

『炒り玄米』

4月



備えていれば心強い！非常時に活躍する食品『炒り玄米』をごめくぐいのお話をしましょう。紹介します。

玄米は医食同源の基本栄養満点の穀物です。その玄米を炒って保存しておけば、玄米粥や玄米雑炊が短時間で作れますし、また万が一電気・ガス・水道が止まった時も、そのままポリポリとおいしく食べることができるとです。玄米と塩があれば生命維持に必要な栄養素はそろいます。そういう意味でも『炒り玄米』は非常に適していると言えるのでは無いでしょうか。

◆作り方◆

玄米はさっと洗って乾かし、フライパンで炒ります。玄米がはじけてキツネ色になるまで、弱火でゆっくりと炒って下さい。試しに少し食べてみて、ポリポリ火が通っていけば出来上がりです。



健康効果抜群で、まさかの時に頼りになる炒り玄米。密閉容器に保存していつも身近に置いておきたいですね。

おばあちゃんの知恵袋

☆日本手ぬぐい

☆活用方法☆

☆インテリア編☆

今回は、目で見て楽しむ手ぬぐいのお話をしましょう。

北欧やヨーロッパで古くから親しまれてきたインテリア雑貨の『ファブリックパネル』を知っていますか？掛軸にも似たファブリックパネルは、手ぬぐいを使うと和モダンな雰囲気を感じ取り入れられます。

作り方は、パネルに布を貼りつけるだけなので誰でも簡単にできておしゃれ。手ぬぐいより一回り小さい発泡スチロールを用意したら、裏面にして縁から2センチ内側に深さ1センチ程度の切込みをカッターで4辺に入れます。

布がたるまないように引っ張りながら切れ目に差し込んだら、絵画のように壁に飾ればできあがり。挟み込むだけなので、簡単に付け替えられます。

布をカットしてミニサイズで作れば、ちょっとしたスペースでも楽しめますね。季節や気分に合わせて手ぬぐいを飾れば、お部屋の雰囲気を一変できますね。



☆今月のプレゼント！！☆

クイズに答えてプレゼントを当てよう！

【問題】玄米は医食同源の基本栄養満点の〇〇です。

〇〇に入る漢字二文字をお答え下さい。

① 『楽天 vs 西武』

フレステージフラチナチケット

※5/26(金)18時試合開始

ペア1組様にプレゼント！

☆①のみ応募〆切平成29年5月12日消印まで☆

② 明治ギフトカード

(フルガリアヨーグルト)2枚1組を

3名様にプレゼント！

③ 明治オリジナルマッサージボールを

3名様にプレゼント！

欲しいプレゼントの番号と答え、住所、氏名、をご記入の上、下記の宛先までお送りください。

たくさんのご応募お待ちしております。  
(官製ハガキにて受付致します。)

☆応募〆切平成29年5月19日消印まで☆

◆プレゼント応募の注意◆

ハガキに名前・住所・欲しいプレゼントの記入がないものがありますので、投函前に記入もれがないかご確認お願い致します。

★クリクラ紹介キャンペーン実施中！★

紹介しても、紹介されても、お互い嬉しいプレゼント！！ご友人でクリクラに興味のある方をご紹介下さい。

ご紹介いただいたご友人にご成約いただきますと

ご紹介いただいたお客様には…

紹介して  
ボトル2本分の

引換券をプレゼント！！



ご紹介いただいたご友人の方には…

紹介されて

ご契約時特典！お得なスタートプラン

初回申込み時に限りボトル3本を

スタートプラン価格：1,250円(税別)

でお届け！



〇様からのお便り〇

九州のある施設でR-1ドリンクを飲んでいたせいか、ｲﾝﾌﾙｲﾝｽﾞになっていない。私もそれを聞いてからずっとR-1を飲ませてもらってます。今のところ大丈夫です。ありがとうございます。

〇様からのお便り〇

毎日寒い中本当にご苦労様です。まだまだ寒さ続きますが皆様お体に気をつけ、これからも宜しくお願いします。

☆投稿コーナー☆では皆様からの

ご意見・ご感想・ご要望大募集！

FAX、Eメール、官製ハガキで承っております！

採用された方には  
素敵なプレゼントを差し上げます。



TAKAHASHI



会社名：株式会社 タカハシ

〒975-0007

住所：福島県南相馬市原町区南町3-98-1

フリーダイヤル：0120-36-7000

アドレス：newmeijikashima@vivid.ocn.ne.jp

FAX：0244-23-1139

URL：http://www.drink-takahashi.com/

