BG米は「肌ヌカ」で「肌ヌカ」を取る、安心のBG精米製法で生まれた無洗米です！！

とがずに炊けるBG米は、カンタン・ベンリ・経済的・環境にも手にもやさしい、そしておいしいお米です！

食事で摂るサプリメント系の栄養素！

おすすめ！

健康を考える！

麦サプリ プラス アルファー +αの力 チカラ

9種類の品揃え！ 各15g入×5袋（75g）

お米に混ぜて炊くだけだから、カンタンでしょう？

発売以来、お客様よりとても良い評価をいただいています。

これまでの売り上げランキングは下記のとおりです。

1. L-カルニチン
2. コラーゲン
3. グルコサミン

麦は、食物繊維を多く含む食品です。

こんな結果が出ました。やはり、今話題のL-カルニチンの支持が高いですね。

大地の恵み

お米1合に麦サプリを1袋の割合で入れて炊くだけです。

● 水はいつもと同じ量でOK！「麦サプリ」は洗わずにご利用ください。

大地の恵み 九つには大麦の食物繊維とそれぞれの特長があります

売り上げNO.1 L-カルニチン

● 脂肪を燃焼!! 加齢と共に減少するので外から補う必要があります。アミノ酸の一種です。

売り上げNO.2 コラーゲン

● 健康な若さとキレイを目指すあなたに!! ご家族の健康維持に、美容に!!

売り上げNO.3 グルコサミン

● 節々の健康をやさしくサポート！ 元気ハツラツ!!

アミノ酸

● 健康な美しさ、健康な体作りを目指すあなたに!!

カルシウム

● 不足しがちなミネラル分のひとつ。女性、お子様に大切な栄養素！

大豆イソフラボン

● 女性の方に大切な働きをする天然成分です。中高年期女性を力強くサポート!!

鉄

● 朝のお目覚めすっきり！一日中元気ハツラツ！

野菜ミックス

● 野菜ぎらいなお子様、肉食派の方に主食で補給！

オリゴ糖

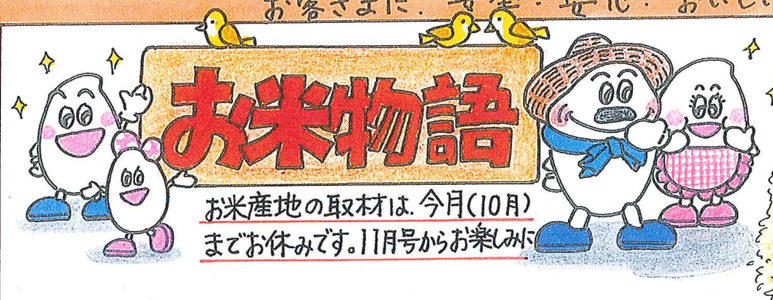
● ダイエットに！スポーツの後に！飲みすぎに!!

お客さまに 安全・安心・おいしいお米をお届けします！

BG米は「肌ヌカ」で「肌ヌカ」を取る、安心のBG精米製法で生まれた無洗米です！！

とがずに炊けるBG米は、カンタン・ベンリ・経済的・環境にもやさしいお米です！

お米物語



お米産地の取材は、今月（10月）までお休みです。11月号からお楽しみに

できることから…

家族全員、元気で毎日を過ごすためにはどんな食べものが体に良いかを考えていきたいですね。毎日の食事のなかで、出来ることから少しずつ見直していきましょう。

毎日の食事は健康で豊かなものにしたいですね

健康なからだは「ごはん中心」の食事から。

● 野菜をたっぷりとってバランスのとれた食事を心がけましょう。あまり神経質に考えなくても、苦手な食材を工夫することや、食卓を彩りよく楽しくしたり、肉類や油の使い方を加減するなど、ちょっと注意することで改善されます。和食中心の食事（ごはんを主食）はいいですよ。

地元でとれる食材を日々の食事に生かしましょう。

● 私たちが住んでいる土地には、その風土や環境に適した食べものが育ちます。それに、身近でとれた食べものは、何といっても新鮮です！ 一人一人が地元でとれた食材を選ぶことが地域の農業を応援することになります。

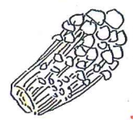
「今が旬」の食べものを選びましょう。

● 四季折々の「旬」の食べものはもっとも適した時期に無理なく作られるので、余分な燃料など使いません。おいしい旬の食べものでからだにも、環境にもやさしい食事を心がけましょう。

「今が旬」のきのこ料理にチャレンジ！

まつたけ 秋の味覚の代表。香りを生かしてまつたけごはんや土瓶蒸しに。

ほんしめじ 味のよいきのこ。ごはんもの、炒めもの、煮もの 和・洋・中 何でもOK！



えのきたけ 色が白く、密に生えているものがオススメ。汁もの 炒めもの など。

エリンギ 「イタリアンしめじ」とも呼ばれる。加熱しても身がやせず歯ごたえがある。炒めものや煮物に。

マッシュルーム 洋風料理に用いられる。新鮮なものは生のままサラダなどに入れてもOK！肉厚でキズのないものが良品。

まいたけ 歯ごたえが良くジューシー。鍋物や天ぷら 炒めものに。白い舞茸も美味！

しいたけ かさに厚みがあり、うら側の白いものが新鮮！ 和・洋・中 何でもOK！ おなじみのきのこ!!

鹿児島パールライスは美味しいお米を追求します！