SAKATA KYOWA GROUP

坂田盛岡☆通信

3 March 2019

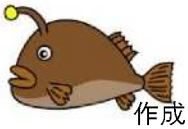
いつもご愛顧いただき誠にありがとうございます

やわらかな春の日ざしが心地よく感じられる季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。まもなくお花見のシーズン到来、そしてゴールデンウィークとお出かけの予定を立てている方もいらっしゃることと思われます。春とはいえ朝晩は冷え込みますので、体調を崩されませんようお気をつけください。

☆☆坂田建材フェア☆☆

4月5(金)・6(土)日の2日間
サンレック北上におきまして
最新機器や板金工具などの
展示・販売会を開催いたします。
皆様のご来場をお待ちしております。

《 旬の食材 》



昔から「春は苦いものを食べよ」といわれています。
苦味のある山菜には、ミネラルやポリフェノールなど細胞を活性化させる成分が多く含まれています。
「冬の体」から「春の体」にチェンジさせる為・活動する為の準備を始めるこの時期にふさわしい食材なんですね。
旬のものは栄養価が高く、新鮮なものが出回ります。
その時期に採れるものを美味しく頂いて、体調を整えましょう！

作成：廣田