

飲むシーンを決めて『習慣づくり』

宅配を10年以上続けている人の5割以上が朝食時に飲用しているという結果がありました。ちょっと余っちゃった…なんて時には料理に使ってみたり、温めて飲んで飲み方を変えてみたりと、工夫しています。最近では、飲む時間を朝食時にして習慣化したら余ることはほとんどなくなりました。と Y さんは言われていました。 **健康づくりは習慣づくりが大切です！**

こんな事で困っていませんか？

余っちゃたわ！

飽きたわね～

留守にするけど



『継続は力なり』とは言うものの、やはり時には飲み忘れてしまったり、外出などで飲めなかったりで、気づくと冷蔵庫に溜まってしまった！そんな時ご安心ください！商品の変更はもちろん！配達を1回お休みする事も可能です。お電話や受箱へのメモでご連絡ください。冷蔵庫に余った時でも大丈夫！他にもお困りの事などありましたら、お気軽にご相談ください！



今月のおすすめ商品

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！こしの強さと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ください。



2.4kg 2263円

☆社員のコラム☆

こんにちは。気付けばもう7月です。梅雨真っ只中ですね！私は梅雨が苦手です。ジメジメした湿気と雨の中、カッパを着ての配達はすごく蒸し暑くフラフラになります。でも、お客様から『雨の中、配達ありがとうございます』という一言に、元気をもらっています。お客様からの『ありがとう』は私の元気の源となっています。これからも、お客様からの『ありがとう』で、これからくる暑い夏も頑張っけて乗り越えます。ジメジメの湿気と温度差で体調を崩しているお客様も多くおられます。体調管理には充分気をつけて下さいね。梅雨を嫌がらず、梅雨時季にしか味わえない事を見つけ、楽しんでください。例えばアジサイとか…雨の日にはとてもイキイキ咲いているアサガオを見るのも楽しいですよ。

沖本嵩仁でした。



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ひ致します。(取扱い融機関) もみじ銀行・郵便局 呉信用金庫・広島銀行・JA・県信・市信用他

編集日記



7月です。あっという間に1年の半分が終わりましたね！皆様、元気に過ごされますか？梅雨から夏本番に向けてのこの時季、ちよっぴり体が『だるおも～』で感じですね。気温の差に体もなかなかついてきませんが、元気に笑って乗り越えましょう！私たちスタッフも、梅雨を吹き飛ばす勢いで、皆様に元気と笑顔をお届けします。家の中だからといって、安心せずしっかり水分補給をして熱中症対策をしてください！

美味しいミルクでレシピ

じゃがいもの冷たいミルクスープ

材料

(約4人分)

じゃがいも大2個・長ねぎ 1/2本

バター大さじ2

【スープ】顆粒コンソメ小さじ2をお湯2カップで溶いたもの
牛乳 360ml・生クリーム 200ml・塩・こしょう各少々



作り方



- ①じゃがいもは皮をむき、薄切りにして水にさらし、水気をよくきります。長ねぎは小口切りにしておきます。
- ②鍋にバターを熱し、じゃがいも、長ねぎの順に炒めます。じゃがいもが透き通ったらスープを加えて煮立てます。アクをすくい取り、じゃがいもがやわらかくなったら木べらなどで粗くつぶし、牛乳を加えて少し煮ます。
- ③火を止め、好んでじゃがいもをマッシャーやフードプロセッサーなどでつぶしてもいいですよ。
- ④③に生クリームを加え、塩、こしょうで味を調えます。粗熱を取り、冷蔵庫でよく冷やしたら出来上がりです。

梅雨時季の朝ってなんだかカラダが『だるおも～』って感じになりますが、このスープを飲んですっきりカラダをさせていい1日のスタートをしてくださいネ！夜に作っておくと忙しい朝だって大丈夫！

クロスワードパズル

A～Dを順番に並べて言葉を作ってね！



☆☆☆ タテのカギ ☆☆☆

【タテ1】うしろから指差すこと。陰で非難すること。「○○○○○をさされる」

【タテ2】糸などを編んで作った魚をとる道具。

【タテ3】両方の腕。

【タテ5】豆乳を煮立て、表面にできる膜をすくい取って作った食品。

【タテ7】木を割ったりするのに使う道具。

【タテ8】値打ちのある金属で、非常に重く、黄色いつやを持つもの。

☆☆☆ ヨコのカギ ☆☆☆

【ヨコ2】小型の二枚貝。からの表面に細かいすじがある貝。

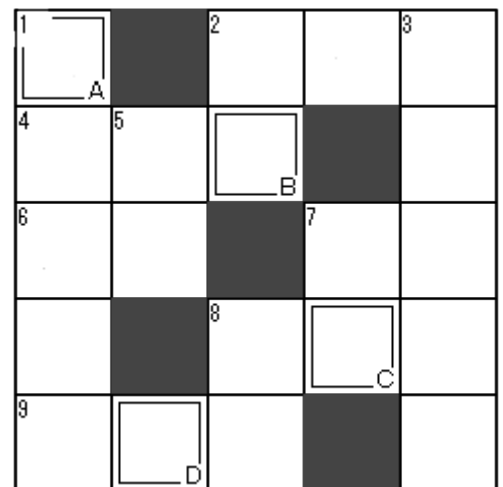
【ヨコ4】自分の興味・楽しみ・好みですること。

【ヨコ6】馬に似ているが、小型。耳が長いのでウサギウマとも呼ばれる。

【ヨコ7】国の最高権力者。君主。

【ヨコ8】今日の一つ前の日。

【ヨコ9】会社・学校などで必要なものとして備え付けてある品物。



広島明治

URL <http://meiji.co.jp>

携帯からはこちら→

検索





お便りコーナー

『七夕の願い事』



☆父:宝くじが当たりますように！母:四国のお遍路満願できますように！私:カープが優勝しますように！ KEさん



☆息子におり姫様との出会いがありますように！ SRさん



☆夫婦仲良く元気で健康的な毎日が送れます様に！いつも笑顔で過ごせたら良いと願っています。 UAさん



☆昭和地区に住んで45年。毎年七夕飾りを作ります。短冊には『家族の健康』カープの試合を応援に行き泊まったホテルでも『カープの勝利』を吊るしました。逆転勝ち！前健の時は『当然勝利！』短冊に込めた願いは通じます。ラッキー良い思い出です。 S Mさん



☆どんな願い事を書いたのか覚えていませんが、遠い昔の事です。たぶん『勉強ができる様になります様に』と1番たくさん書いたと思います。7月7日にゆかたを着せてもらってみんなでゾロゾロと海田大橋まで行き橋の上から願い事を呟きながら投げたことを思い出します。 ONさん



☆個人的には『健康第一』で毎日が楽しく送れますように！次に、この所天災が多発しているので全国、世界中が被害の無い様願います。 KSさん



7月です！皆さんからの『七夕の願い事』ベスト3はやはり1位『健康』2位『平和』3位『カープ優勝』でした。私も同じ思いです。昨年のような災害がなく、健康で、もう一度カープの優勝した姿が見たい！子供達にも見せてやりたい！です。カープが初優勝した時の街中の興奮がすごかった！と子供心に焼きついています。がんばれカープ！みしまミルクも応援しています。私の子供の頃は、やはり笹の枝を切ってきて短冊に願い事を書き、夜になると川に流しに行っていました。蛍がいたりして…ホント懐かしいです。私が書いた願い事は『成績が上がります様に！』と『バレーボールが上手になります様に』でした。短冊に書けない恥ずかしい事は、川に流すときに心の中で願いながら…(うふふ)3つとも『いまいち』ってところですが、これまで大病もせず健康で過ごせる事に感謝しています。ありがとうございます。

6月号のクロスワードパズルの答え

6月号の答えは『父の日』でした。
みなさん、楽しく参加していただいている様子をお便りにお寄せ下さりありがとうございます。
今月も簡単？がんばって下さいね！

お知らせ

月水金のお客様へ

7月20日(月)は祝日の為、配達は休みとなります。
7月17日(金)に17日(金)分と20日(月)分を一緒にお届けします。
ご迷惑をお掛けしますがよろしくお願い致します。
本数の変更、お休み等がございましたら、
お手数ですがご連絡お願い致します。



お便りコーナー(クイズの答えも書いてね！)

2015年7月号

なまえ

でんわ

クロスワードパズルの答え

〇〇〇〇

夏休みの思い出『よかったら』お聞かせください

(8月号の通信で紹介させていただきます。掲載させていただいたお客様には『ほんの気持ち』をお届けします)

まって
まあ〜す♪

□通信に掲載したくない方は✓をつけて下さいね！