

あいちょう あいちょうだより

令和2年8月
第113号

熊本を中心とした7月豪雨被害
3店舗で基金をお願いたし総額
35,200円の温かい志ありがとうございました。

<p>相長 星が浦店 営業時間 AM9:00~PM7:00 釧路市星が浦大通2-7-1 ☎52-1772</p>	<p>相長 芦野店 営業時間 AM9:00~PM7:00 釧路市芦野1-1-7 ☎36-8881</p>	<p>相長 美原店 営業時間 AM10:00~PM6:00 釧路市美原4丁目1-8 ☎39-4141</p>
--	--	--

精肉担当 出村です。

釧路の短い夏がやってきました。
暖かくなるにバーベキューがですね！
私のバーベキューが欠かせないのは、

かねひろの成吉思汗(骨)です。
もちろん北海道といえば 冷凍の丸ラムも欠かせない一品！
あ、あいち功といえは 和牛です。
霜降カルビは絶品です。
週末半額セールを開催して頂くが 是非一度お試しください。
串類など 各地の焼肉高材も豊富に取り揃えていっしょ。

釧路の短い夏 満喫していただける様に
商品豊富に皆様の御来店 お待ちしております。



スズヤ
書店

今月の
岸本店長の
おススメ本

『ねぐせのしくみ』ヨシタケシズケ ブロズ 新刊980円+税
ヨシタケシズケは今一番注目されて113絵本作家の一人です。
日本での絵本作家のイメ→は 聖人君子であつたことかとも知られず
2019年「News week」の世界に尊敬された100人にも選ばれた彼が
彼の絵には 独特のブラックと イヤンさがあり 既存の絵とは異なり
絵本は子どもだけのモノではありませぬ 大人も魅了する彼の風が
は一面の価値があります。



いつもあいちょう美原店をご利用ありがとうございます。
惣菜担当・村田です。

新型コロナウイルス またまた予断を許さない状況です。
これからの時期は暑さに負けなようにしっかり体調管理
をしましょう。それにはまず食べる事が一番大事です。
食欲がないからと言って食事を抜いてはいけません。
美味しい食材が いっぱいありますね！野菜に肉や魚と美味しい果物！
今は北海道産の西瓜やメロンが有ります。美味しくて今の時期は
食べ過ぎてしまいます！！
お家で110トリーを増やしてみたいかですか？
今は年中関係なく ほとんどの美味しい食材が食べられます。
私事ですが、先日 仕事に行く前に テレビを見ていたら
メロン、西瓜、バナナを色々試していました。
私も挑戦してみたいなりました。
色々挑戦すると、美味しい食べ物を食べると
元気が出ますよね。皆さん是非色々な食べ方を
試してみたいかですか。チャレンジあるのみ！！



いつも当店をご利用ありがとうございます。
食品担当の石村です。
今年もコロナウイルスの流行で
生活様式も、お友達と愛の手したぬ
食物も、身体に良い物、免疫力を高める
食品など、気を付けて、いるようにですね。
私も、できるだけ、タンパク質を多くとる様に心がけています。
2年前は前から朝食のヨーグルトが 毎朝おた人変わってほ
せ、パン、ヨーヨー、野菜サラダ、コンスニア、ヨーグルト。
それに、フルーツが、あんな、アラスします。
野菜サラダには、おろしの、おろし玉、酢、正油、クレタド
オイルを入れた、手作りの和風ドレッシングに、このまた、
相長の道産豚肉で作った、チャーシューと白ごま
マヨネーズトッピングして、111ができます。
ヨーグルトには、はちみつときな粉を入れて食べます。
毎日食べても飽きないの、不思議です。
身体が調子も良いので、2小冊子も送りますので。



星が浦店 石村美保子

会長通信 No.118 今年も富良野！

コロナの影響で牛肉のランクの良い物は相場
安になっていますが、道産子が肉と言えば豚肉。
輸入の主力のカナダ産やアメリカ産の出荷調整に
よ、道内産までじわじわ値上がりしています。それ以上に
7月豪雨からの長梅雨と日照不足で夏野菜やカレー材料
が高騰している、色々雨で厳しい年です。
しかし、果物は全般的にはまずまずで、私の大好きなバ
スリ、桃、西瓜、苺は楽しめました。
何十年前にとびり美味しい桃を箱で
頂いた時に、何個食べればか挑戦した
事があり、頭の中では半分10個は楽勝と思ってたに
3個で手が止まり、これ以上食べたが嫌になるかもと
自覚しました。まあ、何事も過ぎたは及ばざるが如し
です。おかげ様で今でも桃を見ると幸せに存ります。
今年の夏で一番のおすすめは、富良野産の果物と野菜
メロン、西瓜、この頃は今のところハズレ無し
の甘さと食感です。もちろんスイーニも仔オン！
後は台風被害の無い秋を願って、おとなく健康に
残り1/3を乗り切りたいです。会長

