

1	2	A		3
4			5	B
	6	7		
8C				
9			10	

タテ、ヨコのマスを埋め、A~Cの3文字をつなげて言葉を作ってください。

A B C

タテのカギ

- 1 熱がでて寒げし咳が出る病気のこと。季節の変わり目などは要注意。
- 2 企業などにおいて、来客や注文などが比較的少なく、暇な時期のこと。
- 3 開花すると臭気を放つ、世界最大といわれる花。
- 5 50円硬貨の表面にもあしらわれている、秋に咲く花。
- 7 旧国名の一つ。新潟県にある島のこと。
- 8 液体をこして混じり物をのぞくこと。

ヨコのカギ

- 1 種子がチョコレートやココアの原料となる、熱帯アメリカ原産の植物。
- 4 よいこと。また、その行いのこと。〇〇は急げ。
- 5 公共の団体や社寺などに金品などを贈ること。
- 6 物の先端などが細かく割れること、逆剥け。
- 8 古典的な音楽の形式の一つで、漢字で書くと「輪舞曲」。
- 9 秋に多肉の液果を結び、熟して黄赤色となる果実。
- 10 入り口・戸口などの扉。自動〇〇。回転〇〇。

前回の答えは「ごろろう」でした

みんなの声

いつもたくさんの「声」をありがとうございます
皆様のお気に入り・おすすめの商品・これは絶対に紹介したい商品など色々なご意見お待ちしております。

みんなの声

ピロリ菌を持つ世代です。L921を
続けています。母は便秘からでした。L921を食
べると便秘が解消されて
います。完配菓のあの元気で明るい声かけ
は、家族に好評です。

ご契約者様名 様 お電話番号

みんなの声

いつも元気なあいさつで届けてくれます。
届けていたことで、乳酸菌をよくとるようになった。
子供たちも、あんなに喜んで食べてくれました。
健康にも良いので続けたいです。

ご契約者様名 様 お電話番号

みんなの声

職場で注文しています。西日連員の
方も親切に対応して下さり、職場でうけ
とりができていい時は、事前に対応（来客の
前・後にもつくる）など、丁寧に申し
下さり感謝しています。

ご契約者様名 M.A 様 お電話番号

みんなの声

朝の元気な挨拶が毎朝の励みです。名刺交換
も、後でいただきました。有明乳業の社員は
よく働いていて、私も頑張ります。毎日
楽しく仕事をしています。これからも
頑張ります。ご声援ありがとうございます。

ご契約者様名 様 お電話番号

今回ご紹介させていただいた以外にもたくさんのご意見を頂いております。今後のより一層充実したサービスに活かしていきたいと思っております。

みんなの声

.....
.....
.....
.....
.....

ご契約者様名 様 お電話番号

みんなの声(おたより、ご感想)
お待ちしております(*^_^*)
匿名希望の方はペンネームを
記入下さい。お寄せ頂いた方
の中から毎月10名様に粗品を
プレゼント致します☆
紙面でのご紹介の際、内容を
一部編集する場合があります
ので、あらかじめご了承ください。

ナジミのミルクだより

有限会社 有明乳業

TEL 0120-743-369 ナジミのミルク

祝・1周年!

《所長からの一言》
お陰様で唐津営業所も一周年を迎
えることができました。
これからも唐津のお客様に愛され
る営業所を目指しスタッフ一同頑
張っていきたく思います。

◀牛柄のナマケモノ
ナジミモノだよ!



おかげさまで1周年!!!

1st ANNIVERSARY

平素は格別のお引立に預かり厚く御礼申し上げます。

さて、(有)有明乳業 唐津営業所は、開設以来無事に1年が経過致しました。

こうして開店1周年が迎えられるのは、

ひとえに皆様のお陰と深く感謝しております。

今後とも末永くご愛顧賜りますよう、お願い申し上げます。



今月のおすすめ

黒ゴマ 黒豆きな粉

(450g / 1缶)



3,200円 (税抜)

国産黒豆 丹波黒使用

大豆を粉状のきな粉にすることで、大豆の持つ良い成分の吸収が良くなります。

食物繊維

腸内での脂肪の吸収を抑え、便の力加を増します。なんとゴボウの10倍!!

良質の植物性タンパク質

筋肉を増やし、脂肪の燃焼を助けます。

カルシウム、マグネシウム

結合して、丈夫な骨を作ります。

ビタミンE

抗酸化作用があり、若返りのビタミンと言われています。

大豆オリゴ糖

善玉菌を増やすエサとなり、腸内環境を整える助けとなります。

天然のイソフラボン

女性特有の様々な辛い症状の緩和が期待できます。

アントシアニン、シアニジン

黒い皮に含まれるポリフェノールの一種で、細胞の老化を抑えます。

ビタミンB群

糖や脂肪の代謝を助けます。



くろまめ

きな粉にはいいものがいっぱい。

黒ゴマは、「抗酸化作用」(=いわばカラダのサビと戦う)のビタミンEを含み、また、コレステロールを下げる働きをするリノール酸やリノレン酸を含みます。乳製品ときな粉&黒ゴマ、なかなか考えつかない組み合わせですが、相乗効果のある大変いい飲み方ですね…。



元気・健康

アンケートQ&Aコーナー

※16号でのアンケートにお答えします。

- ①Q. 注文した商品をなるべく早く持って来てほしいです。
A. 注文を頂いてから発注という形ですので、現状では10日くらいかかってしまいます。なるべく在庫を多くして、対応していきたいと思えます。

- ②Q. 明治の店頭商品も欲しい…。
A. 取扱いできる商品は、御紹介していきます。

- ③Q. 飲むヨーグルトを注文していますが、これから先温めて飲んでも大丈夫ですか？
A. 温める際は、ビンのまま湯せん、又はカップに移しレンジで人肌程度に温めて下さい。

ホットでもおいしいよ!



サンプルチケット

お名前

お電話

ご住所

黒ゴマ 黒豆きな粉

(15g / 1袋)

国産黒豆 丹波黒使用



※1家族1個とさせていただきます。(有効期限:11月末日)

親子でたのしく
明治デリーズレシピより

明治デリーズレシピ 検索



<栄養価/1人分>

●エネルギー/553kcal ●たんぱく質/16.8g
●カルシウム/28mg ●食塩相当量/2.6g

調理時間

🕒 45分

さんまときのこのピラフ

秋の味覚を洋風に。香ばしいおこげがおいしそう!

材料	米	2合
(4人分)	さんま	2尾
	塩	小さじ2/3
	しめじ、まいたけ、エリンギなど	合わせて100g
	玉ねぎ	1/4個
	にんにく	1/2かけ
	明治北海道バター	30g
	オリーブオイル	大さじ1
	*コンソメスープ	
	・湯	2カップ
	・顆粒コンソメの素	小さじ2
	白ワイン	大さじ1
	塩	小さじ1/2
	パセリ(みじん切り)	大さじ1分
	黒こしょう	少々

作り方 下準備…米は洗ってざるにあげ、30分くらいおきます。

1) さんまの頭を落とし、腹を開かずにワタを抜き取り、よく洗って水気をふきます。身を4cm幅に切り、尾は落とします。分量の塩をふって10分おきます。

2) しめじとまいたけは石づきを取って、小房に分けます。エリンギは縦半分は切って2~3等分の長さに切り、薄切りにします。玉ねぎとにんにくは、みじん切りにします。

3) 1) のさんまの水気をキッチンペーパーで拭き取ります。フライパンにオリーブオイル大さじ1/2を熱し、さんまを焼きます。一度取り出して、中骨を骨抜きで抜き取り取ります。

4) 空いたフライパンをキッチンペーパーで拭き取り取ります。残りのオリーブオイルを熱して、バター10g程度を

入れ、にんにくと玉ねぎを炒めます。しんなりしたら下準備しておいた米を加えて炒めます。

5) スープ、白ワイン、塩を加えてひと混ぜし、きのこ、さんま、残りのバターを上のにのせて、蓋をします。はじめは強火で2~3分炊いて米が水分を吸ったら、弱火にして13分炊きます。15秒ほど強火にして火を止め、10分蒸らします。仕上がりにパセリのみじん切りと黒こしょうを加えて混ぜます。

▶調理のポイント

さんまは、生より焼いてからのほうが骨が取れやすくなります。

このレシピで使用した商品
明治北海道バター



お知らせ

皆様が考えたお料理、健康レシピ、病気対策レシピなどありましたら、ナジミのミルクだよりで紹介してみませんか? ご応募お待ちしております。

配達アルバイト男女募集!

新規開拓等の営業は一切なし! 決まったルートで行っていただきます。

時間/ 8:00~16:00の間で 時間帯相談OK!

(※ルートにより異なる)

勤務日数/ 月・水・金か、火・木・土の週3日

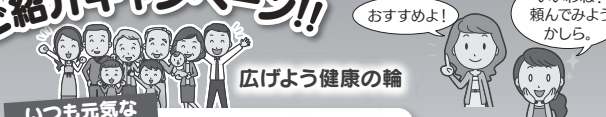
資格/ 要普通免許

《月収》
6万円~
10万円可能

【応募】電話連絡後、履歴書ご持参ください。

☎0120-743-369 本店 吉野ヶ里店 唐津店

ご紹介キャンペーン!!



いつも元気な おじいちゃん、おばあちゃんに

離れて頑張る 息子さん、娘さんに

お世話になっている ご友人、お隣さんに

おすすめ!

いいよね! 頼んでみようかしら。

広げよう健康の輪

ご紹介頂くと

お2人に
粗品を
プレゼント!