

須恵町自然食普及センター なちゅらす からのお知らせ

須恵町自然食普及センターなちゅらすでは、無添加・オーガニック商品を中心にカラダにやさしい商品を取り扱っています。今後、なちゅらすで取り扱っている商品や、その商品を使ったおすすめ健康料理を定期的にご紹介します。気になるものがありましたら、ぜひお試しください。

🐦 今月のおすすめ商品

『リブ ピーナッツバター』
ねりごま入り

パンにぬって
食べるだけじゃない！
調理の素材としても使えます。
リピーターの多い人気商品です。



甘さ控えめ国内産ジャムや
マーメイドもあります



須恵町自然食普及センター なちゅらす

須恵町大字上須恵1167番地3 地域活性化センター(オイコス)内

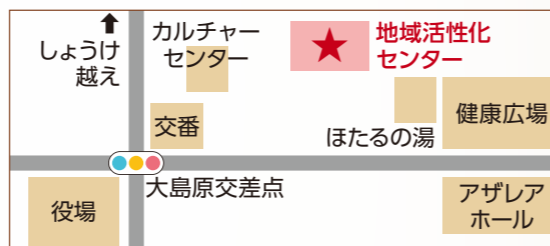
☎ 933-1709

営業日 月曜から土曜

営業時間 8時30分から17時15分

定休日 日曜、祝日、お盆、年末年始

新型コロナウイルス感染拡大防止のため臨時休業の場合があります。須恵町役場ホームページで随時情報を更新していますので、ご確認ください。



🐦 今月のおすすめ健康料理

ピーナッツバターを使った
ほうれん草のピーナッツ和え

- 材料(4人分)
- ・ほうれん草…………… 100g
- ・白菜…………… 80g
- ・人参…………… 40g
- ・ピーナッツバター…………… 30g
- ・ピーナッツ…………… 15g
- ・薄口醤油…………… 大さじ1

● 作り方

- ① 材料をそれぞれ調理する。
ほうれん草と白菜はゆでて2cmに切って絞る。
人参は千切りしてゆでる。
ピーナッツはきざんでおく。
- ② ①の材料にピーナッツバターと薄口醤油を入れてよく混ぜ合わせる。

参考文献:『ごちそうぶっく』(2003年)須恵町



優秀食材たち



ほうれん草

β-カロテン、ビタミンC、鉄分を豊富に含む。疲労回復や貧血・風邪予防に効果があるといわれている。

ピーナッツ

含まれる油には、血管を強くする効果が期待されている。ミネラルやたんぱく質も多い。



TOWN TOPICS マスクの寄付を 4.8(水) いただきました

株式会社アバンティ 代表取締役 山本ジョンアさんから、町内中学校2校に対して、新型コロナウイルス感染症感染予防のため、洗って繰り返し使えるマスクの寄付をいただきました。

株式会社アバンティは、本社が志免町、工場は宇美町にあり、嗜好品、雑貨、日用品などの輸出入業務や、インターネットショッピングサイトの運営などを行なっている企業です。



マスクの贈呈

新型コロナウイルス感染拡大防止のために

4月7日、国は、福岡県に対し「緊急事態宣言」を発令しました。

これを受けて、福岡県では、5月6日までの間、緊急事態措置を実施することになりました。

皆様におかれましては、以下の点にご協力をお願いします。

● 生活の維持に必要な場合を除き、外出を控えること

※生活の維持に必要な場合とは、医療機関への通院、食料、医薬品、生活必需品の買い出し、職場への出勤、屋外での運動や散歩などをいいます。

● 不要不急の帰省や旅行など、県をまたいでの移動を極力避けること

※なお、都市封鎖(ロックダウン)とは異なるものです。

● 飲食物品や生活必需品の小売店など生活に必要な事業は継続されるため、食料・医薬品や生活必需品の買い占めなどをしないこと

併せて、以下について引き続きご協力をお願いします。

● 集団感染のリスクを高める3条件、「密閉」、「密集」、「密接」が同時に重なる状況避けること

● こまめに手を洗い、咳エチケットに努めること

● 新型コロナウイルス感染症が疑われる場合は、まずは「帰国者・接触者相談センター」へ電話で相談すること

粕屋保健福祉事務所 ☎ 939-1746

詳しくは福岡県ホームページ「新型コロナウイルス感染拡大にかかる緊急事態措置について」をご覧ください。



① 福岡県庁LINE公式アカウント

- ・名前…………… 福岡県庁
- ・ユーザーID… @pref_fukuoka



② 福岡県庁Twitter公式アカウント

- ・名前…………… 福岡県庁
- ・ユーザーID… @Pref_Fukuoka

