

新新聞

発行 (株) 能介
〒448-0821
川崎市幸町3-92
0566-24-7314

第12号

R. J. 2. 1

ハルビイの自給自足生活

今の世の中、誰かが言っているように、自給自足の生活が流行している。政治的な理由も、経済的な理由も、いろいろある。でも、私には、もう一つ、もっと大切な理由がある。それは、健康のためだ。現代人は、食生活が乱れ、運動不足で、免疫力が低下している。自給自足の生活は、新鮮な野菜や果物を食べ、自然の恵みを受け、心身ともに健康になれる。それが、私の目指している生活だ。

自給自足の生活は、決して楽ではない。毎日、畑仕事や果物の収穫、加工、保存など、大変な作業がある。でも、その代わり、新鮮な野菜や果物を食べ、自然の恵みを受け、心身ともに健康になれる。それが、私の目指している生活だ。

