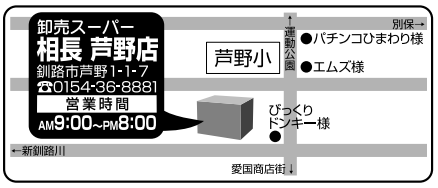
あいちょう

あいちょうだより

今回のお取り寄せは、暑い時にさっぱり。
山形よりごはんや納豆にかけるだけの「だしっ」
うどん県からは讃岐うどん、ぶっかけやかま玉に。

2012年 7月号



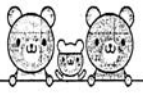
こんにちは!! 伊浜店 相澤です。
いつも当社を 御利用頂き、ありがとうございます。
伊浜店は主に 船舶の食料品 積み込みをしていますが
そんな 当店では 船の仕込みで みなさんが よく 積んで行く商品があります。
森永の絹ごしとうふ〈290g〉と 雪印メグミルクのLL牛乳〈250ml〉の2つの商品です。絹ごしとうふは 未開封で 製造日より 6ヶ月近くもつ 長期保存可能品で、LL牛乳は常温保存可能で 1ヶ月はもちます。
船の航海日数は その船によって それぞれ 違いますが 長い間 船の上での食事には 欠かせない商品 のようです。
さて、釧路の夏も 近づいてきましたね
夏といえば キャンプや焼肉ですが 私はというと 子供達が 大きくなり
この頃は する機会が すっかりなくなって しまいましたが
夏の天気の良い日に 焼肉して お酒を飲むのは 楽しいものです。そんな時に おすすめなのは 鍛高譚の梅酒です
ソーダで 割ったり もちろん ロックでも 飲みやすいので
ぜひ 1度 おためし下さい。

今月の食財メニュー

ご飯は100%道産ななつぼし使用してます

日程	地産地消のお弁当&お惣菜	販売価格
7月	道東沖産時鮭チャンチャン焼弁当	298円
(3日(金)~	三共食品のキムチ入チャーハン	260円
(5日(日)	道東沖産 鮭ザンギ	1g 1円
7月24日(火)	エゾ鹿肉のピリ辛竜田揚げ弁当	298円

愛国プウ横丁 ちえ店長の 今月のおすすめ本



ふたごのしろくま　ねえ、おんぶのまき
あべ弘士　講談社

題名そのまま おんぶ・おんぶ と母さんにおんぶをせがむ双子のシロクマのお話です。
周りの動物たちはみんな オンブしてもらっているのに
シロクマ母さんは『あの子は昨日生まれたばかり』『あの子は昨日卵から出てきたばかりなの』『まだ泳ぎが下手なの』と言って なかなかオンブしてくれません。
氷の島に住む双子のシロクマと母さんグマのあったか～いお話。この後も続きが出るようなので楽しみです。

プー横丁　鈴木千恵

お客様の中の走り抜けて青色のルノー!?
交差点、ごは　一時停止
チョット ふ、ら～～～ つく・・・・

8年ぶりに 星が浦店に 移動となりました 千春です。
愛車ルノー(年当ルノー社製です)で 大いに活動しています。
走るのに 慣れてくると 家々の庭に咲く 花を見るのも
楽しくなります。今は"モンタナ"を見頃でしょうか?
只今 青春真っ最中!?
先日 恩田陸の "ブラザー・サン シスター・ムーン" を見つけ
すぐに 手に取りました。なんとって 青春小説です。
映画も観たし 唄も聞きました。あの頃に 思いをはせて…
歌を聞くなら "いちご白書をもう一度" ……ヤレラ…
星が浦店は 私と変わらない 若い?! 年令層ですが
笑顔で 皆様の 御来店を お待ちしております。

P.S 出だしは プレイバック パートⅡ のメロディーにのせて

ホップ、ステップ、鹿肉 社長通信 No.21

毎月第4火曜日はシカの日となっており、当店では味付もみじ肉(花札や百人一首から出来といわれてます)を、割安で販売していましたが、エゾ鹿スープカレー、冷凍スライス肉と取扱いが増え、今月は20日より なんと「エゾ鹿せんべい」が仲間入り。と、じっても修学旅行で行った奈良の物とは違い、人間用のおやつです。
地産地消で、もっとエゾ鹿を食べてもらいたいのですが、先日ある人に「海外で食べた鹿のサドルステーキは、柔らかく牛肉より美味しかったが、エゾ鹿は天然の分 肉としてはまだまだだね」と言われました。そんな違いがあるという事も知らずに販売していましたが、もっと勉強して色々食べ比べて(これが大きな原因?)美味しさに貢献できる店を目指していきます。

①節電報告：6月の実績は昨年同月比で芦野店92%、星が浦96%
②ダイエット報告：とりあえずラジオ体操15分と、ウォーキングは春採湖2周を週1回
7月29日湿原ウォーキング15km参加。目標170分、体重変わらず。

おわび 先月の通信で茶チリ紙と書いた「知琴」は白チリで、茶チリは「さくら」ですとご指摘頂きました。いつも読んで頂きありがとうございます。

いつも当店をご利用頂き誠に有難うございます。
4月より芦野店勤務になりました店長の篠崎です
6月は夏らしい夏も来なかった梅雨でしたが、せめて7月の
半月位は暖かい日が欲しいものです。日に当る日数が少くないせいか
顔が色白でまるで(昔美容会のカリスマ)金八不その子さんの様です。(たぶん!!) 知ってる人は知っている!?
話しは大きく変わりますが!
最近話題になっている、ロングブレスダイエットをやっています。
俳優の三木良介さんが紹介しています、簡単で手軽にできるダイエット法です。
簡単に紹介しますと、息を大きく吸っていっきに吐ききるのがポイント!!
お腹まわりの筋肉が結構いい感じで取れてきます。是非お試し下さい。
まだまだ色々なやり方があるので詳しくはYou Tube(ユーチューブ)で三木良介 ロングブレス もご覧ください!!
ただし!!!
ちょっとサボるとすぐにもどりますので注意!最近ちょっとサボって小太(こぶ)な私でした。