

# しもなかが通信

2020年7月号  
JAきふ 下中支店  
058-398-4106

## ツバメの巣に注意

支店の入口の上に  
ツバメが巣を作りました。  
ご来店の際は  
足元や頭上に  
お気を付けてください!

## レジ袋有料化へ

7月1日よりレジ袋有料化が全国で  
スタートしました。  
日本では1人当たり年間300枚  
レジ袋を使用しているそうです。  
仮に1枚5円とすると年間1500円の  
出費になります!!  
買い物の際はマイバックを自参しましょう!  
家の光 2020年7月号 P122 掲載

## 十六ささげ

の出荷が始まりました。

7月より十六ささげの出荷が  
始まりました。

十六ささげは山梨県の飛馬單・美濃  
伝統野菜の一つに選ばれています。

十六ささげはさやの中に16個の  
豆が入っていることからこの名前が  
つけられました。

## 暑さを乗り切る

### 甘酒マンゴーヨーグルト

材料 (1人分)

- |              |       |
|--------------|-------|
| ・甘酒(市販品)     | 120ml |
| ・ヨーグルト(無糖)   | 大さじ3  |
| ・カットマンゴー(冷凍) | 50g   |

作り方

- ① ホウロウ袋にすべての材料を入れる。
- ② マンゴーをつぶしながらもみ混ぜ、  
グラスに注ぐ。