

お得意さま感謝セール 当選おめでとうございます。

抽選の結果を該当のお店へ連絡しております。
同時に2等賞品のお米券もお届けしております。お店から当選のおお客様へご連絡をお願い致します。
こちらからも当選者の方々にはハガキにてお知らせをしております。
また1等にご当選のおお客様へは、クール便にて賞品をお届け致しますので、米穀店様より希望の日にちを確認して頂きますので宜しくお願い申し上げます。

コメント欄(お米屋さんが好き)

- (お得意様感謝セール 応募葉書より)
- いろいろなお米の説明が聞けて面白い。
 - 目の前で精米してくれるのが嬉しい。
 - 自分専用のブレンドをしてくれる
 - おかずの相談にのってくれる。
 - 糠が貰える。
 - お店でお茶が飲める。
 - 生産者がわかるのが良い。
 - 玄米を30kg買うと預かってくれる。
 - お米以外の(雑穀など)話が役に立つ。
 - 重いので配達してもらえる。

もち麦の入荷が。。。。

もち麦20kgのメーカーからの入荷が滞っています。
一方で小袋商品である「もち麦ごはん800g×6」及び「もち麦ごはん600g×6」の入荷もまだまだ順調には程遠い状況です。
お客様からのお問合せに期日等を伴ったご返事が出来ず誠に心苦しい次第ではございますが、メーカーからの明確な返答が無い以上何とも手が打てずしております。
何卒ご勘弁ください。
頂きましたご注文は、先着順に順次対応させていただきます。

今週の玄米入荷情報

- 北海道 ななつぼし
- 青森 まっしぐら
- 岩手 ひとめぼれ 前沢限定
- 宮城 つや姫
- 福島 コシヒカリ 中通
- 福島 ひとめぼれ
- 茨城 コシヒカリ
- 長野 コシヒカリ いいやま
- 山梨 コシヒカリ 北杜棚田特裁
- 福井 コシヒカリ テラル越前
- 富山 コシヒカリ
- 島根 きぬむすめ
- 佐賀 さがびより
- 新潟 コシヒカリ 魚沼十日町
- 新潟 コシヒカリ 黒川
- 新潟 コシヒカリ 長岡特裁
- 山形 つや姫
- 秋田 あきたこまち やまもと



ごはん中心の食事に加えて有酸素運動とレジスタンス運動で筋肉量を維持して内臓脂肪の消費と糖尿病リスクの軽減及びサルコペニア肥満の予防を心掛けましょう。

糖尿病の原因となる内臓脂肪は運動量(エネルギー消費量)の増加によって減少していくことが確認されています。

レジスタンス運動=筋肉に抵抗を掛ける動作を繰り返し行う運動(スクワットや腕立て伏せなど)

サルコペニア肥満? =加齢や疾患により、筋肉量が減少することで全身の筋力低下が起こること、または、身体機能の低下が起こることを指し、筋肉の代わりに脂肪の比率が高くなっている状態をいいます。

という内容の小冊子を配布中です。是非ご活用ください。