

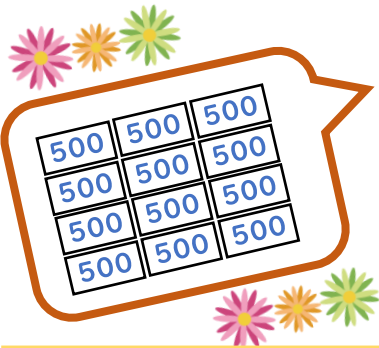
みはら通信



★ ないえ地元応援商品券 50%プレミアム付 ★

が、**8/31**より販売開始となります。今回は**12/25**までゆっくり購入できます。

販売期間も長く、先着順でもないの**並ばなくても大丈夫**です。



6,000円分
の商品券
を
4,000円
で買えます

1世帯
5セット
までなので…

1世帯
最大で



を 2万円で購入できます
(12/25までに、1セットずつ購入も可)

購入方法はコチラ

引換券

身分証明書

お金

商品券の
有効期限
令和3年
2月20日



①役場から各家庭に
「引換券」が送られてくる

②商工会で商品券
を購入する

③町内約100ヶ所
のお店や事業所で使えます

(もちろん、三原さんでも使えます)

普 段の生活に+10分のウォーキング!

朝晩、歩いている方々をよく見かけます。

普段の生活に、意識して何かをプラスするには、まあまあのきっかけが必要です。



そのきっかけと、心身の健康と、
ついでにふれあいチケット
1,000円分ももらえちゃう、
ステキな企画と思います。
自分も30日間頑張ります!

お問合せ：保健センター 65-2131

用紙はコンビニ、
スーパーなど
町内のいろ～んな
ところにあります



とく得

ちよこっ ウォーキング

日々の歩数を記録して、「ふれあいチケット」(市内限定)1,000円分をゲットしよう!
チケットを持って町内で買い物やごはんを食べれば、自分も町も嬉しいキャンペーンです。

■キャンペーン期間
令和2年7月1日～10月31日

普段の生活に+10分のウォーキング!

【参加条件】
① 赤井江町にお住まいの方なら、誰でも参加OK!
② ウォーキングの時間・方法・場所は問いません。

【参加方法】
① 「ウォーキング記録カード(裏面)」に日々の歩数(または時間)を記録。
② 30日歩いたら、もれなく「ふれあいチケット1000円分」をプレゼントします。

お問合わせ：赤井江町保健センター ☎(0125) - 65 - 2131



今月の純ちゃん



7月は日照時間が少なく、カラッと晴れる日が少なかったような個人的なイメージでしたが、それでも気温は高く、喉は渇きます。

「何か飲みたいね」という妻の言葉に引っ張られ、コンビニやスーパーへ行くのですが、珍しい飲み物を見ると試さずにはいられない性分で、最近飲んだ物で美味しいと思ったものを紹介します。あくまでも僕の感想ですよ。

今回、一番のお気に入りはこちら！
メロンとスイカのスムージー！
それぞれリンゴ等の果物も入っていますが、甘すぎず爽やかです。ただし、メロンの角切りが大きくてストローを通りません。



下の写真は夫婦で意見の割れた商品で、僕はスターバックスのチーズケーキドリンクが好きですが、妻はフルーツポンチゼリーにかなりハマってました。好みは人それぞれなのでOK！！



マウントレーニアはとても人気のある商品ばかりですが、何とも珍しい！
コーヒー味もしますが、小豆感がつよく、おしるこに近い味でした。

カフェラテスイーツ、ショコラという名前ですが、今のところ美味しすぎて毎日1杯飲んでいます。「ショコラ」じゃない味もいつか発売されるのかな？



僕の世代にはたまらない森永のミルクキャラメル。パッケージも当時のままドリンクになりました。甘い物が好きな方は是非どうぞ！



またまた 今月の純ちゃん その2

そして！ 飲み物にはおやつ！！

コンビニやスーパーに寄ってドリンクを買ったらおやつも必ず買い込んでしまいます。

(月に1回の血液検査では、血糖値は正常です)

「これは是非食べてみて下さい！」
と思ったおやつをご紹介します。

なんだかセブンイレブンばかりですいません。しかし旨いんです。表面が香ばしく、中が甘いプリンがタルトに乗って！！
ずんだ団子も枝豆好きにはたまらない一品です。



昔なじみの菓子も現代風にアレンジされたり、原材料にこだわったり、無添加だったり、本当に美味しくなりました。



ゴディバのチョコレートプリン！！ゴディバが不味い訳がありません。どこで買ったかは忘れましたが、忘れるくらいスイーツはどこでも買います。



もう一度言いますが、「血糖値は正常です」