



TAO 塾通信

2018年 秋号

編集者 波多野毅 発行元 一般社団法人TAO塾 2018年9月9日(日)発行 通刊65号
〒869-2501 熊本県阿蘇郡小国町宮原 908-4 TEL & FAX 0967(46)3913 携帯 090(1978)3386
E-mail:wildoats@bronze.ocn.ne.jp mobile-mail:taojuku@me.com Facebook & blog ほぼ毎日更新中
一般社団法人 TAO塾 新ホームページ <http://taojuku.jimdo.com/>
TAOリトリート&cafe 新ホームページ <http://taoretreat.jimdo.com/>

Towards
enjoying
21st century

1 独立自由人
2 知的野生人
3 草根世界人

Be independent and free.
Be intellectual yet down-to-earth.
Be international yet act locally.

一般社団法人 TAO塾 2018年環境大臣賞受賞

一般社団法人 TAO塾代表 波多野 毅

6月13日、東京・半蔵門のホテルにて中川雅治環境大臣より表彰状を授与された。受賞理由は「環境に配慮したエコクッキング教室や、東洋医学の理論に基づき、日本の伝統食をベースにした健康教室を長年にわたって行ってきた」とのこと。通常、自然エネルギー関係の他、CO₂削減や自然教育などが表彰を受けるなか、健康と環境の両方をつなぐ私達の活動の真意が評価されたことはとても有難い思いがした。

7月21日、毎月1回小国町パラソルセンターで開催している小国町ゆうあい子ども食堂。今回は、通常のランチに加えて、出会いのひろば「おばぴー」での朝食会も実施。また、熊本県内にある子ども食堂のネットワーク組織「TSUDOU・NET」が発足。点を線で結び面にしていく活動に展開していく予定。小さい子どもから、お年寄りまで集う「地域の食堂」の笑顔の食卓が広がっていくのを願っている。

8月26日、無農薬オーガニックの野菜栽培に加えて、今年初チャレンジしたニホンミツバチの養蜂の採蜜会を開催。ご指導頂いている福岡市早良区の有住小学校校長・大屋敬一先生のレクチャーと、蜂蜜を使ったお料理の数々を食べるランチ会食。世界各国で多発している蜜蜂の大量死とネオニコチノイド系農薬の関連性等を学ぶ。楽しい採蜜や会食を通じて問題意識が深まっていけたら嬉しい。

9月6~17日、アメリカ講演ツアーに行ってきます。報告会をお楽しみに！



ひろこ先生の一口養生コラム

北里洋子 (TAO塾料理&書道講師)

皆さんは毎日お味噌汁を飲んでいますか？日本人がお味噌汁を飲む頻度は、昔に比べるととても少なくなっています。一方で、この30年間で家庭のお味噌の消費量が半分近く落ち込んでいるそうです。日本人は世界でも最も長寿の国民といわれていますが、その背景にはお味噌や醤油、漬物といった伝統的な発酵食品がありました。こうした日本の発酵食品は、逆に海外の健康志向の人たちには注目され、マクロビオティックや自然食を実践している人たちの間でお味噌は「奇跡の調味料」として大人気です。お味噌には腸内細菌を整える効果や免疫力を上げる効果などが期待され、がん予防や放射線障害の緩和といった作用があることも知られています。お味噌の国に生まれた私達こそ、もっとお味噌の素晴らしさに再注目するべきではないでしょうか。

TAO塾では毎年11月に、自家栽培の無農薬黒大豆を阿蘇の地熱で蒸し上げて味噌をつくる合宿を行っています。自分でつくれば美味しさもひとしお。紅葉まっさかりの阿蘇で、一緒に味噌作りをしませんか。

TAOリトリートでお待ちしています。



ともこ先生のシネマレポート

天野朋子 (TAO塾料理&英語講師)

20代の頃アメリカに住んでいた時に、「月の輝く夜に」という映画を観ました。歌手のシェールが主演で、ブレイク直前のニコラス・ケイジとの大人の恋愛を描いたとても味わい深い映画でした。

現代は「Moonstruck」。月の光に照らされて夢心地になる、我を忘れるといった意味もある単語です。西洋では、月には昔から、人の感情を左右しどきには狂気に至らせるような作用があると信じられています。狼男の伝説などもそのひとつですし、Lunatic（狂気）という単語のLunaも、月という意味です。日本人の月に対する思い（月のうさぎ、かぐや姫など）とはかなり違って面白いですね。

TAO塾では新月に合わせて断食セミナーを開催したり、満月に日光浴ならぬ月光浴を行っています。阿蘇の澄み切った夜空の下で、たまにはゆっくりと月を眺めてみてはいかがでしょうか。



中秋の名月・月光浴の会

9月24日(月)~25日(火) TAOリトリート

パワースポットでの月光浴に、波多野毅の特別陰陽講座「太陽と月の結婚」、ボディエクササイズを組み合わせました。雨天の場合は、キャンドルナイトセッション（ロウソクの火を灯して心理ワークショップ）を行います。詳細はホームページ (taojuku.jimdo.com) または、taojuku@gmail.com までお問い合わせ下さい。



