

牛乳+お酢で疲れ知らずの体に！



まめ知識

牛乳とお酢を一緒に取ること
でカルシウムの吸収率が上が
るとも言われていますよ。

じめじめした梅雨時期。気
分が憂うつになったり体が
だるくなったり、疲れやすくな
ったりします。この季節を
元気に乗り切るためには、食
生活がカギを握ります。そこ
でおすすめが『牛乳+お酢』
です。最近では『飲むお酢』
もたくさんそろっていますが、
体調管理が難しいこの季節
こそ牛乳+お酢の力に注
目してみませんか？

夏のおすすめ商品

毎年大好評の
『半田手延べそうめん』
送ってよし、食べてよ
しのそうめんです！
独特の喉越しをぜひ
味わってください。
地方発送も行ってい
ます。お気軽にお申し
付け下さい。



社員のコラム

梅雨に入り毎日ジ
メジメした日が続い
ていますが、皆さん
はいかがお過ごしで
しょうか？季節の変
わり目なので体調不
良になったりしてい
ないでしょうか？そ
んな時は免疫力を上
げる〇〇ヨーグルト
があります。先月宅
配用で発売になりま
した。1日1本飲ん
で免疫力を上げカゼ
知らずのウフフな
日々を送りましょ
うね！沖本嵩仁



早いものですね…何が？
って、私がみしまミルク
で仕事を初めて一年がた
ちました。あっという間
の月日でしたが、元気で
休む事無くできたのも明
治の商品のおかげかな！
暑い夏も元気に乗り切っ
て皆様に健康をお届けし
ます。

新発売

100ml
126円
(税込)

みしまミルク クイズ

答えは、お便り
コーナーに書いて
くださいね！正解
の方、先着 50 名様
に R-1 ドリンク 1
本プレゼント！

Q. 今回、新発売になった〇〇
〇〇ヨーグルトの〇〇〇に入る
言葉は次のうちどれでしょう
か？

- ① Z-1 ヨーグルト
- ② 免-疫ヨーグルト

編集後記



今月号から通信のレイアウトを変えてみ
ました。メーカーさんの協力もありカラー
印刷で発行する事になりハリキリました。
いかがでしょうか？読みやすかったで
すか？チラシや通信をつくっていると『マン
ネリ』になりがちなので、時々チラシ作成
講習会などにも参加しています。皆様に少
しでもわかりやすい情報や商品の説明が
できればと勉強中！

45歳頑張ってます！

夏に美味しいミルクでレシピ

グリーンアスパラの冷製スープ(4人前)

材料

グリーンアスパラ・・・12本
スープ(スープの素1個)・・・4カップ
玉ねぎ(みじん切り)・・・1/4個
牛乳・・・180ml・バター・・・
40g
生クリーム・・・50ml・小麦粉・・・



作り方

- ① グリーンアスパラは色よくゆで、かざり用の穂を残して細かく刻みます。
- ② 玉ねぎをバターで焦がさない様に炒め小麦粉を振り入れ、さらに1~2分間炒めます。
- ③ ②に1を加え、沸騰させたスープを少しずつ注ぎ、1~2分煮て、塩・こしょうで調味します。ミキサーにかけ、裏ごしをしてすぐに氷水で冷します。仕上げに牛乳・生クリームを加えて味を整え器に注いで①のみざりたアスパラを添えて出せばOKです。

鳥が巣をつくると喜びあり セキレイが来ました！

ツバメたちが巣立っていつもの静かなお店にもどったかな？
と、思っていると何やらまた、鳥の鳴き声が！いつものツバメの鳴き声とちよつとちがうなあ〜！と辺りを見回すと…白と黒のツバメよりやや



屋根と壁の間に巣をつくり子育てをしていました。『今年は次から次と来るね〜』
と思いこの鳥の事を調べてみました。『セキレイ』通称『もんつき』と言ひ人なつっこい鳥のようです。『鳥が巣をつくると喜びあり』
という言い伝えもあるそうなので良しとしますか！ただ今2度目のツバメが古巣を見に来てますよ。また楽し



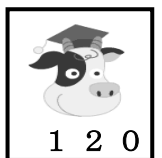
すっごく
あんしん！

便利な口座振替受付中

便利でとっても安心♪手続きもお店がいたします。ご希望のお客様は、銀行名をお便りコーナーにご記入のうえ、牛乳受箱へお入れください。所定の用紙をお持ち致します。尚、現在の集金方法も従来通りありますので、引き続きよろしくお願い致します。

(取扱い融機関)

呉信用金庫・広島銀行
もみじ銀行・郵便局



広島明治

検索

URL <http://meiji.co.jp>
携帯からはこちら→



お便りコーナー

☆新緑のとてもきれいな季節となりました。京都でのクラス会（傘寿の祝）を楽しんできました。友達もだんだん少なくなり、この度は14名の参加！元気で京都まで行って来れた事に感謝しています。

おめでとう
ございます
ん

K



☆今年にはゴーヤで緑のカーテンに挑戦しています。種からなのでなかなか大きくなりません。毎日かかさず水やり頑張っています。頭の中では、すでにりっぱな緑のカーテンが出来上がっています。

G M さ

ん

こんな夏で
楽しみですね

☆花が散り爽やかな若葉の季節となりました。木陰で『涼』をもとめる季節になりました。元気で頑張りましょう！



☆急に真夏を思わせるような昼間の温度ですが窓から入ってくる初夏の風はとてもさわやかです。我家のそばの川には蛍が飛びま〜す。

M T さ

☆比較的さわやかな日が続いています。大物洗いや押入れの整理整頓がんばってま〜す。

N K さ

ん



☆R-1ドリンク楽しみに待っていました。やっと届き飲んでみたところ思った以上にスッキリとした味で本当に爽やかな飲み口ですっかり気に入りました。

本当に良く晴れた日は爽やかな風が吹き気持ちがいいですね！

以前、娘が車中から見る山々の景色を見て『うわあ〜！きれいなブロッコリーに見える！美味しそう♪』なんて言っていた事を思い出しました。先日は本庄水源地の横にある『ホテルの里』に行きましたよ！5〜6匹しかいませんでしたが、とてもきれいでした。

6月号のクイズのこたえ

おめでとう
ございます

Q 紫外線に負けないお肌づくりに欠かせない『食べる化粧品』とは何でしょうか？でした。

答えは『牛乳』です。お肌にうるおいをあたえ、カルシウムでストレス解消！目指せ体内美人！

正解の方には先着順にプレゼントをお届けしました。

お知らせ

月水金コースのお客様へ

7月16日（月）は祝日の為、配達はお休みとなります。

7月13日（金）に16日（月）分も一緒にお届けします。

尚、お休み、変更のあるお客様は ご注意ください。

7月16日は海の日

海の恩恵に感謝すると共に、海洋国日本の繁栄を願うためと、海への理解と関心を求める日として休日に定められました。

お便りコーナー(クイズの答えも書いてね!) 2012年7月号

なまえ

でんわ

まって
まあ〜す♪

ご意見・ご感想・身近にあったこと・なんでも結構です。お気軽に参加して下さい。

答え