

精肉 ※写真はイメージです

カナダ産牛肩ロースステーキ (100g) **278円** (税込300円) 本体

カナダ産牛サガリ焼肉用 (100g) **398円** (税込429円) 本体

デンマーク産豚バラしゃぶしゃぶ用 (560g入) **680円** (税込734円) 本体

オーストラリア産牛・豚合挽ミンチ (350g入) **458円** (税込494円) 本体

国内産豚肩切り落とし (100g) **148円** (税込159円) 本体

国内産当店手作り鶏つみれ (100g) **78円** (税込84円) 本体

国内産若鶏もも肉 (100g) **118円** (税込127円) 本体

国内産当店手作りチキンカツ (650g入) **458円** (税込494円) 本体

当店オリジナル三周家ウィンナー (100g) **98円** (税込105円) 本体

野菜 ※写真はイメージです

北海道産玉ねぎ (1袋) **128円** (税込138円) 本体

福岡県産きゅうり (3本) **178円** (税込192円) 本体

長崎県産人参 (1袋) **128円** (税込138円) 本体

大分県産生椎茸 (パック) **198円** (税込213円) 本体

福岡県産ほうれん草 (1束) **178円** (税込192円) 本体

果物 ※写真はイメージです

青森産りんご(各種) (1玉) **128円** (税込138円) 本体

フィリピン産フィリピンバナナ (100g) **25円** (税込27円) 本体

吉崎産香岐莓 (パック) **398円** (税込429円) 本体

2月10日(土) バリューポイント

2,160円(税込)以上お買上げのお客様

サービスデー

2倍

お魚屋さんのお寿司にぎり寿司上 (1人前) **880円** (税込950円) 本体

CGC白身フライ (1袋) **278円** (税込300円) 本体

地魚・他刺身盛合せ (6点盛) **850円** (税込918円) 本体

青森産ベビーホタテ (100g) **268円** (税込289円) 本体

ベトナム産下ごしらえ海老 (特大8尾) **880円** (税込950円) 本体

アイスランド産子持ちししゃも (190g) **198円** (税込213円) 本体

塩干

チリ産生鮭 (1枚) **108円** (税込116円) 本体

岩崎産干物各種 あじのみん、あじ開き、いしのみん (各3枚入) **358円** (税込386円) 本体

生鮮パワーセンター **SUPER スーパーバリュー VALUE イチヤマ**

郷ノ浦町東船567-2 TEL(0920)47-1987

営業時間 朝8:00~夜10:00

簡単チキンロール (1パック) **378円** (税込408円) 本体

惣菜

材料は人前 (鶏胸肉のたれ) 大きじ1
鶏もも肉 1/2本 大きじ2
人参 4本 大きじ2
いんげん 4本 大きじ2
はちみつ 適量 大きじ1
醤油 適量 大きじ1
酒 適量 大きじ1
塩 適量 大きじ1

①鶏もも肉は厚みが均等になるように薄い部分をせき取りしておく。塩を両面に振りしばく置いておく。
②人参は縦切りし軽く茹でておく。いんげんは冷凍を自然解凍。ももは生煮でゆがいておく。
③鶏肉の表面に厚みが出るまで水分をキッチンペーパーで拭き、塩コショウを振り、人参といんげんを巻く。巻き終わったらタコ糸で縛る。
④フライパンに油をひき、皮目が焦げ立つまで焼く。焼き色がついたら余分な油をペーパーで拭きとる。
⑤タコ糸をはずし入れ煮込み、弱火で10分ほど蒸らす。
⑥水分が飛んでいるので、そこに調味料を混ぜたものを入れ加熱する。鶏肉をまわしながら、たれにとろみがついたら完成。

カキフライ (1パック) **278円** (税込300円) 本体

プリズ化粧品

健康キャンペーン

ローズテクニーク (健康数用器)

スリーティーサーバー (浄水器)

2/15(木)・16(金) 2階 特設会場

ひろめようニューモラル・To You

平昌オリンピック 応援セール

日清食品 カップヌードル 旨辛チースンドップ味(99g) **128円** (税込138円) 本体

日清フーズ 密封チャックフラワー (1kg) **198円** (税込214円) 本体

ばら印の白砂糖 新ばら印 上白糖 (1kg) **178円** (税込192円) 本体

マルハニチロ いわし蒲焼 (K5A) **128円** (税込138円) 本体

マルハニチロ マルハニチロ 新ペーパーハム (130g) **108円** (税込117円) 本体

マルハニチロ マルハニチロ 新ペーパーハム (130g) **108円** (税込117円) 本体

マルハニチロ マルハニチロ 新ペーパーハム (130g) **108円** (税込117円) 本体

マルハニチロ マルハニチロ 新ペーパーハム (130g) **108円** (税込117円) 本体

マルハニチロ マルハニチロ 新ペーパーハム (130g) **108円** (税込117円) 本体

バレンタインチョコ 各種 取り揃え

CGCひとくちチョコレート、ピーナッツチョコレート (各150g) **148円** (税込159円) 本体

不二家ホームパイ (40枚) **198円** (税込213円) 本体

明治ブルガリアヨーグルト UB81ブルー、そのまま脂肪0 (4本入) **128円** (税込138円) 本体

明治ブルガリアのむヨーグルト (900ml) **178円** (税込192円) 本体

明治おいしい牛乳 (900ml) **208円** (税込224円) 本体

井川食品 香州大豆腐 (1丁) **188円** (税込203円) 本体

ニッスイ WB活ちくわ (4本入) **75円** (税込81円) 本体

三好 it'smo 三好 it'smo もちもち食感納豆揚げ (2枚入) **68円** (税込73円) 本体

売り切れで免の超特価商品!

月桂冠 上撰酒パック (2,000ml) **1,350円** (税込1,458円) 本体

月桂冠 上撰酒 (2,000ml) **1,850円** (税込1,995円) 本体

三好 it'smo 三好 it'smo もちもち食感納豆揚げ (2枚入) **68円** (税込73円) 本体

三好 it'smo 三好 it'smo もちもち食感納豆揚げ (2枚入) **68円** (税込73円) 本体

三好 it'smo 三好 it'smo もちもち食感納豆揚げ (2枚入) **68円** (税込73円) 本体

はい。わかりました

「はい。わかりました」は、仕事上のコミュニケーションにおいて、最も重要な言葉の一つです。これは、相手の話をしっかりと聞き、理解し、承認する姿勢を示す言葉です。この言葉は、相手の気持ちに寄り添い、信頼関係を築くための重要なキーワードです。

「はい。わかりました」という言葉は、単に「はい」と答えるよりも、相手の話をしっかりと聞き、理解し、承認する姿勢を示す言葉です。これは、相手の気持ちに寄り添い、信頼関係を築くための重要なキーワードです。

「はい。わかりました」という言葉は、単に「はい」と答えるよりも、相手の話をしっかりと聞き、理解し、承認する姿勢を示す言葉です。これは、相手の気持ちに寄り添い、信頼関係を築くための重要なキーワードです。

ヤマザキ朝の笑顔 (5枚切、6枚切) **78円** (税込84円) 本体

ヤマザキメロンパン、チョコチップメロンパン (各1個) **88円** (税込95円) 本体

王子ネビエ吸収キッチンタオル2倍巻 (各1個) **138円** (税込149円) 本体

王子ネビエ吸収キッチンタオル2倍巻 (各1個) **198円** (税込213円) 本体