

『うがい』『手洗い』『R-1』の季節がやってきました♪

～お届けします～

新発売！



～注文受付中～



100g 136円(税込)

製法の工夫により、100gでありながら、市販品(112g)と同等の健康価値を実現しました。コクがあって、まろやかな風味！こだわりのなめらか食感です！

大好評の
『黒瀬の山本さんのお米！ヒノヒカリ』
炊きたてはもちろん！
さめても美味しいお米です！
玄関先まで配達させていただきます！

2Kg 1080円
5Kg 2263円
～玄米もあります～

『みしまミルク』スタッフのコラム

すっごく
あんしん！

便利な口座振替受付中

このコーナー初登場！社長の三島律也です。よろしくお願ひします。私は子供のころから乳製品が大好きで、今でも牛乳とヨーグルトを毎日たくさん飲んだり食べたりしています。中でも風呂上がりの R-1 ヨーグルトは何年も欠かさず飲んでいるせいか、冬場も体調を崩すことなく、ひどく悩まされていた春先の花粉症も余り気にならなくなりました。これもヨーグルトのお陰！腸内環境が良くなったせいかな～と思っています(個人の感想です)。家では何度も冷蔵庫を開けて中を物色

しては乳製品を飲み食いするので、よく叱られています、その時思うことは1ヶ月にどのくらい乳製品を消費しているのか調べてみたいな～と思いつつ腰が重い状態が続いていますが、このコラム出場を機会に11月は日々の乳製品消費量をフェイスブックページ「宅配の広島明治みしまミルク」にアップしますので、検索して「いいね！」をクリックしてくださいね！宅配専用R-1の食べるタイプのヨーグルトが11月から発売されました、皆様の健康にお役立てください。三島律也でした。

便利でとっても安心♪手続きも簡単！
お店がいたします。
(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



11月です。今年も残すところ2ヶ月ですね～！本当にあっという間です。それにしても、よく雨が降りましたね～！秋はどこへ行ったんかね～！がお客様との合言葉の様な10月でした。が、お天気とは別に、私の食欲は全開モードです。北海道展やフードフェスティバル、色んな所へ行きましたよ！宅配専用の『R-1ヨーグルト』も新発売になるので、美味しい物をいっぱい食べて『うがい』『手洗い』『R-1』で体調管理をしっかりと行っていききたいと思います。

美味しいミルクでレシピ

キャベツとウィンナーのミルク煮

材料



(3人分の材料)

キャベツ4分の1・玉ねぎ1/2個・ウィンナー5本
牛乳600ml・コンソメ大さじ2・塩こしょう少々



作り方



- ① キャベツ、ウィンナーはお好みの大きさに切り、玉ねぎは薄く切っておきましょう
- ② ウィンナーを炒め次に玉ねぎを入れます。玉ねぎに火が通ったらキャベツを入れて軽く炒めます。
- ③ 食材がしんなりしてきたら牛乳、コンソメ、塩こしょうで味をつけ煮ていきましょう。
- ④ 野菜に火が通ったら出来上がりです。

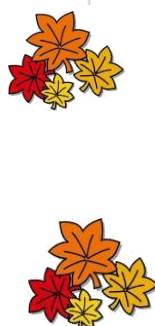
お味噌を入れたり、仕上げに粉チーズを入れたりして味をアレンジしても美味しいですよ。
朝食にもおすすめです！



頭の体操『漢字クイズ』



	口			押		
薄		鮭		青		音
	色			桜		



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

☆やっと念願かない草津温泉に行ってきました。肌がすべすべになり、心もリフレッシュでき明日からの活力がわいてきます。お天気も良くていい旅ができました。 THさん



☆いつも笑顔で配達ありがとうございます。何もかも美味しい季節になりダイエットにならなくて困っています。 SFさん



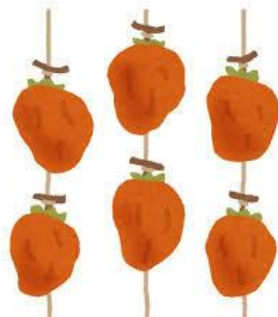
☆グルコサミンのおかげで足腰丈夫でグランドゴルフ・ラージボール等スポーツを楽しんでいます。高齢者になり少しでも健康寿命を延ばしたいと老夫婦で頑張っています。これからもよろしくね！ ATさん



☆たったこの間まで暑かったのに急に寒くなりました。衣替えをしたいけれど雨のため間に合いません。押入れから引っ張り出してそのまま着ています。父がいつも『すぐ使えなければ無いのと同じ』と言っていたのを思い出す今日この頃です。 NAさん



☆食欲の秋…何を食べても美味しいですね！今年には干し柿を作りました。出来上がりが楽しみです。 HKさん



☆カープのカピバラ3兄弟ご存知ですか？一岡・大瀬良・今村の3選手です。先日、山口のときわ動物園でカピバラを見てきました。とても可愛かったです。日本一めざしフレ～！フレ～！カープ♪ DTさん



11月です。あっという間にお正月が来ちゃいますね！気温の差が激しい10月でしたが、風邪などひかれていませんか？雨が続いて衣替えがなかなかできないまま、11月をむかえてしまいました。お便りコーナーのNAさんのお父様が言われたことが身にしみますね！晴れ間を見ながらやっといこう！この時季から冷蔵庫の中に牛乳やヨーグルトがたまったりする事もあると思います。そんな時は『1回休み』や『1週間休み』などはもちろん、月の途中でも商品の変更もできますので、お気軽に声をかけてくださいね！よろしく願い致します。ちなみに…牛乳は、ビニールをはぎ、キャップを取って、そのままレンジで『チ～ン』できますよ。600Wで1分位チンすると人肌程度に温まります！

(注)瓶のまま飲む時は、飲み口が熱くなっている場合がありますのでお気をつけくださいね。

11月号の漢字クイズの答え

10月号の答えは『食欲』でした。
美味しいものがいっぱいある季節です。
しっかり季節のものを食べてくださいね！
頭の体操も忘れずに♪
今月もがんばって下さいね！

11月

1年12か月の第11番目の月。節は初冬で月初めの7～8日ごろには立冬の日があります。野山の風景のみならず、家々の中にも冬めいた感じの漂う季節です。陰暦11月は霜月ともいい、冬はすっかり深まって霜の降りる季節でもあります。陽暦では1年の中でも、もっとも気候の変化が少なく、穏やかで春のような暖かい、いわゆる小春日和の日々が続くころにあたり、人々が美しい風景を求めて野山での行楽の季節でもあります。

ハンドクリームの正しい塗り方

ぬるま湯で手を洗ったあとポンポンとたたく様にタオルで水分を取ります。その後、化粧水をつけ、適量のハンドクリームを丁寧に塗っていきます。日中は大変ですが寝る前のちょっとしたケアはできそうですね！ やってみてください♪

お便りコーナー(クイズの答えも書いてね！)

2017年11月号

なまえ

でんわ

まって
まあ〜す♪

あんな事！こんな事！なんでもOKです！お聞かせください
(12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)

□通信に掲載したくない方は✓をつけて下さいね！