

10月



精肉
イベント

肉ざんまい

(※中市店は除きます)

10/23 (金) 24 (土)

創業祭! 大内店

10/15 (木) 16 (金) 17 (土)

3ヶ月に1度の

限界市!

10/28 (水) 湯田店



10月のまめ知識

冷えによる体調不良から身を守ろう

朝晩の冷えも増してきました。体を冷やさず喉を痛めないように注意しましょう。皮膚や粘膜を強化するビタミンA、ビタミンC、カロテンを豊富に含む食材を食べるように心がけましょう。粘膜が乾燥し固くなると呼吸器系の低下をまねき、風邪をひきやすく、皮膚もバサつき乾燥肌になりがちです。今回は、胃腸を温めたり、皮膚を潤す秋の味覚を紹介します。

★かぼちゃ ★りんご ★にんじん ★マッシュルーム
★じゃがいも ★グリーンピース ★ブロッコリー
★モロヘイヤ ★蜂蜜 ★トマト ★玉ねぎ
★チーズ ★牛乳 ★魚介 (イカ、イワシ、鮭、サンマ)

笑顔あふれる新鮮素材



新鮮市場

・営業時間・
朝9:30~
夜19:00

宮野店	山口市宮野上179-3	TEL 083-928-5556
湯田店	山口市矢原町11-7	TEL 083-928-5559
大内店	山口市大内中央1-3-26	TEL 083-941-5500
中市店	山口市中市町3-8	TEL 083-941-6800

日	月	火	水	木	金	土
9/27 店休日	9/28 日配コーナー うどん、焼そば玉、ちゃんぽん玉 大特価!!	9/29 鮮魚市 鮮魚コーナー サケ大特価!!	9/30 ポイント3倍 3ヶ月に1度の限界市! 宮野店のみ開催!	1 食品コーナー 昭ちゃんコロッケ 大特価!!	2 青果市 青果コーナー ミカンの日	3 メガトン肉市 精肉コーナー ステーキお買得!!
4 店休日	5 日配コーナー 木綿豆腐 大特価!!	6 鮮魚市 鮮魚コーナー 無頭エビ大特価!!	7 ポイント3倍	8 食品コーナー キャノーラ油 大特価!!	9 青果市 青果コーナー リンゴの日	10 メガトン肉市 精肉コーナー 鶏もも肉大特価!! ポイント5倍
11 店休日	12 日配コーナー うどん、焼そば玉、ちゃんぽん玉 大特価!!	13 鮮魚市 鮮魚コーナー ちりめん大特価!!	14 ポイント3倍	15 食品コーナー スライスチーズ 大特価!! 創業祭! 大内店	16 青果市 青果コーナー レンコンの日 創業祭! 大内店	17 メガトン肉市 精肉コーナー 牛肉各種お買得!! 創業祭! 大内店
18 店休日	19 日配コーナー 木綿豆腐 大特価!!	20 新鮮祭 ポイント5倍	21 ポイント3倍	22 食品コーナー 日清製粉カメリヤ 大特価!!	23 SUPER 青果1 せいかいち 精肉イベント 肉ざんまい	24 精肉イベント 肉ざんまい
25 店休日	26 日配コーナー うどん、焼そば玉、ちゃんぽん玉 大特価!!	27 鮮魚市 鮮魚コーナー 明太子大特価!!	28 ポイント3倍 3ヶ月に1度の限界市! 湯田店のみ開催!	29 食品コーナー 上白糖 大特価!!	30 青果市 青果コーナー キャベツの日	31 メガトン肉市 精肉コーナー 鍋物商材お買得!!