



甲あて: ヨーガのレッスンで便利。サイクル毛糸で手編みされた足の甲あて。足の甲に瞑想でできやすい黒ずみや、床設置面の痛みをカバーします。織り織りのうたの姉妹商品。三陸小本地区の就労支援に通じています。(¥1,000)

ヨーガ・マット: 2011.3.11 で被災された地区の皆さんの就労支援でスタートしたのは同年11月。現在では仮設倉庫で二人の織手さんとなりましたが、古着のリメイクによる軟らかくゴムではない**ヨーガ・マット**は、お勧めし続けたいヨーガ・マットの形。(¥8400~)

布巾: びわこ布巾と和太布はご存知の方も多いでしょう。

石鹸を使わないで食器や身体を洗う布巾。同等のインド産の布を販売していましたが、現在はこちらの商品で代用。皆さまにご紹介しています。(¥900~)

石鹸: ご存知**アレッポ石鹸**。石鹸の原型ともいえる千年の歴史と伝統製法こちらも市場商品の仲介販売です。シャンプーリンス要らずとなり、個人的には必携で使って十数年の清浄のための唯一使う洗浄剤。(¥800~)

歯磨き粉: こちらも市場商品の仲介販売です。歯磨き粉は虫歯になるので使用しなくなり、塩でもよいのですが、歯の白さのために**茄子の黒焼**を使っています。(¥600)



ヨーガが教えるように、暮らしが楽であれば楽しく順調。わたしたちをサポートする便利なモノは星数ほど日々造られています。神の造形であり神からの贈りもの。世に現れた与えられしモノを知ります。そして同時に私たちには宿題が与えられてもいます。「それをどうしますか？」これは、今度は、わたしたちから宇宙へする贈りものとなる<行為>なのでしょう。(9)

お知らせ:

① 月謝や受講料の改定にあたり

対面での受講姿勢を基本にしなが、ご多忙時、お仕事との兼ね合いでリモートでの受講を希望される方へ

- ▶ 月に4回の**月謝 (一般・シルバー・3ペア) と回数券 (90分/60分/40分)** をリモート用で準備されると最も無駄な費用がありませんのでお勧めです。
- ▶ 3ペアとは三人のお友達でご入会の場合、お誘いした紹介者様が7500円お月謝となります。入会したお友達もまた後二人誘ってご入会なら同様です。

② 【織り織りのうた】の手織りのマット

作品【山 (やま)】残り1枚あります。ご希望者は裏地の有無を添えお申し出ください。すぐにお手元にお渡しできます。綿の国、織りの国インドもまた古くからついでこの間まで、家の敷物やマットは手織り物でした。



③ 酵素玄米お分けできます!(400円~)

作り方の講習は次回2/25・土午後。四ヶ月に一度あります。武蔵野月刊冊子『くろす・とーく』に掲載されています。(泉の森会館二階にも設置)

無理なくできる人が炊き皆で分け合う。それで十分ではないかと。役割を活かした暮らし方は今後ますます見直されるでしょう…。ヨーガはそもそも<分け合い>が根底にあります。…そのような経緯かことにしました。何でも半分ずつ喜びは一緒の倍となります! 販売にあたり、食品衛生管理者/管理栄養士/スポーツ栄養士有資格です。ご安心ください。

