



Bijaとはサンスクリット語で「種」を意味します。生命、そして新しいものが始まり成長していく象徴です。

「丑年」

新年あけましておめでとうございます。

今年の干支の牛はインドでは最高神の一人シヴァの乗り物とされていて、インドの人々から大切にされています。インドに行くと街なかでも牛だらけ！牛は農耕に運搬に、ベジタリアン大国のインドでは牛のミルクは大事な食料源に、牛糞も燃料になったり壁の材料にしたりと大活躍です。宗教的に食べることは恐れ多いし、これだけ身近に生活に溶け込んでいると大切にしなければ、という思いも強くなるのでしょう。



こうしたインドをはじめとする途上国での生活では、そこにある自然や動物の力を借りるといった、無駄なエネルギーを使わないし環境も汚さない持続可能な生活がまだまだ残っています。たとえば、インドでは毎日市場に買い物にいった新鮮な旬の地元の野菜を食べている人が多いです。冷蔵庫がないからです。冷蔵庫は便利だけど、頼りすぎると、無駄なエネルギーを使うし、地元の旬の野菜を食べることからも離れてしまいますよね。

オーガニックというと、とても難しく貴重だと思われるかもしれませんが、実は、少し昔に戻れば野菜はみんなオーガニックだったんです。だって農薬や化学肥料は存在しなかったわけですから。そして毎日食べるものも、遠くから運んでくるものはなく、地元のものを中心でした。

「オーガニック」、「ローカルフード」をBijaが大切にしているのは、今の日本では希薄になってしまった、途上国ではまだ残っている地球や自然にやさしい暮らし方を少しでも日常に取り戻すことを目指しているからです。

オーガニック、ローカルフードを大事にすると、環境に負荷をかけて効率的に育てられた食材よりも値段が高くなります。経済的になかなか厳しい時世ですが、Bijaでは開店以来のこの思いは譲らずに、安心できる食材でおいしい料理をこれからも創っていきたいと思います。

今年も多くのお客様に出会えることをうれしく思います！
Bijaをよろしく願いいたします。

(by Kiyokawa)



今月のキャンドルの明かりでディナータイム

1月9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金)



ゆらゆらゆれるキャンドルの灯りを楽しみながら、リラックスして大切な人と一緒に過ごしませんか？キャンドルの光がつなぐ、地球への優しさ、平和、伝統的な暮らし、スローライフ、世界のいろいろな場所であかりを見つめる人々に思いをはせながら…



パカイ鍋!

年末にコラボイベントをした世界初のパクチャーハウス東京の企画をパカリました(パクチャーだけに。。。)(苦笑!)「見知らぬ人と囲むカレー鍋」です。その日の夜にこの企画に予約いただいたお客様同士と一緒に鍋を囲んでいただきます。Bijaのお客様はとても面白い方が多いです。そんなお客様同士が繋がったら面白いな〜と常々思っていました。

またカレー鍋は食べたいけれど、二人前からの注文なので食べられない・・・という方も。そこで一緒にカレー鍋をつつきましょう!もしお一人しか参加者がいなかったら、店主と一緒に食べますよ(笑)!

- ・日時: 1月22日(木)19時スタート(要予約)
- ・参加費用: 2500円 カレー鍋(きのこ or 鶏だんご)+デザート
- ・予約・問合先 Bija(ビージャ) Email: info@bija.jp tel:053-474-0330 (清川)

Bija チャイ教室

大人気のBijaのチャイの秘密と作り方をお教えます!

実はチャイは入れる茶葉やスパイスを変えることで自分の好みのチャイが作れます。Bijaのチャイの秘密やこだわりと、Bija流のチャイの入れ方をお教えます。ご自分でチャイを入れてみたい方ぜひご参加ください。

- ・日時 1月23日(金) 14:00スタート
- ・参加費用: ¥2000 チャイとデザート付き
- ・予約・問合先 Bija(ビージャ)
- Email: info@bija.jp tel:053-474-0330



Bija ゆるゆる農園だより ①

植物を育てることにに関しては水をまくことしか知らないスタッフAが皆さんの知恵を借りながら、Bijaの小さな庭を使ってゆるゆると野菜作りをしてみることにしました。いずれは立派な野菜を作ってお客様に食べていただくのが目標です!

最初に種からでは難しからうということで、苗を探すことに。しかしスタートは季節外れの11月下旬、ホームセンターに行っても苗を売っているところはほとんどありません。諦めかけた時に4軒目でみつけた苗はエンドウとソラマメ。とりあえず手当たり次第に何種類か買いこんで、庭に植えてみました。さて、どうなることやら。

ひたすら水をあげるだけで数週間がたったころ・・・ありや!なんか葉っぱがなくなってるよ?庭の一角のスナッフエンドウが無残な姿に・・・鳥に食いちぎられてしまったようです。か、悲しい・・・。さらに別のソラマメの葉っぱにも穴があいています。こちらは葉の裏を調べるとくさんのアブラムシ。さらに別の場所に植えたスナッフエンドウにもイモムシが。一匹一匹つまんで引きはがしていきます。鳥にやられたヤツ以外はまだ復活できそうですが、先制パンチを食らいました。今後も油断はできませんね〜。



植えてみました

アブラムシ



トリさんにやられました

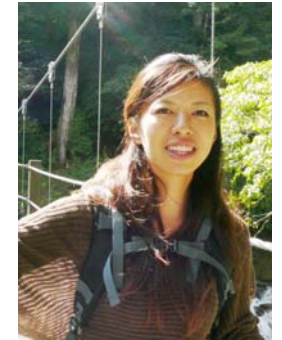


スタッフ紹介

瀬崎 理絵 (Sezaki Rie)

浜松で生まれ育ち、この土地が好きな浜松っ子。海が心地良く、波の唄が日常に流れている波乗人です。月がすき、山がすき、葉っぱ・花がすき、古いものや手作りなものに惚れやすい、なにげないふとした事に幸せを感じるのが楽しい毎日です。

1年半前に、長年のエステサロン勤めを辞め、ゆるり暮らしをしながら、手を通して人と接する、人を癒すことが好きな私は、今年の春からヒーリング・マッサージの出張サロンを始めました。マッサージでお手伝いしていたイベントがきっかけでBijaのチャイと出会いすきになり、オーナーの熱〜いトークに興味津々な私は大切な「食」からのいろんな繋がりに惹かれ、ご縁があってBijaでお世話になっています。ヒーリングのコ・日々のメッセージを綴った私のブログ <http://ayurveda.hamazo.tv/> No Curry! No Life!



フェアトレードチョコレート紹介〜後編

第3世界ショコラ 地球食チョコレート



チョコレートは、混合された原料を微粒化したあと「コンチング」と呼ばれる練り上げ工程を経て作られます。乳化剤を添加する場合には24時間程度で練り上げますが、地球食のチョコレートは乳化剤を使用せず、「コンチング」に72時間もかけることで、安全性と素材本来の美味しさを追求した、こだわりのチョコレートです。チョコにはうるさいスタッフもうならせるイチオシの一品! 今年はオレンジヨーグルトとエクストラバター、アーモンドが新たに登場です。

ピープルツリー フェアトレードチョコレート



チョコレートの基本材料は、『カカオマス』『砂糖』『ココアバター』。ところが、ココアバターは高価なうえに融点が低く溶けやすいので扱いにくいので、多くのチョコレートはさまざまな種類の『植物性油脂』(※トランス型脂肪酸を含むこともあります)で代用しています。このチョコレートで使われている油脂は、ココアバター100%。一番おいしい状態が保てる温度が10~16℃とデリケートですが、それがおいしさと安全の秘密なんです! シナモンとキノアが加わって全部で8種類を販売中です。

ちょっとマジメなお話。食べると幸せな気持ちになる甘いチョコレート。でも、アフリカなどチョコレートの原料であるカカオの産地の多くでは、人身売買で連れてこられた子供達や零細な農家さんたちが貧困にあえぎながら、それでも生きるために今日も過酷で危険な労働に従事しています。チョコレートを食べることも見ることもすらないままに。“フェアトレード”は、そんな悲しい事が起こらないよう生産者の人たちに正当な対価が支払われながら、私達が海外のおいしいものや素敵な雑貨を楽しめる“貿易の仕組み”です。全部を急に変えていくことは難しいですが、普段買うチョコのうち、1個でも2個でもフェアトレードチョコを買う人がいる事で世界は少しずつ変わっていきます。買う人、作る人、関わる人、皆が幸せになるといいですね。



ひつじ工房“たま”
の
ひつじカフェ@Bija



ふわふわのひつじの原毛で、あったか～い小物を手作りませんか？はじめての方でも大丈夫。基本を覚えれば、オリジナルの作品だって簡単に作れます

1月の予定

「フェルトボールの髪飾り」(ニードル針、水と石鹸を使ってフェルト化します。)

* 「小さい子連れでも大丈夫？」という声にお応えして、時間を短く簡単な課題にしました。もちろん大人だけでもOK。フェルト初心者の方にもお勧めです。

● 1月19日(月) 11:00～12:00 持ち物: タオル

料金 ¥1,000 (材料費、お飲物とお菓子代込、初回の方のみ道具代 ¥100 いただきます。)

水フェルト「カードケース」(水と石鹸を使ってフェルト化します。)

* リクエストがあったので、今月もやります。
針も糸も使わずに袋物ができるのには感動ですよ。

● 1月25日(日) 14:00～17:00 持ち物: タオル

料金 ¥1,800 (材料費、お飲物とお菓子代込)



2月の予定

針フェルト「リス」

* ちくちくとニードル針でさすだけでかわいい動物ができます。

● 2月2日(月) 10:00～12:30

料金 ¥1,500 (材料費、お飲物とお菓子代込、初回の方のみ道具代 ¥100 いただきます。)

「くるみの針刺し」(水と石鹸を使ってフェルト化し、ニードル針で模様をつけます。)

● 2月16日(月) 13:30～15:00 持ち物: タオル

料金 ¥1,300 (材料費、お飲物とお菓子代込、初回の方のみ道具代 ¥100 いただきます。)

● 場所 スパイス・カフェ・ビージャ (ミーティングルーム)

● お問い合わせ&ご予約 ひつじ工房 たま tel: 080-3664-5089 (大森)

e-mail: tamachan_hitsuji@yahoo.co.jp

講師 たま プロフィール 長野市出身。美術短大(油絵専攻)卒。2003年に羊毛に出会い、フェルトの制作を始める。牧場でひつじのボランティア(刈り取った毛を洗い、ゴミを取り、作品を作る)をしている。今年、京都にある川島テキスタイルスクールにてジョリー・ジョンソンさんのワークショップ「ウールマジック」を修了し、さらにフェルトの奥深さを実感。2児の母。

Spice Cafe Bija (スパイス・カフェ・ビージャ)

address 〒432-8002 浜松市中区富塚町 449-1

(杏林堂富塚店さんより佐鳴湖方面へ約50m ケーキの AKIYAMA さん向かい 美容室ベルセさん隣り)

tel 053-474-0330 website <http://www.bija.jp> 定休日: 火曜

ランチ 11:30～13:30 カフェ 13:30～16:00 (L.O.15:30) デイナー 18:00～21:00 (L.O.20:30)

☆ Bija新聞についてのお知らせ ☆

この度はBija新聞をお読みいただきありがとうございます。

さて、新聞の発行に伴い必要な紙、インク、輸送にかかるエネルギーなど、環境にかける負担も大きくなってまいります。もしみなさまのなかでインターネット環境があり、ホームページで新聞を見ることができるという方は右記のサイトにアクセスしてみてください。 <http://www.bija.jp>

