

必要な品を 必要なだけ お届けします!!

サンフード旬菜だより

第63号

ご注文はこちらへどうぞ (営業所:湯沢市関口)

TEL 0183-72-1155

FAX 0183-73-8818



緑茶の効用

ポリフェノールとビタミンC



立春から数えて88日目の八十八夜(5月2日)前後に摘み取られたお茶の葉は新茶となります。

緑茶には、がんの抑制効果があるといわれていて、一番注目されているのがポリフェノールの1つの「カテキン」です。カテキンは、細胞の突然変異・がん化促進・転移などを抑える作用があり、さらに、がん細胞そのものに対して毒性を発揮する力もあるようです。

また、緑茶に含まれているビタミンCが、発がん物質のニトロソアミンの生成を抑制し、さらに、カフェインにも同様の働きがあることがわかっています。

お茶が美味しい季節です。自然の恵みの緑茶をゆったりと味わいましょう。

GWイベント情報

- 4/28-5/14 本荘公園 つつじまつり
- 4/22-5/5 由利高原鉄道「このぼり列車」
- 4/29-5/7 秋田ふるさと村 ふれあい動物園
- 4/29-5/7 ブルーメッセ秋田 チューリップ観賞
- 5/4-5/5 たざわこ芸術村「手創る市」
- 4/8-5/5 刺巻水ばしよ祭り(仙北市田沢湖)
- 4/15-5/3 かたくり群生の郷(仙北市西木町)
- 5/3-5/5 「熱気球搭乗体験」(横手市平鹿町)
- 5/7 うご牛まんまフェスティバル(羽後町)



5月3日 憲法記念日



1948年に「日本国憲法の施行を記念し、国の成長を期する日」と法律で定められた、国民の祝日です。日本国憲法は1946年11月3日に公布され、その半年後の1947年5月3日に施行されました。

健康豆知識

～禁煙のすすめ～

喫煙は、がん、循環器疾患などの生活習慣病の重要な危険因子であり、自分だけでなく、周りの人の健康にも影響を及ぼします。世界保健機関(WHO)は毎年5月31日を「世界禁煙デー」と定め、禁煙を呼びかけています。これを機会に喫煙が健康に及ぼす影響について考え、禁煙に取り組んでみませんか。

禁煙を継続するためのコツ

- ①禁煙しようと思った理由や禁煙中の努力を思い浮かべる
- ②気楽な気持ちで禁煙を続ける
- ③まわりの人に禁煙を勧める



4月						
日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6

2017年

5月

平成29年
皐月

6月						
日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1

日	月	火	水	木	金	土
30 友引	1 先負	2 仏滅 八十八夜	3 大安 憲法記念日 【市場休み】 サンフード休業日	4 赤口 みどりの日 【市場休み】 サンフード休業日	5 先勝 立夏 こどもの日 【市場休み】 サンフード休業日	6 友引
7 先負 【市場休み】 サンフード休業日	8 仏滅	9 大安	10 赤口 【市場休み】	11 先勝	12 友引	13 先負
14 仏滅 【市場休み】 サンフード休業日	15 大安	16 赤口	17 先勝	18 友引	19 先負	20 仏滅
21 大安 小満 【市場休み】 サンフード休業日	22 赤口	23 先勝	24 友引 【市場休み】	25 先負	26 大安	27 赤口
28 先勝 【市場休み】 サンフード休業日	29 友引	30 先負	31 仏滅	1 大安	2 赤口	3 先勝

◆このカレンダーをお客様の店舗や厨房に貼ってご活用下さい。 ◆【市場休み】の日は、入荷がありません。

©2012 SUNFOOD All Rights Reserved. (発行日 2017年4月30日)

お楽しみ券

この券を切り取り、5枚集めて営業スタッフへお渡し下さい。オレンジ3ヶと交換いたします。

サンフード旬菜だより No63 (2017.05)

ホームページ



<http://aktsunfood.com/>

野菜と果物

サンフード

ブログ



<http://aktsunfood.sblo.jp/>



☎0183-72-1155