

ふぐの美味しい季節がやってきた



ひれ酒をご用意しています。

下関から直送のとらふぐ使用。
本物の味をご提供いたします。

忘・新年会限定 ふぐコース 各11,000円(税込)

- A** 付出・さしみ・ざく・ちり鍋(雑炊付) 飲み放題120分付
お席の滞在時間は140分付
- B** 付出・さしみ・ざく・から揚げ・雑炊 飲み放題120分付
お席の滞在時間は140分付

※1グループ全員同一コースとなります。

※2名様より前日までの予約、他単品・コース有

他、料理のみ9,900円~17,600円(税込)まで各種コースございます。

ふぐ料理 **小幸 ☎23-6864**

住 今治市末広町1-4-3 有 県GoToEat加盟しています

営 18:00~22:30 (LO22:00)、21:00まで入店可

休 3/31まで無休(正月休み・臨時休業は除く)

居酒屋 **心ろく**
今年も鍋の
おいしい季節が
やってきた!

※コースの写真はイメージです。

宴会コース
三,000円(税別)
・前菜・刺身
・煮物・焼き物
・揚げ物・蒸し物
・ご飯物
2名様~ご予算に
応じて承ります。

前日Hoco
要予約

トマト豆乳鍋
一人前
一,000円(税別)

ご注文は2人前から承ります。
※他の鍋も相談に応じます。

大好評

プラス1,500円(2時間)で飲み放題が付けられます。

居酒屋 **心ろく ☎(0898)34-7878**

今治市泉川町2-4-1 営/17:30~23:00 (L.O22:30) 休/月曜日

二日酔い対策をしよう!

楽しく飲んだ翌日につら~い二日酔い。
少しの心がけてつらい二日酔いを予防し、飲んだ翌日もスッキリ過ごしましょう。

飲む前...

空腹でお酒を飲むのはNG。胃の中が空っぽで飲むと血中のアルコール濃度が急激に上がり、酔いやすくなります。またアルコールが代謝されにくくなります。

アルコールの吸収をゆるやかにしてくれる
脂肪分を取るのがオススメ!

●脂肪分を摂取しやすい食べ物

- ・ノンオイルではないドレッシングがかかったサラダ
- ・オリーブオイル ・ナッツ類など

酔いがまわりにくくなる

クエン酸や酢酸もピツパリ!

●梅干し ●柑橘系の果物 ●お酢など

最近では二日酔い予防としてウコン入りのドリンクや漢方薬の五苓散(ごれいさん)なども手に入りやすくなりましたので服用しておくのも効果的です。

飲み会中...

●二日酔いになりにくいおつまみ

- ・揚げ出し豆腐 ・冷ややっこ
- ・茹で枝豆 ・冷やしトマト
- ・焼き鳥など鳥料理
- ・チーズを使った料理
- ・大根サラダなど大根を使った料理
- ・アサリの酒蒸し ・イカ刺し



飲んだ後...

アルコールの利尿作用で脱水症状になりがちです。水分をしっかりととりましょう。柿や、柑橘系のフルーツ(ジュースでもOK)を食べたり、はちみつを舐めるなどが効果的です。

