

みるく通信

家族みんなで健康習慣!!



明治ミルクで元気まつり

明治ミルクで元気が人気の理由

【理由その1】
「ミルクで元気」1本で、1日分のカルシウム700mgと1日分の鉄分7.5mgが1本で補える。

【理由その2】
カルシウムの吸収を促進し、骨の形成を助けるビタミンDと血を作るために欠かせない成分である葉酸も配合!

【理由その3】
明治ミルクで元気は低脂肪! しかも! 低脂肪でありながらミルクの自然なコクと風味が感じられるおいしさ!



税込価格126円

朝食を抜いている方におすすめ

「朝はぎりぎりまで寝たい」「いまち食欲が出ない」などの理由で朝食を抜いてしまっている方! 朝食は眠った体を目覚めさせる大事な役割があります。しかも、前の晩8時に夕食をとり、朝食を抜いたとすると、お昼まで16時間も空腹状態となります。



脳がエネルギーとして使えるのはブドウ糖だけです。食事から糖質の供給がストップし、体内のストックを使い果たすと、脳がうまく働かなくなります。そうなると、朝から体は眠った状態、頭は働かない、会社や学校へ行っても仕事や授業に集中できません。それでも食べられない方に、明治ミルクで元気を飲んでいただきたいのです。

忙しくても、食欲がなくても、明治ミルクで元気なら手軽に飲めて栄養満点。暑い夏はキンキンに冷やして、寒い冬はホットで飲めば、眠った体を目覚めさせ、仕事も勉強も効率アップ間違いなしです!

おススメ習慣化方法「飲む時間を決めましょう!」

- ① やっぱりミルクは朝! 朝起きたら飲む習慣をお勧めします。
- ② 朝はパン食の方が増えています。朝食と一緒に飲む習慣をお勧めします。
- ③ 冬は寒いから飲み忘れてしまう...そんな方にはお風呂上りに飲むことをお勧めします。体が温まっているので、冷たいミルクがより一層おいしく感じられます。



ミルクで元気・新規ご成約キャンペーン

キャンペーン期間中に「ミルクで元気」を新規で3ヶ月、週7本以上ご契約いただいたお客様へ「たち吉オリジナル マグカップ」か「クイックミルク6本入り×3セット」どちらか1点をプレゼントします。

たち吉オリジナルマグカップ



※但し、キャンペーン期間中であっても景品の在庫が無くなり次第終了とさせていただきます。

期間中にお申込みいただいたお客様に、先着5000名様

ミルクが変わる魔法のストロー

「クイックミルク6本入り×3セット (バニラ・チョコレート・ストロベリー)」をプレゼント!

飲み方!

- ① 冷たい「ミルクで元気」にストローをさしてね! わくわく
- ② ストローで飲むと... あれ?!
- ③ フレーバーミルクに早変わり! びっくり! おいしい~!

切り取り線

明治ミルクで元気お申込書

お申込日 年 月 日

ご住所

お名前

お電話番号 () -

ご希望 () 本 / 日

お客様から頂いたアンケートと、お手紙をご紹介します。

- 配達していただく前は余りかなと思っていましたが、サイズも飲みきれて子供もおいしいと飲ませていただいています。担当の方も気さくに話してもらい、楽しく続けさせていただいています。これからもよろしく願います。
- 朝1本のミルクから1日の始まり、幸せを宅配で感謝しています。御苦労様です。
- LGヨーグルトを飲んでいるので、胃腸の調子が良いように思います。

♪牛乳を使った美味しいレシピをご紹介します【りんごジンジャーホットミルク】

身体がじんわりとあたたまる、しょうが入りのホットミルクです。りんごの優しい甘酸っぱさが、まろやかな牛乳によく合います♪

材料(2人分)

- りんご 1/4 個・「明治おいしい牛乳」 300cc
- 砂糖 大さじ1・おろししょうが 小さじ1
- ミントの葉(お好みで) 適量



1. りんごは半分は皮をむき、すりおろす。残りは皮つきのまま5mm角に切る。
2. 鍋に「明治おいしい牛乳」、砂糖、おろししょうがを入れ、あたためる。火を止めて、すりおろしたりんごを加える。
3. 器に<2>を半量ずつ注ぎ入れ、角切りにしたりんご、お好みでミントの葉を添える。

コツ・ポイント

りんごをすりおろすときは、金属製のおろし金を使うと、りんごが変色しやすくなるので、陶器やプラスチック製のおろし金を使うのがおすすめです。

スタッフ紹介コーナー 第14回

毎月各店のスタッフをご紹介します。今回は京丹後店のスタッフをご紹介します。



名前: 今田 隆之
 配達地域(担当): 丹後6町 クリクラ水配達
 趣味: ゴルフ・ヨット
 好きな食べ物: 焼肉 / 嫌いな食べ物: かぼちゃ

一言: 丹後の皆様に安心して安全な水を実にお届けできるように心掛け、丹後6町をまわっています。又見かけたときには声をかけて下さいネ。

<丹後弁・但馬弁> Part.14

丹後弁	但馬弁	標準語	使用例
べたあし	べたあし	偏平足	わしはべたあしだであんまりはよ一走れん。
へだらくな	へだらく	締まりの無い、自堕落な。だらしない	そんなへだらくな格好しとつたら笑われるど。
へつたらばち、 へつたらばちり		馬鹿げたこと	そんなへつたらばちなことやめな一。
へつる		減らす	無駄遣いしたらおこづかいへづるで。
へべたい		平たい	思ってたよりもへべたいな一。
へらべってあ一		平らな	へらべってあ一靴履かな転ぶで。
へんくもん		へんくは偏屈の省略形	親父はへんくもんだ。
へんげる		へそを曲げる	すぐへんげるで気い使わんなんわあ。
へんちよ		音痴の意	ほんまにへんちよだな一。
ぼいだす	ぼう	追い出す	野良猫が来たたらぼいだして一よ。
ぼいやっこ	ぼいやこ	追いかけて、鬼ごっこ	今からぼいやっこしよ一で。
ほえにや一	ほえね一	頼りない、物足りない。十分でない。	このラーメン、ちょっとほえにや一な。
ほ一け		阿呆。ほ一けとんな=冗談はやめろ	おみや一ほ一けとんなよ。

口座振替の引き落とし日のご案内

口座振替のお引落日は下記の通りとなっております。

前日までにご入金をお願い致します。

京都銀行・京都北都信用金庫・但馬信用金庫・

JA 京都・JA たじま

.....毎月10日(休みの日は翌日)

ゆうちょ銀行.....毎月15日(休みの日は翌日)

本数や商品の変更、お休みなどは、メモやお電話で、又は配達スタッフにお知らせ下さい。お気軽にご変更できます。もちろん、冷蔵庫にたまった時やご旅行などでお留守にされる場合も、お休みは自由です。