

# 日佐市場 通信

今月の  
オススメ!

## 里芋 サツマイモ

里芋と言えは皮をむいた時のぬめりが特徴ですが、このぬめりにはとてもたくさんの優れた効能があります。

善玉菌を増やし腸内環境を整え、便秘解消できる食物繊維が豊富で、脳細胞を活性化し老化を防止する働きなどがあります。

筑前煮のように、こんにゃくや鶏肉と一緒に食べると整腸作用や免疫力、体力がアップ!ぬめりは落としすぎないように調理していただくといいでしょう。

保存は新聞紙に包み、  
寒過ぎず温気の  
少ない場所で。  
新鮮で旬の里芋  
とってもおすすめです!



## お米の日

毎週木曜日

お米が  
お得!

店頭精米に限り

5kgにつき **100円引き**

3kgにつき **50円引き**



## おしらせ

9/10(土) 10:00 ~ 13:00 **刃物とぎ**

9/11(日) **てんぷら屋さん**  
(立石 かまぼこ)

9/17(土) ~ 25(日) **秋のお彼岸市**

毎週水曜日 ▶ 旬のくだもの特売日

## 店長のひとこと

いつも「博多じょうもんさん日佐市場」をご利用いただき、誠にありがとうございます。

まだまだ暑い日が続きますが暦の上では秋ですね。虫の声も聞こえはじめ、そろそろ秋の気配が感じられます。

博多じょうもんさん市場では、梨やぶどう、栗や里芋など秋の味覚も入荷し、中旬くらいに「新米夢つくし」も販売予定です。お楽しみに!

皆さまのご来店を心よりお待ちしております。(工藤)



### 日佐市場

福岡市南区的場1-23-23

☎092-581-0166

🕒 10:00~18:00

🗓 全日営業 (お盆・正月を除く)

LINE

ご登録お待ちしております!



編集  
後記

皆さんは秋の味覚と聞いて何を思い浮かべますか? 私はやっぱりサツマイモ! ホクホク美味しいです。🎵

松島