

風邪の予防にはビタミン摂取

河昌通信

2010年10月

創刊号

発行: (株)河昌
文責: 藤井潤子
須磨区松風町
5-1-22
☎078-733-0791

暑い日が随分長く続きましたが、ようやく秋らしくなってきました。気温の変化が激しいので、風邪を引かれてい

る方が多いようですが、大丈夫ですか？
風邪を予防する食事の基本の1つはビタミン

①ビタミンAはのどや鼻の粘膜を強くします。
②ビタミンCはストレスに対する抵抗を強く

海苔に含まれるビタミンAは同量の人参の3倍、ビタミンCはみかんの6倍です。
血行をよくするビタミンEも入っています！

海苔がお寿司に合うのはもちろんですが、案外洋風のチーズやマヨネーズにも合います。ポテトサラダに海苔を入れると美味しいです

美味しく健康！

海苔で笑顔あふれる食卓作りのお手伝いをします！

お陰様でもうすぐ40年

いつもありがとうございます。

お陰様で河昌も来年四十周年を迎えます。

創業時からお世話になっていらっしゃる方もおられれば、まだまだお付き合いの始まったばかりの方もおられます。この機会に河昌のことを少し・・・。

ご存知の方も多いと思いますが、今の店主・藤井は2代目です。最近はおお客様の元へお邪魔する機会も減ってしまいました。皆様のお顔を思い浮かべながら、海苔を焼いたり選別したりしています。でも、いざという時はお任せ下さい、何とかします！

いつもお電話口や店先でお話させていただいているのは2代目おかみです。細かいことでもなんでもご相談下さい。

外回りの営業担当は藤本です。営業一筋で、河昌では2年目になります。東西南北走り回ってご要望にお答えします。

九月から、平日の午前中、事務担当はパートの藤原です。まだまだ慣れず、ツーカーとはいきませんが、お電話口でお話できる日もあるかと思えます。

その他、海苔を焼く日は熟練の職人とパートの3人が手伝います。最後に、お陰様で先代夫妻も元気です。

小さな会社ですが、社員一同元気いっぱいです。

今後ともどうぞよろしくお願ひします。

十一月のお休み

三・七、十四、二一、二三、二八
お電話は九時から十七時三〇分まで
それ以外の時間は留守番電話がおうけします。