

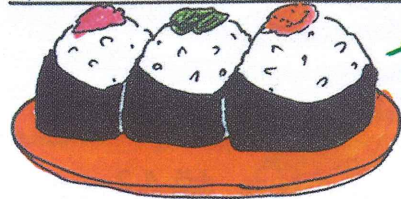
たわわタウン谷山おいどん市場内

結び屋

おむすび 専門店 結び屋

11月下旬より
おむすびメニューが変わります♪

●定番おむすび3種



定期的にリニューアル
します。おたのしみに〜♪

●おむすびサンド



●結びたて

塩むすび 数量限定



炊き上がり時間

- ① 9:30〜
- ② 12:00〜

お知らせ

●誠に勝手ながらメニュー変更に伴い、「おむすび小サイズ」は販売を終了させて頂きます。たくさんのオーダーありがとうございました。

精米コーナー

お好みの精米
加減をお選び
ください。

新米 ヒノヒカリ (1kg〜)

新米 あきほなみ (1kg〜)

毎週木曜日
スタンプ
2倍



宅米
好評! 宅米
会員様 随時募集中!
099-230-7803

水

を考える(1)さゆ おすすめ!
今年の冬は「白湯」を取り入れた温活を!

寒さが到来し、暖をとるため積極的に基礎体温をあげる活動を「温活」といいます。

毎年冬になると、注目を浴びますが、寒暖差を感じ始めるこの時期から取り入れていきましょう。

「白湯」の飲み方

- 5〜10分ほどかけて150mlほどをすりながら飲む。

飲みすぎない! 朝起きてすぐ飲むのが最も効果的!

この冬は「白湯」を「私の体験談」お試あれ♪

はじめは飲みづらく感じますが美味しく飲むポイントは、汲みだした浄水を使うこと。面倒でもポットで保温した湯を温めなおさないことです。飲み続けると基礎体温が上がり免疫もきっと上がってくるでしょう。

季節の実 カリン

香りが出てきたら収穫どき。果実酒などに。

実は秋。花は春に咲きます。ピンクの可憐な花!!

今月の小鳥 オオルリ

声のよい鳥としてウグイス・コマドリとともに日本三鳴鳥のひとつに数えられています。

クイズの答え

答えは ④ で〜す♪
逆さで〜す!

秋の味覚 新米!!

まっ白でつやつやしていい香り〜。子どもの頃、お米一粒に一人の神さまがいると大人たちから聞くものでした。その頃の記憶が大人になった今は、仕事を通して生産者の皆さまへの感謝の気持ちにつながりました。
“今年もおいしい新米をありがとうございました” (下吹越)

おむすび通信

2018 11月号 NO.164

情報ひろば

おいどん市場と次郎館
おかげさまで12周年
創業祭 イベント開催
11/10〜11/11
12/28〜31 大めの市
年末は楽しいイベントが目白押し! おたのしみに〜!!

青空市 & ギフトフェア

鹿児島県産の新米が勢揃い!!

JAのお米屋さん

鹿児島パルライス株式会社
〒891-0122 鹿児島市南栄三丁目17番地1
TEL. 099-268-1234 FAX. 099-268-1238
http://www.kapr.co.jp