

## イベントカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
				1 ポイント2倍DAY ひなケーキ・ひな寿司	2	3 16:00まで営業
4	5 豆腐・あげ やさい 肉魚加工品 乳製品	6 納豆	7 パン もやし	8 美肌の日	9 マッサージ	10 休
11	12 豆腐・あげ やさい	13 冷凍食品	14 パン	15	16	17 休 サラダマスター 料理教室
18	19 豆腐・あげ やさい 肉魚加工品 乳製品	20 春分の日 休	21 パン 納豆 もやし	22	23	24 休
25	26 豆腐・あげ やさい	27 冷凍食品	28 パン	29	30 美食同源 レッスン 春のデトックス	31 休

## 入荷情報

### 豆腐・あげ

国産大豆100%使用 消泡剤・安定剤など  
化学合成添加物 不使用  
毎週 火曜

### やさい

四季彩果 釜谷・福広農園・山口農園  
無農薬・有機・オーガニックなど  
こだわり抜いた味わい  
毎週火曜  
+不定期

### パン

無農薬・無添加・自家製天然酵母・特許取得  
の発芽玄米ミルク使用で極上のおいしさ  
毎週 木曜

### 肉魚加工品 冷凍食品

化学調味料・添加物不使用で素材そのものが  
おいしく罪悪感なく食べられる  
隔週

## シナリー化粧品 佐藤さん マッサージ

極上の香りに包まれながら、より美しく  
3/9(土) 11:00~17:00

- ヘッドマッサージ 550(税込)
- ハンドマッサージ 550(税込)
- フェイシャルマッサージ 2200(税込)



## 限定 美肌の日 3/8(金)

化粧品お買い上げの方に  
激変シートマスク  
プレゼント



## 健康調理器具 サラダマスター 料理教室

お鍋が変われば味が変わる。簡単時短の一生鍋との出会い  
3/17(日) 11:00~

あっと驚く簡単テクニックや豆知識が  
盛りだくさん。デモンストレーション式  
で学んでいただけます。

- MENU-
- 簡単ピラフ
  - サーモンスターキ
  - もやしの天ぷら 他

¥1100(税込)  
※初回無料



## 春のデトックス

体の中から目覚めるような美しさ  
このチャンスはわたしのもの  
3/30(土)13:00~14:30

春は一年で一番デトックスできる季節です。  
冬の間に溜まった老廃物を一気に排出しましょう。  
体も心も軽くなり、新たな気持ちで春をスタート。

- MENU-
- デトックスジュース
  - 季節のちらし寿司
  - 朝採り野草の天ぷら
  - じゃばら入り甜茶
  - ストレッチ

¥1980(税込)



## 第4回 美食同源レッスン

あなたの健康と美容は毎日の食事から  
3/30(土) 14:45~15:30  
全12回開催

【油】をテーマに、安い油の怖さとホルモン  
を選ぶ大切さが学べます  
健康的な身体作りに役立てましょう。  
お気軽にご参加ください。



¥1100(税込)