

同じ価格なら必ず美味しい、同じ品質なら必ず安い

【農家直送・業務用卸価格】

茨城こしひかり
ブレンド 10kg
茨城・栃木県産使用
(検査・未検査100%)
特選越 秀 3kg
魚沼産を意識した
特選こしひかり
(検査・未検査100%)

いつでも安心価格

茨城産 天の恵み 10kg
本体価格 ¥1834
税込価格 ¥1980

越前産 秀 3kg
本体価格 ¥723
税込価格 ¥780

低価格維持！三方よし！

人生も食事バランスが大事！

最近欧米型の食事が増えて脂肪を摂取する量が増えています。

高脂肪食が続くと肝臓から出るインスリンというホルモンの働きが悪くなってしまいます。すると私たちの身体はその作用不足をカバーするためにインスリンを出すようになります。

インスリンは血糖値を上げすぎないように調整する働きをしますが、脂肪を合成したり、血圧を上げたりするので、脂肪の多い食事は、糖尿病、脳卒中、心臓病など多くの生活習慣病の誘因となります。

また、脂肪分の取りすぎによる高脂血症は、血液中に含まれる脂質(中性脂肪やコレステロールなど)が非常に高くなった状態をいいます。

高脂血症は動脈硬化を促進し、狭心症や心筋梗塞などの心臓病の引き金になってしまうのです。

高脂血症の治療・予防のためには生活習慣、その中でも特に食生活の改善が大変大事になります。

まず、一番大事なことは、食べる量、エネルギーを調節することです。その次に食事の質、バランスが大事になってきます。

主食であるごはんをきちんと食べ、動物性脂肪の多いおかずは減らすことが大事です。

現在の日本人の食事で不足しているものは、カルシウム、鉄分、食物繊維などです。特に高齢化社会を迎え、カルシウムの不足が気になります。とり過ぎのものは、エネルギー、脂肪、ナトリウムなどです。

もちろんごはんだけで生活習慣病の予防に役立つ栄養素がすべてとれるわけではありませんが、和洋中なんにでも合うごはん食は、おいしくこれらの栄養素を探ることができます。

食が変われば病気が変わるというわけですが、生活習慣病を予防健康増進のために、もう一度食生活を見直してみたいかがでしよう。＜参照・出典：農林水産省HP、農林水産省・食生活指針＞

いつでも安心価格

26年産 茨城・栃木こしひかり玄米30kg
本体価格 ¥5537.1
税込価格 ¥5980

注意：千葉方面で買い求めになる方は、ヤマト宅配便(¥972-)・代引き手数料(¥324-)申し受けます。ご了承下さいませ。

いつでも安心価格

丹精一品 5kg
茨城・栃木県産使用
(検査・未検査100%)
本体価格 ¥908
税込価格 ¥980

あきたこまち10% 10kg
茨城・栃木県産使用
(検査・未検査100%)
本体価格 ¥1649
税込価格 ¥1780

こしひかり10% 10kg
茨城・栃木県産使用
(検査・未検査100%)
本体価格 ¥1649
税込価格 ¥1780

The 米 10kg
茨城・栃木県産使用
未熟白米
(粒が小さく白いお米)
究極の低価格実現
ごじょっぱり 10kg
茨城・栃木県産使用
銘柄無低価格奉仕米
(検査・未検査100%)

いつでも安心価格

The 米 10kg
本体価格 ¥815
税込価格 ¥880

ごじょっぱり 10kg
本体価格 ¥1463
税込価格 ¥1580

★ 青田から飯になるまで水加減 ★

お米は、田んぼで育てる時もごはんとして炊くときも水加減に左右されるという意味で、何事も加減が大切という教えです。

米屋のオヤジ独り言

2014/12
毎度、お世話になっております。皆様は健康にお過ごしでしょうか？オヤジはそれなりに日々生きています。アベノミクス...?どうなんでしょうか？一本目・二本目変わりばえのしない自民党規定路線。三本目、成長戦略。中身の伴わない名ばかりの大風呂敷？日銀による市場介入で株価及び不動産価格高騰！？株や不動産を所持してたりするお金持ちの方の資産膨張、一般庶民は消費増税による可処分所得の目減り。アベノミクス？お金持ちが益々お金持ちになり庶民は景気の良さを実感できず増しては貧乏感覚が増えたような気さ致します。政治は難しいですが国会議員の数は減らず、公務員の給与は定期昇給。なぜ税金を納める庶民が苦しいのでしょうか？何か間違っていないですか？泣き言に成りました。最終的には自助努力しか無いようですね。

有人・配達店舗

結城店 結城市山川新宿657
経費節減に努めております。
配送日 火・木曜日
宜しくお願い致します。
※売上代金¥3000-以下は申し訳ありませんが配送料(¥300)を頂きます。
※御来店頂ければ表示価格となります。

自動販売店舗ご案内

梅郷店 野田市山崎1408-4
江戸川台店 流山市青田23-3
豊四季店 柏市豊四季245
松葉町店 柏市松葉町7-28-6
初石店 流山市西初石5-39-1
大金平店 松戸市大金平95-6

◎ ★金目米ではありませんが胚芽部分を残すよう精米しました★ ◎

商品名はJAS法に照し合わせて表記しております。検査証明を付記していない玄米を使用した場合、元はコシヒカリ・あきたこまちetcでも袋に表示することが出来ません。私どもは俗に言う規格外品《曲がったキュウリ・太すぎる大根etcなど、味に变りのないもの》を有効活用して低価格を実現しております。

()v一般価格より15%~20%お安くなっております()/

お時間が御座いましたら御覧下さい (^J^) <http://www.komeichiban.jp> info@komeichiban.jp

〒307-0033茨城県結城市山川新宿657番地
0296-35-1104
おこめのながき
【お米の自動販売機】
味のちばん館
茨城・栃木・埼玉・福島県農産物検査員/米食味鑑定士第10208号
お米アドバイザー第0009号/お米マイスター認定302-08-903号
資格保持者在籍