

日	月	火	水	木	金	土
		1 野菜・果物 8%OFF ザクセンパン	2 5%引き券 配布開始 秋川牧園卵 大多摩ハム けやきベーカリー	3 お菓子 5%OFF 奥むさし納豆 早志卵くろうさぎパン	4 秋川牧園卵 ザクセンパン	5 野菜・果物 8%OFF
6 店休日	7 ポイント 5倍デー カナモのキムチ さつま揚げ	8 野菜・果物 8%OFF ザクセンパン	9 秋川牧園卵 大多摩ハム けやきベーカリー	10 お菓子 5%OFF 早志さんの卵 奥むさし納豆 くろうさぎのパン	11 秋川牧園卵 ザクセンパン	12 野菜・果物 8%OFF
13 店休日	14 カナモのキムチ さつま揚げ	15 5%引き券 配布最終日 野菜・果物 8%OFF ザクセンパン	16 5%引き券 利用開始 秋川牧園卵 大多摩ハム けやきベーカリー	17 お菓子 5%OFF 早志さんの卵 奥むさし納豆 くろうさぎのパン	18 秋川牧園卵 ザクセンパン	19 野菜・果物 8%OFF
20 店休日	21 カナモのキムチ さつま揚げ	22 野菜・果物 8%OFF ザクセンパン	23 秋川牧園卵 けやきベーカリー 大多摩ハム	24 お菓子 5%OFF 早志さんの卵 奥むさし納豆 くろうさぎのパン	25 秋川牧園卵 ザクセンパン	26 野菜・果物 8%OFF
27 店休日	28 カナモのキムチ さつま揚げ	29 野菜・果物 8%OFF ザクセンパン	30 5%引き券 利用最終日 秋川牧園卵 けやきベーカリー 大多摩ハム			

会員様限定!
11月のポイント5倍デーは
11/7(月)です!

※商品の入荷日は事情により変更・欠品の
場合がありますのでご了承ください

期間中お好きなタイミングでお得にお買い物!

5%OFFお買い物券ご利用ください♪

配布期間 11/1(火)~15(火)

利用期間 11/16(水)~30(水)

配布期間中にお買い物されたお客様に
利用期間中に5%引きで

お買い物できる券を差し上げます!

(1回のみ使用可、現金でのお支払いのみ、割引の併用不可
在庫商品のみ、一部除外品あり、配達には除外です)

お買物券ご利用の場合は会計前にご提示下さい。

※会計後になりますとご利用できない場合がございます。



寒い冬が来る前に! 体を整えよう

11月7日は立冬。立冬は暑さと寒さが入れ替わる時期です。気温が一気に下がって、どうしても体の冷えから風邪をひいたり、胃腸の調子や血流めぐりが悪くなりがちです。また冬が苦手な「腎」も寒さの影響を受けやすいと言われています。「腎」は臓器そのものだけでなく、泌尿器、生殖器、内分泌系の機能、生命の素となるエネルギーの源です。毎日の生活の中で、体を温めるもの、腎を助ける食材を取り入れて、寒い冬を乗り切れるといいですね。

体をあたためる!

オススメ☺
・梅醤番茶 ・根菜類

大根は切干大根がオススメです。軽くもどした切干大根と細切りの人参、昆布を刻んで切干大根の戻し汁を少し、醤油を入れて蒸し器で蒸します。甘味は大根の甘味だけなのでさっぱり食べやすいです!

腎を補うために

黒米、黒ごま、ひじき、昆布など黒い食材が有効です。ひじきと人参を油を使わずに煮ておくと、酸化の心配なく保存できます。黒米を入れて炊いたごはんにはひじき煮をまぜるだけで、黒米ひじきごはん!

チョコレート始まりました!

ピーブルツリー
NEW デーツ&フィグ
ジンジャー&レモン

第3世界ショップ
NEW 有機ソルト&アーモンドチョコレート

暖房機お買い得 11/1~

ゼンケン キャンペーン

全品10%OFF + ポイント付

空気を汚さず遠赤外線ですべて安全に暖めるパネルヒーター。電磁波カットのカーペットなど。くわしくはスタッフにお声がけください。

新米入荷します!!

ひとめぼれ 入荷済

ササニシキ 11月初旬予定

~お車でご来店の皆様へ~
◎路上駐車はご遠慮ください。
店舗周辺は駐車禁止区域となっております。
◎当店専用の駐車場をご利用下さい。
その際指定の駐車場以外のところに駐車しないようお願いいたします。
◎有機の里ご利用以外の駐車はくれぐれもご遠慮下さい

有機の里 わかば店
坂戸市千代田3-18-18
TEL 049-284-9801 FAX 049-227-3900
10:00~19:00 (日曜定休)
駐車場 近隣に4台あり

Instagram
お店からのお知らせやイベント情報を載せていますのでぜひフォローお願いします♪