作を重ね… 7年ぶりの登場です！
国産の豚肉・ニラ・生しいたけ・キャベツを
加え、大きな皮で手づつみしたギョーザは
とってもジューシー
で食べごたえ抜群！
焼きと揚げの2種類
をご用意しましたの
でお好きな方をぜひ
どうぞ♪



新メニュー

香川県伊吹島産 カタクチイワシの磯辺揚げ

煮干しの原料となるカタクチイワシですが
脂の多いものは美味しい出汁を取るには不
向きで捨てられることも…しかし脂が乗っ
ているからこそそのまま食べると身がふっ
くらして美味しい！
磯辺揚げにしたこ
とで骨まで丸ごと
食べられる栄養満
点な一品です♪



1年で最も美しい月が見られる 中秋の名月 限定メニューが登場！



「中秋の名月」は、秋の収穫に感謝し、丸いものを供えてお月見をする日。
咲菜では、玉子の黄身をお月様に見立てた **限定メニュー** が登場します！

スコッチエッグ、お月見ハンバーグ、お月見弁当の
お月見メニュー3種は **9～10月のみ販売予定**！
今年の中秋の名月は **10月6日(月)** です。
ボリューム満点！咲菜のお月様を食べながら
ご家族でお月見をお楽しみください♪



スコッチエッグ



お月見ハンバーグ

創業者のつぶやき

『祇園祭の護符に込められた想い』

京都の老舗料亭を訪れた時、「蘇民将来之子孫也」と書かれた護符を見かけた。昔、旅の途中であった素戔鳴尊（スサノヲノミコト）は、夕暮れになっても泊まるところが見つからず困り果て、この地に住む将来兄弟の元を訪れた。大変裕福な弟の巨旦将来は宿を断ったが、大変貧しい兄の蘇民将来は快く引き受け、貧しいながらも出来る限りもてなし一夜を過ごした。蘇民の行いに素戔鳴尊は大変喜び、「後の世に疫病流行すれば蘇民将来の子孫といい、茅の輪を腰につけておけば免れさせる」と約束して茅の輪を与えた。以来、貧しかった蘇民の一族は疫病を免れ代々栄え、裕福だった巨旦の一族は没落したという。この伝記は祇園祭に今も色濃く受け継がれており、「蘇民将来之子孫也」と書いた護符を身に着け神事を行い、茅の輪が授与されている。

仏教に「無財の七施」という教えがある。

①眼施（優しい眼差し）②和顔施（笑顔）

③言辞施（優しい言葉）④身施（行動による奉仕）

⑤心施（思いやりの心）⑥床座施（席を譲る）

⑦房舎施（自分の家でもてなす）

お金やものがなくても、相手を思いやる心があれば周りの人や自分を幸せにできるという教えだ。蘇民の行動はまさに無財の七施！私も境遇に限らず人を助けられる人でありたい。

産地研修日誌

6/19、和歌山県で梅について
百福梅本舗さんと梅農園を
視察させていただきました📷



今回の産地



梅農家さんが仕上げた
白干し梅を一口…
塩分が22%ほどだそうで
しょっぱさに思わず顔がすぼみます

今回はおにぎりでも大人気の「梅干し」の産地を訪問しました。
最初に訪れたのは、梅干しを加工・販売されている「百福梅本舗」さん。こちらでは梅農家さんが塩漬けして干した白干し梅という状態の梅が納品されます。その白干し梅を製品に合わせ塩抜き・加工するのがお仕事です。
咲菜の梅干しは赤しそと塩だけで漬け込み、昔ながらのしょっぱめ、塩分15%で仕上げていただいています。
完熟梅を使うことでフルーティーさも



梅を塩で漬け込む際に出る「梅酢」は焼肉のタレや唐揚げの下味にすると美味しいのだとか

あるのが特徴です！そんな完熟梅を育ててくださる梅農家さんの農園も訪問。収穫のピークだったので、収穫後の工程を見せていただきました。完熟梅は、梅が完熟すると自然に落ちてくるので、それを拾って収穫していきます。収穫さ



収穫体験中もぽとぽと自然落下してくる梅がたくさんありました！すもものような甘酸っぱい味がします

れた梅はアクと虫抜きのため水に漬け、その後大きなタンクに移して粗塩と交互に重ねていきます。粗めの塩を使うことで溶けやすく、梅がべちゃっとなってしまうのを防げるそうです。塩が溶け梅酢が出たら別のタンクへ移し、塩分濃度が均一になるようタンクの底から梅酢を循環させます。そして7月に入った頃から順番に天日干しをすれば白干し梅の完成！百福梅本舗さんのような加工屋さんへ出荷されます。今年は雹の被害が多く出たり暑さのせいで開花が遅れたりと異常気象の影響が大きかったそうです…

様々な自然現象にも負けず色んな人が手間と愛情をかけて作ってくださる梅干し。残暑厳しいこの時期の暑気払いにぜひ毎日の食事に取り入れてみてくださいね。

百福梅本舗さんの梅干しは咲菜各店でも販売中です♪



いつもありがとうございます。
今月からお台所川柳コンテストが始まります！毎年たくさん作品が集まる本企画は今年でなんと13回目の開催！お台所をテーマにした思わずすつと笑えたり、うんうんそうそうとなづいてしまう出来事を五七五に乗せて一句詠んでみてください！応募は店頭で配布中の専用ハガキまたは応募フォームから。おひとり様1ペンネームのみ、5句まで受け付けております。締切までまだまだございますので、ぜひ選りすぐりの句で応募くださいませ！

【咲菜だより編集長】

発行:株式会社千惣(ちそう)

〒558-0011 大阪府大阪市住吉区荻田7-3-10

【公式HP】 <https://okayamafs.com/chisou/>

【e-mail】 sakana-info@chisou.biz

ご意見・感想など
お気軽にお寄せください

公式Instagramは
こちらから！

