

菜彩～SAI～ 取材報告

2022年7月に高知県南国市にあります菜彩～SAI～さんに伺いました。

菜彩さんへ伺った1番の目的は、野菜たっぷりLPSたっぷりの「LPS定食」をいただくことです！

お店に入ると、明るく開放感あふれる店内で元気っぱいの看板女将、岡林さんが出迎えてくださいました。



コロナ禍以降、お食事の営業は自粛されているとのことですが、今回は特別に取材を受け入れていただきました。

岡林さんとLPSの出会いは、テレビでLPS特集を見て「免疫力アップに有効」であることを知り、その後ご自身でLPS関連の本を買って勉強されたそうです。そこからお店で「LPS定食」を出すようになり、話題になったとお聞きしました。

楽しみにしていた「LPS定食」が運ばれてきた時、小皿が並び盛り付けがとても美しく感動しました。13種類ものおかずが並んだお皿には庭のお花も飾られて、身体にも目にも栄養たっぷりのものでした。



岡林さんは、お店の前の畑で自分で育てた野菜を使って料理を作られています。

「1番大切なのは土壌です。畑の土づくりは、父が無農薬で野菜を作っていたのを見て覚えました。無農薬、肥えた土壌で作った野菜は美味しく味が濃く、安心して食べられます。」と仰っていたとおり、まだ小さいお孫さんがおやつに自分でトマトやピーマンをちぎってきて食べるそうです。

「今のお母さん達も、プランターでいいので自分で野菜を作って子どもに食べ

させてほしい。」と岡林さんは言います。土壤まで化学肥料を使わず無農薬で作っているからこそ、根菜類はなるべく皮ごと料理されるそうです。LPS 摂取に効果的ですね！子育て中の LSIN スタッフにも心に響くお話でした。



「また来てね！」とキラキラした笑顔で見送ってくれたお孫さん達と一緒に、南国高知の太陽に負けない明るく元気な岡林さんの健康の秘訣は、LPS たっぷりのお野菜だと証明してくれました。そして「これからも、周りの人みんなと肩を並べて元気に過ごしていきたい。」と周囲の人にも愛情を注ぐ岡林さん。今後も LPS 定食の知恵でたくさんの方を健康に導いてくださると思います。