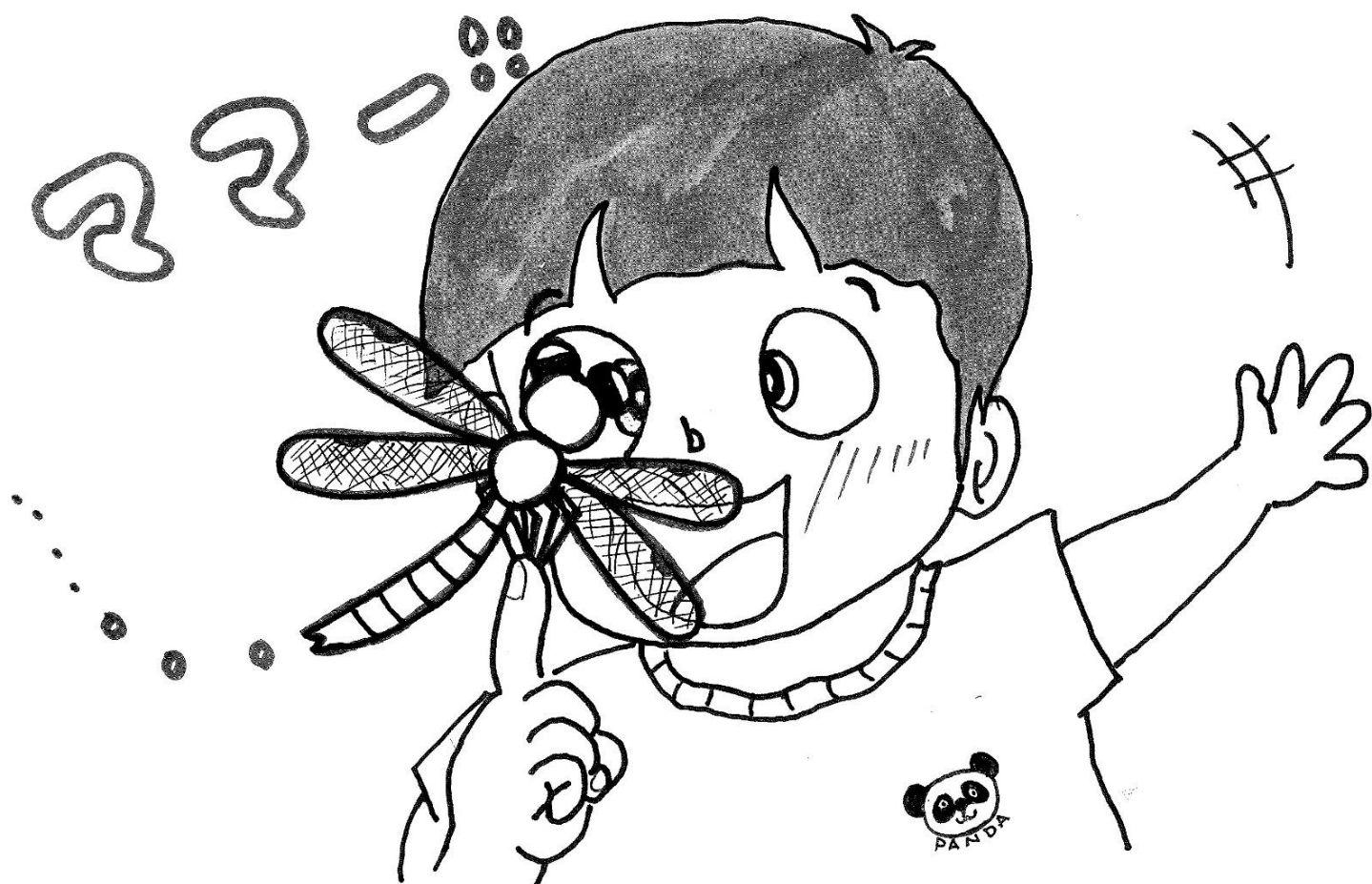


おいしいはしあわせ



サン・スマイル通信

No.98 **2017.10**

営業時間 ... 10:00~19:00
定休日 ... 日曜日 (祝祭日営業)
電話 ... 049-264-1903
住所 ... 〒356-0052 ふじみ野市苗間 1-15-27
ホームページ ... www.sunsmile.org
メール ... mail@sunsmile.org
フェイスブック いいね！お待ちしております



腸内細菌とウンウィン！

何度も取り上げさせていただいている腸内細菌のお話し。

人間の細胞より多くの数の細菌が人間と共存共栄しています。なので注目せざるを得ません！

よく農業は土が命。と言いますがその中でも微生物の存在は欠かせません。

でも目に見えない・・・

人間の場合にはありがたいことに、いい状態か、あまりよくない状態なのかすぐにわかります。私たち人間のうんちの 50% 以上は腸内細菌の死骸ですので、毎日のうんちを見れば一目瞭然です。毎度書いていますので皆様ご承知の通りバナナのようなスポン！とでるうんち。浮かぶうんち。臭くないうんち。お尻を拭かなくてもいいうんち。これが私たちにとって最高のうんちです！

最近よく思う事があります。電車の広告や、テレビの CM で急なお腹の急変に！〇〇〇という宣伝がありますよね。下痢で苦しんでいる人はかなり多い！その多くは過敏性大腸症候群といわれています。

これは病気ではありません。原因がわからないので「症候群」です。大腸が過敏に反応する症状をもった人たち。という意味。

「私、よく下痢するのよね～」なんて親しい中でもなかなか会話できないですよね。(私はしますが(笑))

下痢は精神的なものと、腸内細菌の種類や量によって引き起こされることが多いのです。(腐ったものや、毒物を入れた時も、速やかに出すために下痢します)

最近分かったことで面白いことがあります。肉や脂が好きな太った人は、それらを人間が吸収しやすい形にしてくれる腸内細菌が多い。

野菜や穀類などを多く食べる人は油や肉を吸収しやすい形にしてくれる細菌が少ない。

野菜や穀類などを中心に食べていた人が肉食に変えていくと、なんと細菌のバランスが変わり、肉油を吸収しやすくなります。逆もしかりで肉食多い人が野菜や穀類の変えると細菌叢も変わっていき、結果的に太りにくい体になっていくのです！

野菜や穀類、でも肉も食べたい・・・という年頃もあるかと思います。その時もっとも重要な食べ物は「食物繊維」！脂溶性水溶性の二種類がありますが、どちらでも気にしないでよいですので、その食物繊維を中心とした食材を一つ二つ入れていくことで体調も変わっていきます。

腸内細菌は子供のころにほぼ決まるとも言われていますが、大人になっても食生活を変えることで腸内細菌が変わってくることがわかっています。

腸内細菌と味蕾(味を感じる細胞)を整えていけば、無理なく食生活を良い方向に変えられます。それには最低 40 日頑張っって理想の食事を試してください！

必ず！体は変わっていくことを実感できます！

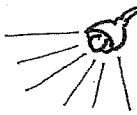
食べのもののバランスをしっかり整えれば(個人差があるので、長い人生の中でいつか試してみてください)、人間よりはるかに多い細菌類と良い形で共存し、ウンウン！じゃなくてウンウィン！の関係が生まれていくでしょう！

ウンウィン！

松浦智紀

今日のスポーツライト

サン・スマイルスタッフおすすめ



サン・スマイルの

かぼちゃ

無肥料
自然栽培だよ

サン・スマイルの今のいち押しは甘くておいしいかぼちゃ。
スープ、煮物、サラダ、パイなどのお菓子、天ぷら etc.
ぜひ、ぜひ、皆様の食卓に加えて下さい。

ヤッター！

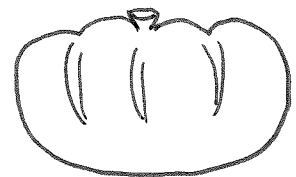
やっと旬が来た。

カボチャ雑学

ウリ科カボチャ属、原産は南北アメリカ大陸。

ビタミンAを豊富に含む。

貯蔵によって甘味が増すので、収穫直後よりも
収穫後、約1か月頃が糖化のピークで食べ頃となる。



私の大好きなサン・スマイルのかぼちゃ。

無肥料自然栽培のおいしいかぼちゃは、今しか食べられない。
あと、1か月半位は楽しめます。

カンタン かぼちゃのサラダ

材料

かぼちゃ

玉ネギ

レーズン

塩

マヨネーズ

かぼちゃは厚さ4mmに切って蒸しておく

うすく切って、水にさらした玉ネギと

お湯で戻したレーズン、塩少々を

マヨネーズであえる。

カンタン、おいしいかぼちゃサラダの出来あがり。

かぼちゃの替りにさつまいもを使ってもおいしいよ。

てんちゃん「今日は何を話そうかな」コーナー



電磁波のお話しをすると、携帯はどうなのかなと、やっぱり皆さん一番気になる様です。その他によくある質問はパソコン・ホットカーペット・電子レンジと言ったところでしょう。

電磁波はこれら全てから発生して何が種類が違います。え？電磁波に種類があるの？と思われたでしょうか？

一口に電磁波と言ってもいくつかの種類に分けられています。

身近なものは高周波と低周波で分けを考えて下さい。

(高周波) 電子レンジ・携帯・無線LAN等

(低周波) 色々な家電・屋内配線
マッサー・チェア・電気こたゝ等

ここからは、電磁波が苦手な方はゆっくり、じっくり読んでみて下さいね！

まず高周波について人体に及ぼす影響ですが、結論から言うとハッキリと分っていないのです。問題無いと言う論文もあれば、そうでない論文もあります。低周波についてお話しする前に、先に理解しなければならぬ用語があります。それは電場と磁場。以前にもこのコーナーでお話ししましたが、電場と磁場の2つ

と電磁波となります。この電磁波というくりの中に高周波と低周波があります。(他にエックス線・赤外線・紫外線・短波など)

はい！大丈夫ですか？ついて来てくれますでしょうか！？頑張ってください！！ここをクリアできたら充分ですよ！！次、参りますよ～！！

高周波(携帯など)も低周波(家電など)も電磁波なので電場と磁場が存在しますね。高周波はあまりに複雑すぎると測定できないと言われ、人体にどう影響しているか分からないと言う事です。低周波は電場と磁場をそれぞれ測定できるので自律神経・DNA・ガン・アレルギー・精子異常等報告されているのです。

ここで勘違いしてはいけないのは高周波は(人体への影響がハッキリしていない)イコール(安心)ではないという事です。世界中の多くの人々で目下大規模実験中です。でも低周波に値する電化製品は対策をとることが出来ます。離れる事とアースを取る事です。アースをとる事で電場を逃し、離れる事で磁場から逃れられます。

先日、自宅の電磁波チェックを自分

どク々にしてみました。電場を測る機械と磁場を測る機械、2ツを持って家を回ります。すると、大変！冷蔵庫付近から強い電場が計測されたではありませんか！！つかさずアースを確認すると『付いてない』なんとぉーっ！一年前に引っ越して来て設置は業者さんがしました。私は当然冷蔵庫のコンセントを入れてあるからにはアースも入っていると疑いもせずおりました。慌てて冷蔵庫を事前に引っ張り出し、アース線を探せど見当らない。物置に走り、取扱説明書を探し読んでみると...「アース線別売」の文字が...

ぬぁぬぁー!! 日本はどこまでのんびりしてるんじやー! っと。冷蔵庫用のコンセントにはアース受口があって冷蔵庫にもアース差込口があるのに。どこまでアースの必要性を分っているのに。アース線別売、って....

さあ、皆さん、冷蔵庫、洗濯機、電子レンジなどアースをきちんと差して下さるかチェックして下さい! アースのない家電対応のアースはサンスマイルで販売しています。10代までのお子さんがいらしゃるご家庭は、より必須です。子どもが受ける影響は大人より厳しいのです。私の電磁波セミナーは不定期ですが開催しますので、ぜひどうぞ!



電磁波のコトはスタッフ
お気軽にご質問下さい♡

電磁波セミナーとは、なるべく分かり易く、難しい専門用語は最少限に要点をお伝えします。測定器と実際に計測して目と確認いたしますヨ!!



H29.9.30 知、たん、電磁波セ

ご参加頂きました皆様、ありがとうございました!!

社員御礼



上福岡、スマイルワールド2F多目的Room.

サン・スマイルスタッフおすすめ
今月の スポットライト

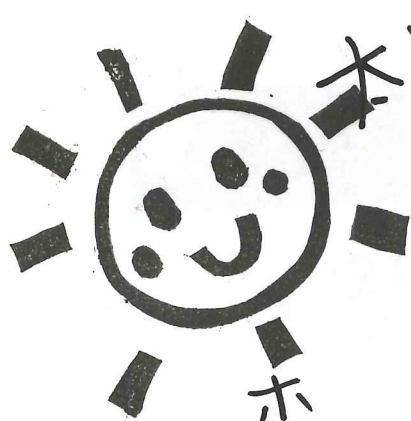
稲川
サヨリ



サン・スマイル

いちおい

サン・スマイルで



本陽のようなあたたかさ
 体の芯からホッカホカ!!
 遠赤外線暖房機器

ホコリやカビなど
 空気に巻き上げず
 心配なし!!



子どもがいても大丈夫。

乾燥しすぎる心配なし!!
 一晩中つけても安心

お子様、ホットにも安心。

前の金網も熱くなりません。

操作も簡単!! 倒れても安全装置が
 ついていて安全!!

☆ エアコンの苦手な方もおすすめです!!
 ファンヒーター

サンラ×ラ小 400w
4.5~8畳 600w



部屋の上下の温度差をなくし
部屋中を均一に快適暖房!!
サンラ×ラは輻射熱を放身する
太陽と同じ暖房方式なので

換気不要!!
余分な水分も出ません!!

気管支の弱い方も安心。
もちろん! 無音、無臭!!

58,000 yen → 39,500 yen!
(送料別)

我が家も
もちろん愛用してます♪

子どもが
赤ちゃんの時からずっと使っています。
1日平均10円の電気代でこのあたたかい...。
しかもホトリが出ない! つかまり立ち
しちやっても安心! 何と素晴らしい
日暖房機なんだらう...
と何度も思います。消しても
しばらくの間、あたたかいです♡

1日中つけっぱなしでも
電気代はおおが240円!! びっくり!!
(600wの場合) すばらしい!!

サンラ×ラ大 600w~1200w
6~14畳



128,000 yen
(送料別)

92,300 yen!

☆遠赤外線が身体の中まで浸透するため、肩こりや神経痛等
の方は夏でも愛用されています。

送料サービス♪



SALADMASTER

サラダマスター

サン・スマイルでサラダマスターの鍋の販売を始めてから
早々一年近くなります。ご購入頂きましたお客様からの声は

「家族に鍋を替えたことを何も言わずにお料理を出したら
『おいしい!!』と言われた」

「ごはんがおいしく炊ける!!」「早い!!」

「ガス代が安くなった」

「今まで使っていた金鍋を捨てて、重ねおきもできるので収納スペースがスッキリとした」
などの喜びのお声も

更に追加で何個か、ご注文を頂くなどしております。

とても良いものですが高額なものだけにそのようなお声をお聞きすると
ホッとしてとても嬉しくなります。ありがとうございます。

＜ スタッフ こはやし がサラダマスターを買うまで ＞

去年のある日、サラダマスターの方が石川県からいらしてサン・スマイルのスタッフむけに
デモンストレーションをすることとなりました。

主婦歴三十?年の私の所有する鍋は、ビタクラフトの金鍋×3
レインボークッカーの鍋×6・土鍋×2・鉄鍋×2 他いくつか...
いづれもそこそこ高額なもので一生ものと思ってかなり満足して使っておりました。
金鍋のデモンストレーションと聞いてまた同じような説明を聞くのかな〜と
「水は少しですんで...」「火は弱火にして...」とそして作った料理を頂いてと
以前、ビタクラフトやレインボークッカーの鍋を買った時と同じような説明を聞くのかな?
と、「もう金鍋はいらない!」と、「買って!」とも言われていないのに「買わないぞ!!」と
決意も固くのぞみました。

「ところが何やらちがうのです。」

まず、色々な鍋を用意。アルミ鍋・テフロン鍋・ステンレス鍋・サテタマスター
そこへ水を入れて重曹を入れ 火にかけて実験です。



スプーンを持って味見します。



「各々に味が如実に違うのです」

※個人的には、アルミなべもテフロンなべも
使っていなくて良かった。というのが実感でした。



“ごはん”も炊いていただきました。



「おいしい!!」のです。こんなおいしい
ごはん毎日食べたい!!
(鍋底にもこびりつかないし)

一番の決め手はごはんでした。

小さいけどごはんが
2合炊けます。
1人分のインスタント
ラーメンも!



1Q 鍋



煮物に
シチューに

ごはんが
5合も炊け
ます。

3Q 鍋



私は、

パンまでトースト

しちゃいます。

平鍋小

おもちゃぶっくら焼尻

炒めものに
煮物に

3Q 金鍋と3Qバスケットを2つ重ねると
蒸し器になります。蒸し野菜もとっても
おいしく、早くできます。



ザルがわ
りにも
使ってます。

パスタの
水切りにも

3Q バスケット

購入早や一年になります。想像以上の
使い勝手の良さを今だに感じて
おります。

理堀はこまかく食材が喜んでいるようにも
感じます。だからおいしくなるのかな。

2人家族でも大きめの鍋は
時には必要、思いっきりチャーハンを作ったり
おでんなどを大量に作ったり
があると便利なおなべです。



5Q ウォック

カタログあるから言ってネ!

今月の

サン・スマイルスタッフおすすめ

スポットライト

スタッフ

高橋 ちえみ



♪ B型主婦 ♪
高橋のおススメ♪

この秋、新商品(が目白押し!!)

有機プレミアムソース!



砂糖不使用なのに
まろやかな甘み!

コロッケに
かけたら最高!!

有機デーツ・有機ぶどうの
濃縮果汁 使用!

焼きそばにも
おいしい!!

こんなソースを待っていました!

200ml 540円(税抜)

ジロモニー有機トマトケチャップ!



イタリア産有機トマト
使用!



南イタリア伝統の
天日塩 使用!

まろやかな酸味と
甘みで、トマトの旨み
がギュッとつまっています!

ケチャップ好きな 赤と白と
一押しです!

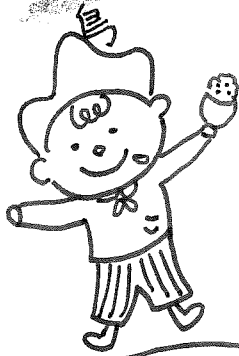
300g 380円(税抜)

ジロモニーとは

ジー・ジロモニーはイタリア有機農業の
先駆者です。そのオーガニック食品のブランド
名が「ジロモニー」です。サン・スマイルにも
以前、御来店 頂きました。

新米のおいしい季節に!
ご飯のお供に最高!!

小豆島産生のり佃煮!



ごはんを
おかゆりしたくなる!
あとを引くおいしさ!

卵焼きに混ぜて
焼いてもおいしい!



小豆島産 生のり
小豆島産醤油使用!

生のりの繊維の
食感がおいしい!

長ネギの小口切りと
お湯を注いでお吸い物にも!

90g 400円(税抜)

つい食べ過ぎてしまう

食欲の秋に、ヘルシーおやつ!

こんにやくソフト! 梅しそ味・しょうゆ味

お父さんの
おつまみにも!

まるでスルメを
かんでいるよう!

酢っぱさが
くせになる
おいしさ!



長時間の車の運転
にも! 眠けが
さめます!

ダイエット
おやつに!
私も愛用し
ます!

疲れた時に
ちょっとブレイク
タイム!

小腹がすいた時
ちょっとで満足!

17g
280円
(税抜)

行楽のお供にも
ぜひどうぞ!!



今日の
スポットライト

サン・スマイルスタッフおすすめ
スタッフ 日向

スタッフ

日向



MB-RC57W MB-RC57R
自然食品店仕様

精米機 (匠味米)

21,800円 (税抜)

新米を精米したてで食べませんか？



好きな時に好きな量と
好きな精米度合いで
お米を自分色に！！

匠味米のすごさ

お米の状態に合わせて羽の回転速度を自動で調整し お米の割れや

欠けを防ぎます。2分30秒業界トップレベルのスピード精米で、

ぬかと米を完全分離 回転数を自動制御。

精米中、温度が上がりにくく、お米の栄養を損ないません。

なんと精米モードは15種類も選べます！！

短時間で自分だけのお好み精米度合いに仕上げます！！

どんな精米が好み？

【玄米】

脱穀したお米の粃殻を取っただけの状態。精米せず、栄養そのまま
ビタミン、食物繊維が大変豊富だが、炊くのにコツが必要。
一番栄養価が高いです。

【3分づき米】

玄米の表皮を3割ほど削った状態。胚芽は残り、玄米の風味が強い。
食物繊維、カルシウムが豊富。

【5分づき米】

玄米のぬかを半分ほど削った状態。胚芽、ぬかともに5割は残存。
ミネラル豊富で、玄米よりは食べやすいです。

【7分づき米】

玄米のぬかと胚芽を7割ほど削った状態。見た目が白米に近く、子
どもも食べやすい。消化も良く、初心者でも食べやすい。
白米食べる感覚で白米より栄養価があります。

【胚芽米】

胚芽（お米の芽が出るところ）を残して、ぬかを取り去ったお米。
よく噛むと甘味が口に広がります。洗米時に力をいれず胚芽がとれて
しまわないように洗うことが大事。

【白米】

一般的に販売されている状態。皆さんが慣れ親しんだ味だと思います。



お米は精米してから酸化が始まります！



毎日食べるお米は野菜と同じ、生鮮食品です。
お米は精米した直後からどんどん酸化が進み水分と美味しさを失っていきます。
お米の鮮度は精米時期によって決まるのです。
精米したてのご飯はふっくら、もちもち。お米本来のおいしさをあますことなく食べられます。
甘味、旨味は時間がたったお米とは比べものになりません。
お米は玄米の状態での保存し、食べる前に精米することがおいしさの秘訣。
現代は精米済みのお米が販売されていて、自宅で精米することに馴染みが薄く、
精米済みのものを購入することが多くないですか？
そんな方に是非試して頂きたい！！自宅で自分好みの分つきで精米したての
一番おいしいお米を食べてみませんか？



モーターメーカーだから出来るスピード精米

- ・かくはん方式と、マイコン制御で碎米と高温を防ぎ、お米の栄養を保つ
 - ・ぬかとお米を完全分離 米づまり無し
 - ・コンパクトながら5合までの精米が可能
 - ・お手入れ簡単 分解すると 部品は3つ
 - ・足部に滑り止めつき
 - ・ふた、羽、かご、ぬかボックスは丸洗い可能でいつも清潔
 - ・マイコン制御「高速」「中速」「低速」三段階で精米スピードを自動減速し精米時の割れや欠けを防ぎます。
 - ・道場六三郎の食味評価で精米状態を決定し、プログラム化。
- いつでもおいしいお米に仕上げます。



この精米機にはサン・スマイルのお米！！



現在5件の農家さんから仕入販売致しております！もちろん無肥料無農薬米です！！
サン・スマイル人気ベスト3のササニシキ・ひとめぼれ・あきたこまちをはじめその他たくさんの品種を取り揃えております！！お米も自分好みの品種を探して、ナンバーワン米を見つけてみませんか？

玄米 1 kg **930円** (税抜)

30kg単位でご契約頂くとさらにお得！！
(小分けにお持ち帰り頂けます)

*詳しくはお気軽にスタッフまでお問い合わせください！！

只今、新米予約
受付中！！

安心の耐久性！！私は旧型を使用
してますが10年以上愛用して
おります！

本当においしく食べられます！！
万が一何かございましたらすぐご対応
致しますので気軽にご相談ください。



スタッフ 日向

★今月の★

サン・スマイルスタッフおすすめ スポットライトコーナー



バークレンジングオイル

バークレンジングオイル



¥2,500(税抜)

爽やかな
オレンジの香り

ナチュラル馬油、オーガニックオリーブ油
オーガニックホホバ油、オーガニックアルガン油など
保湿成分たっぷり。

お肌にやさしいクレンジングオイルです。
山下は、これだけで洗っていますが、お肌はしっとり。

私のお気に入りです。(へへ)

お店に来て試して下さい。

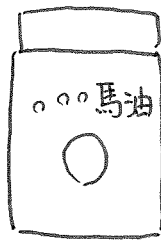
手に口紅をつけてクレンジングの
実験してあげるよ!!

ナチュラル馬油

家族みんなで使ってね。



スティックタイプ
25ml ¥1,200
(税抜)



ボトルタイプ
60ml ¥2,500
(税抜)

アルファリノレン酸
たっぷり

時間をかけて、ゆっくり抽出しているのは
ここだけ。
低温抽出しているので、有効成分たっぷり。

きいろい色が証明しています。

水仕事や入浴前にお肌によくすり込んで
みてね。

馬油は、皮膚へよくなじむので、水面や
湯舟に油が浮いたりする事はほとんど
ありません。

これから季節、いろいろ使ってみてね。

サラッとして
ベタベタしない

おむつ交換の度に
やさしく塗ってあげてね

ヒジ、ヒザ、かかとの
かさつきに

全身のマッサージに

唇の荒れにも

今日の サン・スマイルスタッフおすすめ スポットライト

スタッフ 日向



サン・スマイル推薦図書！皆さんにも是非読んで頂きたい推薦図書を紹介させていただきます。



身近な食物による手当て法 正食協会 630 円（税別）

一家に一冊！！

サン・スマイルでは、食や指圧ヒーリングなど、常に自然治癒力を活性化させる身体づくりが一番大事だと思っています。お気軽にスタッフまでご相談ください！！パッピーライフを送れるようお手伝い致します！！ただ何かあった時のために、自宅で自分の身体の自然治癒力を活性化させる、お手当をして頂きたいと思います。ぜひ一家に一冊置いてもらいたいオススメの本です。

現代社会では、まず風邪をひただけで、病院、薬という考え方の人が多くみられるような気がします。実際に以前勤めていた会社では必ず、病院に行き診察してもらいなさい。薬は飲んだのかとよく上司・先輩から言われましたし、体調を崩していたら、病院に行くか薬を飲んでいない人しか周りにいませんでした。しかし中には、薬は良くないよな～飲まないで治ればいいけど、飲まないで治らないからと言って、良くないと思いながらも、飲めば治るという固定概念のある方もいました。そんな固定概念を持っている方には是非オススメしたい本です。

この本の中で、特に私がオススメしたい2つのお手当法があります。まず一つ目は、黒炒り玄米スープです。

スープというよりは香ばしい少し甘めな麦茶を飲んでる感じです。このスープには解熱作用があり、食欲のない微熱の時や風邪をひいた時に試して頂きたいです。また、ガン末期の人やリュウマチの人の喜びの声もあります。まさに奇跡的な効力のあるスープなのです。

二つ目は、梅醤番茶です。材料は梅干・醤油・生姜・番茶で、作り方は梅干1個種を取り、身を潰します。醤油を大さじ1杯加え、生姜おろし汁を2滴たらし、番茶を注いで混ぜたら出来上がりです。酸っぱそうと思うかもしれませんが、そんなことなく、梅の香りがする番茶を飲んでる感じですごく飲みやすいです。

どうも疲れやすい、下痢をするなどの症状が出た時に、梅醤番茶を飲むとピタリと止まる方もいる不思議なくらい即効性が期待できるお手当法です。なぜ即効性があるかというと梅干に含まれるクエン酸が血液を浄化し、醤油に含まれる酵素が胃腸を活性化させ、番茶には胃腸を整調する作用があり、体内の新陳代謝を促進するからです。私は二日酔いで頭が痛いという時も効果的で不思議と痛いのが治まりました。これから年末にかけて忘年会など飲む機会が増える方には是非オススメしたいです。二日酔いで頭が痛いと言いながらコーヒーを買って飲んでる方は、お湯を注ぐだけで簡単に飲める梅醤番茶もありますので、バリバリ仕事に励めます！

サラリーマンの方は是非お試しください！！（もちろん皆さんもお試しください！！）

この他に生姜シップや里芋シップなどさまざまなお手当法がございますが、お手当法だけで全て良くなるという事ではありません。やはり正しい食をとることが肝心です。正しい食をとり、自然治癒力を高めていきましょう！！

書き込み作業カレンダー付 とっておきの野菜づくり

関野 幸生、渋谷 正和 1,300 円（税別）

おいしい野菜を家でも作ろう！！

サン・スマイルにいつも野菜を届けてくれる地元富士見市の無肥料自然栽培農家関野さんと渋谷さんが監修し、明石さんも協力した本です。また、タネを自家採種して毎年栽培を続け、自分の畑に馴染ませるのがポイントと紹介されており、品種はほとんどが固定種や在来種の珍しい野菜たちです。どんな味がするのか写真を眺めているだけでもワクワクしますよ。タネの話はサン・スマイル通信4月号に掲載しました野口さんの「いのちの種を未来に」もあわせて参考にしてみてください！！



サン・スマイルでもお野菜買ってね～！！





『できたてカレールウ de ランチしない?』

In ピアザ☆ふじみ 11/4 (土) 9:30~11:30 参加費 1,500 円(税込)

目の前で工場の専門家がスパイスからカレールウ(米粉使用)を作ります。そのルウでカレーを作ってランチ! へえ~, こうやってルウって出来るんだ! っとみんな大好きなカレーがもっと親しみ深くなるお楽しみ企画! 老若男女大歓迎! お父さんも、お子様誘っていかがですか! きっと喜んでるお顔が見れますよ!

10 月 30・31 日(月・火)はポイント 3 倍デー!

10,800 円以上お買い上げで

なんと『平飼たまご 2 玉』プレゼント!



10/30 は「卵かけご飯の日」。この時期の卵は、とても質がよく濃厚な味わいを楽しむことができ、また新米の収穫シーズンでもあります。ホカホカの炊きたてご飯にサン・スマイルの卵を乗せて、醤油と一緒に混ぜる…。想像しただけでも、おなかが空いてきませんか? 「おいしいはしあわせ」プレゼントです!

※ポイントカードご登録は初回 300 円のみ。年会費等ございません。ご来店のお客様対象です。

話そう! 「ともの会」「子育ておしゃべり会」



「ともの会」 10/21(土) 11/29(水)

「子育ておしゃべり会」 10/13(金) 11/9(木)

10:00~12:00 参加費 500 円(税込)

店内奥リビングにて 数名様



ともの会は代表松浦と、子育ておしゃべり会は店長本道とのお話会。農や食、健康、環境、ワクチンや医療など毎日の生活を話題にし、おしゃべりしながら掘り下げていきます。

日々の暮らしが楽しく笑顔であります様、子どもたちの将来が明るく健康的であります様に。毎月開催中!

気軽にトークしましょう~! お待ちしております!

お申込は店頭又はお電話で 049-264-1903

サン・スマイルは

祝日も営業

しています!

定休日は日曜日です。

メール会員登録 mail@sunsmile.org

本文にお名前と「メール会員希望」とご明記の上送信下さい。臨時特売品やイベントのご案内など配信しております。ご登録の際は次のドメインを解除してください。

@sunsmile.org

おまちしてます♪

みんな
だいすき



おねがい

店舗の前の道路への路上駐車はご遠慮ください。店舗近隣の建物の前も路上駐車されません様皆様のご協力をお願い申し上げます。