

サンフレッシュナイト なつかまニュース

2025.11.6
石川町8-6
TEL(22)8624
FAX(22)1517
[http://www.
sunfreshmate.
com](http://www.sunfreshmate.com)



「健康相談」を行いました。

東松山市保健センターより保健師の方々に来てもらい、体重測定や尿検査などをする「健康相談」を10月29日に行いました。これまで積み重ねた経験から、多くの仲間が落ち着いて受けることが出来ました。

今年は事前に一部の人へ家庭での食事について記録してもらい、それをもとに具体的な食事の指導を受けてもらうこともしました。「太らないために、夜に食べているアイスクリームは、昼に食べるようにしましょう」といった具体的で分かりやすいアドバイスは、仲間の心に届いたようでハッとした表情になったのが印象的でした。また、まだ経験が少ない若い仲間は、病院の検査や受診する際の緊張感を持てしまい涙目になっていましたが、しっかり各検査を行うことができ、終わりに自信満々な表情へと変わっていました。こうした経験の積み重ねが、いざという時に受診できる力となるのだと思いました。

保健センターの皆様どうもありがとうございました！

もうすぐでJAMさんとの日帰り旅行！

イベントが続いた10月も終わり、仲間たちの話題が本格化してきたのは、JAM(労働組合)さんとの日帰り旅行！ 今月の15日(土)に行きます。今日は那須のサファリパークで楽しみたいです。



2キロのお米 限定販売の注文受付ます！(11月20日お届け)

一袋1500円(※ミルキーのみ1800円)のお買い得品です。

数に限りがありますので売り切れの際はご容赦ください。

↓ご希望の品に○をしてください。

お名前

TEL

こしひかり	にこ丸	しふくのみり	ミルキーQueen(1800円)
あきたこまち	五百川	ゆうだい21	

お名前

お申込み金額

すべて税込み価格です！

電話番号

お届け日 11月 20日 単位:円

商品番号	注文	値段
地元川島のお米！提携農家の神田さんのお米		
C15	新米 五百川 5キロ	3,600
C13	新米 しふくのみのもり 5キロ	3,600
C18	新米 ゆうだい21 5キロ	3,600
C14	新米 あきたこまち 5キロ	3,600
C16	新米 こしひかり 5キロ	3,800
C12	新米 ミルキークイーン5キロ	3,800

始まりました！旬のりんごリレー

A1	りんご1袋約1.2kg	670
----	-------------	-----

提携農家 ヤッホー農園 愛媛のこだわり農家、凡平(ぼんぺい)さん

A6	みかん 1袋約1キロ	650
----	------------	-----

就労移行支援施設グリーンジョブくまがや

151	肉厚ジュシー しいたけ200g	220
-----	-----------------	-----

提携農家の「山下フルーツ」信州長野から直送

A2	リンゴジュース 1ℓ	630
A3	リンゴ酢	650
A4	中濃ソース	450

愛媛 西予自然工房 100%純粋はちみつ

H130	みかんはちみつ170g	1,400
H131	みかんはちみつ330g	2,500
H142	百花蜜はちみつ170g	1,200

ホンジュラスコーヒー プンタルト

140	プンタルト 長谷部航輝さんイラスト ギフトセットドリッパック5個入り	1,300
141	プンタルト ホンジュラスコーヒー ドリッパック5個入り	1,100
143	プンタルト 焙煎豆100g ロッホラベル (酸味が少なくまったりとコク深い)	豆/粉 920
146	プンタルト 焙煎豆100gネイビーラベル (爽やかですっきりとした酸味)	豆/粉 920

有機農家 妙明畑

115	人参ドレッシング 180ml	650
-----	----------------	-----

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	静岡やぶきた茶 100g	1,000
T37	狭山茶 100g	1,000
T38	狭山茶 100g	800

商品番号	注文	値段
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	縁取りミニ台ふきん かわいい縁取りが付いています	120
J42	布きん さらしミシンステッチ	150
J43	ワンポイント刺繍入り布きん 1枚 なかま刺しゅう	250
	ワンポイント刺繍入り布きん 1枚 おまかせ刺しゅう	250
	刺子風 布きん 1枚 芸術的！なかまが作りました！	250
J45	雑巾	100
J47	マイバック 大 マチあり 柄お任せ	200
J50	うでぬき 柄お任せ	200
J57	うでぬき (短)	200
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くりします	120
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	トイレトペーパー牛乳パック100%	570
Y61	ティッシュペーパー牛乳パック100%	490
Y62	キッチンペーパー牛乳パック100%	470

松本海藻 人気の乾物

M71	カットわかめ 三陸産	360
M72	茶昆布(少量パック)	360
M73	炙り小いわしスティック	360
M74	とろろこんぶ 38g	300
M75	あおさのり 12g	360

パン秋山 自然酵母パンで完全予約制です！大人気！

B8	食事パン (季節の酵母)	390
B9	いちじく・胡桃 (甘酒酵母・砂糖不使用)	260
B10	カップケーキ(2個入り プレーン& チョコ)	250

G24	トラピストガレット 個包装	110
G25	1ケース 12袋入り	1,500

120	木工 マグネット2個セット 被災地募金付き	300
121	木工 カード立て 被災地募金付き	300

この注文書は 11月 14日(金)締め切りです。

赤い羽根共同募金