

サンフレッシュナイト ながまニュース

2019.9.5
No. 21
砂田町8-6
Tel (22) 8624
Fax (22) 1517
<http://www.sunfreshmate.com>

地域の方々と共に...
沢口町 ホームの仲間たち



9月になりました！実りの秋 第1弾

先週 お知らせしました。プルーンの注文。

いよいよ始まりました!!

今年もお届け日を 2週にわたって 設定しています。

ご都合に合わせて、ご利用ください。

・ 1回目の配達は 9/12

・ 2回目の配達は、9/19 です。

1kg前後
¥1000,-

9/12 配達分は、今週金曜日、注文締め切り
なので、ご希望の方は、お忘れなく!!

あと1週間、晴れ ☀️ ますように!!

お日様の恵みは、プルーンを甘くしてくれるそう
です。ここの所の曇天つづきは、生産者を、

悩ませているようでした。それでも、サンフレに届ける

プルーンは、お日様の当たっている所から、採って
送ってくださると、生産者の山下さんより、うれしい

言葉を頂きました。(生)のプルーンが食べられ

るのは、この時だけです。低農薬、安心、安全のプルーン
皮ごとどうぞ!!

★ 先日の夏祭りには、ホームの仲間たちの
顔が輝きました。

★ ありのままの仲間を受け入れ、お手伝い
にも呼んで下さったこと...

・ 自分たちも役がもらえた。

・ 役に立ちたい!!

と、みんな、はりきりました。



★ たいこの好きな仲間は、この所、元気が
ありませんでしたが、最初から、終わりまで、思い
★ きり、たいこを、たたかせて頂き、大喜び!!

★ 曲に合わせてくれたのかター。と、心配していましたが、
★ 大きな拍手を頂き、満面の笑みになりました。

★ やぐらの上は、特別な場所... 舞台の上で
★ 酔いれました。

★ やぐらは、盆踊りの方々に囲まれ、他の仲間
★ たちも、地域のたくさんの方々の中で楽しい
ひとときを過ごしました。

★ やさしい街、沢口町でした。

みかんジュース 完売となりました!

今年のみかんジュースは、今回配達分で完売となりました。
たくさん御利用頂き、ありがとうございます。

★ 残り
★ おすか
★ まだ 柑きつジュース は、残っています。(ポンカン、清見オレンジ、
伊予柑、河内晩柑)、無くなり次第終了です。

生 プルーンの効能

山下フルーツ農園のプルーンは、太陽をたっぷり浴び、樹の上で完熟したプルーンです。

ドライフルーツやペースト状のものなど加工品は、一年中ありますが(生)は、今だけ!!

老化などの原因である活性酸素を抑制する働きは、ドライプルーンより、(生)のほうが効果(大)とのこと。ここで、プルーンの効能をまとめてみました。

- ① β-カロテンを多く含むプルーンは、
 - 目の健康維持が期待できる。
(カロテンが体内でビタミンAとして働くため)
 - アンチエイジング効果
(β-カロテンは、強い抗酸化作用があります。)
 - 生活習慣病の予防

- ② 鉄分や葉酸、ビタミンB群なども多く含む
 - 鉄分と葉酸が血液をつくる。造血作用が貧血予防に役立つそうです。

- ③ 腸内環境を整える「ペクチン」
 - 便秘の解消
 - 大腸がんの予防も期待できる(→腸内環境が改善されることから)

※腸の弱い方は、一度にたくさん食べ過ぎると、便がゆるくなる場合がありますので御注意ください。

本日お届けの食事パン ぱんあきやま

今週は梨酵母のぱんです。東松山産の梨で酵母を作りました。ひきたての小麦粉...食べきれない分は冷凍保存がおすすめです。

お名前

お申込み金額

電話番号

お届け日 9月19日

単位:円

山下フルーツ&ヤッホー農園オリジナルコラボギフト
ギフトこちらです!!!

A94	④人参・りんご・ミックスジュース350×6本	2,800
A95	⑤人参りんごミックスとりんごジュース	2,600
A96	⑥りんごジュース6本セット	2,400

提携農家ヤッホー農園 愛媛のこだわり農家、凡平(ぼんべい)さん

A81	みかんジュース750ml	完売終了
A82	かんきつジュース750ml	650

山下フルーツ 厳選ジュース

A11	プルーン 1袋 (1kg前後)	1,000
A85	りんごジュース350ml ↓品種を選んで (紅玉 ふじ プラニースミス) 1本	380
A86	↑丸を付る or お任せ 2本	720
A87	人参・りんごミックスジュース 1本	430
A88	3本	1,250
A2	りんごジュース 1ℓ	550
A3	りんご酢	640
A4	中濃ソース	450
A5	ウスターソース	450

地産地消! 地元川島のお米! 提携農家の神田さんのお米

C16	コシヒカリ 5キロ	1,650
C66	きぬひかり 5キロ	1,600
C64	彩の絆 5キロ	1,600
C12	彩のかがやき埼玉ブランド米5キロ	新米までお休み
C13	彩のかがやき埼玉ブランド米10キロ	新米までお休み
C15	ゆうだい21 5キロ	1,600
C18	ミルクQueen 5キロ	新米までお休み
C65	7分づき米 1.5キロ 真空パック	500
C19	もち米 1キロ	新米までお休み
C20	米ぬか 1袋	無料

お茶のさくら

T30	ほうじ茶三角ティーパック 16袋入り	630
T31	ほうじ茶カップ用ティーパック 20袋入り	420
T32	煎茶三角ティーパック プレミアム	1,000
T33	静岡産ほうじ茶 100g	500
T34	くき茶	500
T35	やぶきた茶 100g	1,000
T36	静岡やぶきた茶 300g	1,000
T37	狭山茶 100g	1,000

すべて税込み価格です!

サンフレオリジナル 生活用品シリーズ

J40	ミニ台ふきん 1枚	50
J41	緑取りミニ台ふきん かわいい緑取りが付いています	100
J42	布きん さらしミンステッチ	100
J43	ワンポイント刺繍入り布きん 1枚 さらしで作った良品です	200
J44	ワンポイント刺繍入り布きん 3枚 三枚組のセットです	500
J45	雑巾	100
J46	リサイクルバスマット ご家庭のバスタオルを出してください。こちらで縫ってバスマットに致します。ペットにも重宝です。	200
J47	マイバック 大 マチあり 柄お任せ	200
J49	お弁当包み(パンダナ)	200
J50	うでぬき 柄お任せ	200
J51	ランチョンマット 柄お任せ	300
J52	お手拭きタオル大	200
J53	手縫い雑巾 なかま手作りの手縫い雑巾 独創的な縫い目にホッコリします	100
J54	ピッカリ君 (M)フリースのリサイクル商品 靴や車みがきとして	100
J55	ピッカリ君 (L)フリースのリサイクル商品 靴や車みがきとして	100

集めた牛乳パックはこの製品に生まれ変わります

Y60	トイレトーパー牛乳パック100%	460
Y61	ティッシューパー牛乳パック100%	440
Y62	キッチンーパー牛乳パック100%	380

松本海産 人気の乾物

M70	いかふりかけこんぶ 76g	380
M71	カットわかめ 三陸産	360
M72	茶屋布(少量パック)	360
M73	炙り小いわしスティック とっても美味しいです。そのままパクリ!	380

パン秋山 自然酵母パンで完全予約制です! 大人気!

B8	自然酵母パン 食事パン (季節の酵母)	360
B9	自然酵母パン いちじく・胡桃 (甘酒酵母・砂糖不使用)	240
B10	カップケーキ 3個入り	360

那須トラピスト修道院のガレット箱入りもあります(1袋2個入りで)

G24	トラピストガレット 個包装	110
G25	1ケース 12袋入り	1,300

ゆめ風基金