

たわわタウン谷山 おいどん市場内

結び屋

新商品 おこわ米のおむすび
どうぞ召しあがれ

お花をみながら
おこわ米のおむすび
おいしいよ

ひじきおこわ米むすび

カルシウムや鉄分などミネラル豊富なひじきを使用!

五目おこわ米むすび

鶏肉(国産) 人参、ごぼう 椎茸、たけのこ入り

4月 週替わり おたのしみ おこわ月間				
第1週	第2週	第3週	第4週	第5週
3月/28日~4月/3日	4月/4日~10日	4月/11日~17日	4月/18日~24日	4月/25日~30日
ひじきおこわ米 新	お赤飯 お祝い!	五目おこわ米 新	山菜おこわ米	黒五目おこわ米

スタンプWALLET

おむすびクーポン

150円以上お買い上げでおむすび1個プレゼント!

毎月回

お米クーポン

玄米1kgあたり50円割引!

毎月回

つきたてはおいしいよ

精米コーナー

「結び屋」店内で精米します!
玄米・3分づき・5分づき・7分づき
精白米まで、お好みに応じて
精米いたします。

第4弾 **体にやさしいごはん**

お米のチカラ お粥に梅干しで疲れた体をいたわて!

体がだるく体調が悪いとき

食欲のないままに食べものを口にしなければ体力も気力もなくなってしまいます。そんなときは **お粥の出番!**

あたたかくておいしい

おかゆならまちがいない!!

お粥の成分は炭水化物で9割
ほども水分であるため食べやすく、エネルギーのもととなります。

お粥のおともには梅干しを!!

梅干しは見た目で唾液が出て食欲がわくという不思議な力があります。

その唾液にはご飯に含まれるデンプンを麦芽糖に換え吸収しやすい形にする働きがあります。

消化吸収が高まります!

病気や体調不良のときは、まず体力を回復するために、お粥と梅干しをおすすめします。

お粥作りのポイント
炊飯器に「おかゆモード」があればカンタン!
お鍋などで炊く場合、途中でかき混ぜないこと。
お米がつぶれてしまうとおいしくありません。

脳トレクイズのこたえ ① ②

「穀雨」は百穀を潤す春の雨。この時季3日以上続く雨を「春霖」。降ったりやんだりしたら「春時雨」。あとは菜の花が咲く頃というので「菜種梅雨」。花が早く咲くようにと促す雨は「催花雨」。

物の本で春の雨には様々な呼び名があることを知りました。きっと、感性豊かな人は「ここで一句」ひらめくんだろうなあ。私も自分のアンテナを磨き、せめて春の楽しみかたのヒントでもあればみつめよう!! みつかれるかなあ...。(松元)

2021 4月号 NO.193

おむすび通信

愛されて50年
これまでも... これからも

ノジスミレ

スミレのタネの散り方

タンポポのタネは風にのって飛んでいきます

アリはスミレのタネが大好きです!

遠くに運ばれたタネから芽が出ます

JAのお米屋さん

鹿児島パールライスのインスタグラムもごらんください。

鹿児島パールライス株式会社

〒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