

都ファミリー 通信



お届けしたのは・・・令和3年 3月

アフラックサービスショップ> 桂駅前店

都ファミリー有限会社

〒615-8074

京都市西京区桂南巽町 152-1

TEL : 0120-060-069

安心の人生をサポートさせてください。
あなたのお役に立ちたい都ファミリーです。

<https://miyako-f.com/>

Aflac

頑張らない台所；電子レンジで「早・うま・簡単」

☆シンプルキッチン；

- ①手の届くところにお玉などつるす
- ②調味料など、キッチンワゴンを使う
- ③空き瓶に箸やしゃもじなど立てる
- ④食器は手の届くところに。

扉のないオープン棚もおすすめ



☆冷凍パックを活用

- ①マグカップに凍ったままの食材を入れる
- ②調味料、水分を入れる
- ③ふんわりとラップして 600 ワットのレンジでチン

☆満足感は工夫次第

楽をしてもきちんと食事をしたという満足感が大切です。

シニアの三種の武器；

電子レンジ、圧力鍋、フードプロセッサー



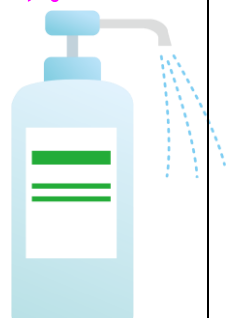
～お知らせ～

コロナウイルス防止対策として、当ショップでは、
・飛沫感染予防アクリル板の設置、
・マスクの着用、
・アルコール消毒液等、感染拡大防止対策をして営業しております。
ご迷惑をおかけしますが、ご来店のお客様もご協力のほど、よろしく願い致します。

☆予約制ですのでご来店の際は、お電話下さいね。

☆お車でお越しの方は、お店に駐車場の地図を用意しておりますので、
わかりにくい場合はお尋ねください。

☆住所や受取人、口座などの変更をされたい方、ご結婚された方、等々、
いつでもお気軽にご連絡くださいね。 訪問もさせていただいております。
ぜひお知り合いなど、お気軽に当ショップをご紹介いただければ幸いです。



だんだん春らしくなってきましたね。ワクワク
接種も始まり、コロナも何とか終息に向かって
くれることを祈ります。季節の変わり目でもあり
ますので、お身体ご自愛ください。お電話の上、
お気軽にご来店ください。お待ちしております。