

# うくしてんだよい

ながさき西海農協 宇久支店 5月号 TEL: 0959-57-3161

組合員の皆さんこんにちは心いっも宇久支店をご利用  
いただきまして、誠にありがとうございます♪

新年度がスタートして早くも1ヶ月が経ちました。

毎日天気もよく時折汗ばむくらいの日が続いています。

そんな暑い日のお供にリンアイジュースはいかがですか!?

購買店舗にて絶賛販売中です!

また、6月末まで全商品50円引きとなっておりますのでお買得です。

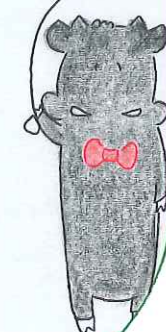


4月

## 牛市結果

平戸口市場	価格(円)	体重	kg単価	D G	最高値	前回比
めす	663,235円	278 kg	2,390	0.98	1,057,100	109.94%
去勢	772,029円	295 kg	2,616	1.09	1,173,700	95.85%
計	733,300円	289 kg	2,539	1.05		102.33%
宇久	価格(円)	体重	kg単価	D G	最高値	
めす	667,665円	277 kg	2,398	1.00	1,039,500	
去勢	786,635円	301 kg	2,606	1.08	1,173,700	
計	740,534円	292 kg	2,525	1.05		
小値賀	価格(円)	体重	kg単価	D G	最高値	
めす	655,279円	273 kg	2,386	0.98	850,300	
去勢	734,940円	285 kg	2,558	1.05	1,106,600	
計	708,013円	281 kg	2,500	1.03		

記載している  
価格は  
税込です!



4月22日(金)

宇久小学校5・6年生と  
青年部にて田植えを行いました。天気もよく小学生は  
青年部の皆さんに教えて  
もらいながら、一生懸命  
田植えを頑張っていました。



また、田植え後の「質問時間」では米に関する質問を  
たくさんされておりとても勉強熱心でした。  
これからの稲の成長がとても楽しみです。



### 家の光



引き出しボックス  
切った段ボールを組み合わせて作った  
相に、牛乳パックの底の部分を持ち  
取って作った引き出しを2つ入れる  
ボックスです。いくつか作って並べると  
見た目のバランスがよく、収納力も  
アップして便利なインテリア小物です!

健康寿命が伸びている現代、それだけ  
目は長いつき合いになります。デジタル  
機器が普及している現代においては  
スマホを長時間見ている人も多い  
のではないのでしょうか? 眼科医が  
暮らしの中で実践できる目のケアの方法  
について具体的にご紹介しています。

厚生労働省が推奨する1日の食塩  
摂取量の目標値は男性7.5g女性6.5g  
気にせずに食事をしていると目標値を  
かるく超えることに。塩分を過剰にとり  
続けると、高血圧などの生活習慣病、  
胃がんのリスクにつながります。今回は、  
おいしく作る「適塩」レシピをご紹介します!

