

エプロン

vol. 178
APRIL 2017

特集

おうちアートを楽しもう



Present!



えびせん山喜
「えびせんべい詰め合わせギフト」
をプレゼント!

詳しくは裏表紙をご覧ください。
※写真はイメージです。



お子さまと、ご家族の笑顔で「エプロン」の表紙を飾りませんか?
表紙モデル募集中
※詳しくは裏表紙をご覧ください

警備
TOKAI SECURITY
Supported by **ALSOX**

24時間365日、皆さまの安心・安全を守ります

TOKAIホームセキュリティ

安心と快適さをとことん追求したホームセキュリティ
「プレミアムII」

機能性・操作性を高めた「TOKAIホームセキュリティ」の最高機種!
「プレミアムII」コントロールボックス

- ブロードバンド回線利用で、通信料無料!
- 便利な機能が標準装備!
- 月々の料金も、リーズナブルに設定!
- 設置工事の心配なし。

無料で
お見積り
いたします

機器お買取りプランでも、セキュリティ機器 **11年間の無料保証**

ボタンひとつで安心できる、簡単セキュリティ
TOKAI あんしんホットライン

相談 ボタンひとつで
医療相談

TOKAI 医療相談センター
医療・健康相談を
24時間お受けします。

- 医療・健康相談
- 救急病院の紹介
- 薬や介護の情報

緊急 ボタンひとつで
緊急通報

TOKAI セキュリティセンター
ご家族の携帯電話
など3カ所の連絡先に
通報します。

通報タイプ
警備員が現場に出勤、
必要に応じて救急車
などを手配します。

出動タイプ

お問い合わせは **コチラへ!** TOKAI セキュリティ お客様センター

フリーダイヤル **0120-788-959** (受付時間 月～金曜日のみ 10:00～12:00 / 13:00～19:00 通話料無料)

TOKAIセキュリティ 検索

{今号のモデル}

Apron Mama + Kids

袋井市 奥平朗さん 初季さん
倫くん 暖乃香ちゃん

冬の始まりをこの感じる季節。今回のモデルは、元気いっぱいの倫くん、はにかみ笑顔が可愛い暖乃香ちゃん、笑顔が素敵なお母さん♪ 三人とも息がぴったりで、雰囲気の良い素敵な写真が撮れました★ お互いの写真を褒め合う倫くんと暖乃香ちゃんの姿がとっても可愛らしくて、癒されました〜♡(編集S)

撮影場所 エストフォーレ三和町
〒435-0038 浜松市南区三和町字村内145-1

{今号のプレゼント}

えびせん山喜
「えびせんべい詰め合わせギフト」
を抽選で10名様に**プレゼント!**

同封のアンケート付ハガキにご記入の上ご応募ください。
応募締切 3/31(金) 消印有効

提供会社: えびせん山喜 様
〒420-0852 静岡県静岡市葵区紺屋町17-1 B1F 004-5
TEL・FAX: (054) 266-3992

●季節によって中身が異なる場合がございます。
※写真はイメージです。

お子さまと、ご家族の笑顔で「エプロン」の表紙を飾りませんか?
表紙モデル募集!

応募の仕方

①住所②氏名③年齢④電話番号⑤簡単な自己紹介 以上を明記し、お子さまとご家族の写真を同封の上、封書でお送りください。採用の際にはご連絡差し上げます。
※お送りいただいた写真等は返却できません。ご了承ください。

送り先住所

〒420-0034 静岡市葵区常磐町2-6-8
株式会社TOKAI ☎0120-090-917 (平日 9:00~17:00)
エプロン「読者モデル募集」係
※お送りいただいた個人情報、冊子づくり以外の目的には使用いたしません。

NEW

ライフスタイルの魔法をかけたZEH住宅

zerolife
A STYLE COLLECTION
ゼロライフ

TOKAI | ゼロエネ住宅シリーズ!!

あしたにハロー。光熱費にグッドバイ。
家が、ゼロから生まれ変わった。
ZeroEst
TOKAIのゼロエネ住宅(ゼロエネ)

30代のためのゼロエネ住宅

返済が辛い家なんて、いらない。
いい家みつけ、ゼロみつけ。
Zero MIKKE

詳細はこちら ▶ **ゼロライフ** 検索

詳細はこちら ▶ **ゼロエネ** 検索

詳細はこちら ▶ **ゼロミック** 検索

お問い合わせ あなた規格をデザインします — Design Your Standard —

TOKAI 注文住宅 検索 ☎0120-987-340 ご相談窓口 受付時間 9:00~17:00 / 休日 毎週土・日・祝日

おうちアートを楽しもう

思い出のもの、残しておきたい子どもの絵や
作品をおしゃれに飾って
楽しいアート空間をつくりませんか！

お気に入り 額装する

額装はハードルが高いと思っていませんか？
まずは写真立ての感覚で気軽にフレームを
はめてみましょう。作品を見るたびに
豊かな気持ちにさせてくれます。

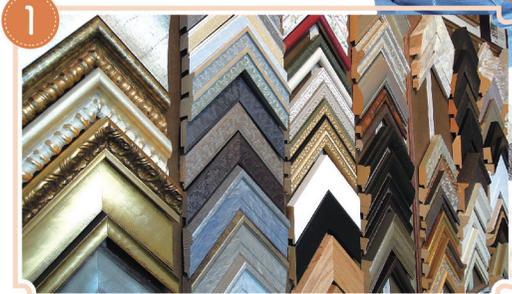
ポイントを押さえれば
カンタン♪

額装のPOINT



2 マットボードの役割

作品の縁に重ねる厚紙をマットボードといいます。作品を引き立たせ、全体を調和させる目的のほか、作品が直接アクリルに触れないようにして、カビを防止する役割もあります。



1 フレーム(額)の選び方

フレームは作品の出来映えを決定づけるだけでなく、部屋の雰囲気までも左右します。作品とのバランスに加えて、家のどこに飾るのか、部屋をどうふうに見せたいのか、広い視野で想像することが大切です。



オリジナリティー
ばっぐん!

4 立体はプロにお任せ

額装は絵や写真だけに限りません。刺繍やパッチワークなどの布、子どものファーストシューズ、学生時代に頑張った証のユニフォームやメダルなど、立体物も額装できます。市販の立体額・アートボックスもありますが、装飾的にするならばプロに相談を。



3 思い出をアートに

好きな物、大切な物はいつまでも残しておきたいもの。眺めるたびに、思い出やその時の気持ちがよみがえります。大切だからとしまい込むのではなく、いつも目にする場所に飾って、心地いい何かを感じてください。



「おうちアート」とは、有名画家などの作品ではなく、家にある思い出の物、例えば旅先で買ったポストカードや子どもが描いた絵を、アートに見立ててインテリアにしちゃおう、というものです。そのひとつが額装。額装しておけば、きれいに保存できて、いつでも目にすることができます。そこで、額装する際のポイントをプロのフレームーにお聞きしました。また、子どもが幼稚園や学校で作ってくる絵などは、上手に飾ればお部屋のアクセントにもなります。おしゃれに見せるディスプレイをぜひ参考にしてください。手づくり派の方は、お気に入り布でつくるフアブリックパネルもおすすめです。





Let's try! ファブリックパネルを 作ってみよう!

北欧インテリアでおなじみのファブリックパネルは簡単に手作りできて仕上がりもおしゃれ! 立て掛けるだけでアートな雰囲気にセンスアップ。

材料

- パネル用板…30cm×30cm
- 生地…36cm×36cm*
- 両面テープ
- 吊り金具
- タッカー
- 麻ひも(毛糸、リボンなどでも可)

*生地はパネルの外寸寸法より四辺それぞれプラス3cm必要(板の厚みにより調節する)

- 下準備
- ① 生地デザインを生かし、どの部分を使うのか中心を決めておく。
 - ② アイロンで折り目やシワをとる。



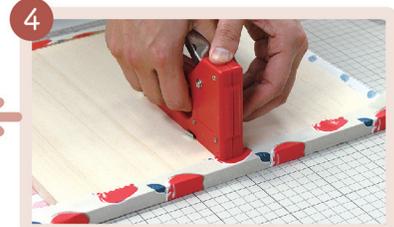
作り方



生地を裁断する。端のほつれが気になるようであればピンキングばさみで、なければ市販のほつれ止めを使用する。



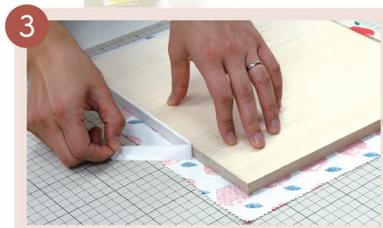
板の側面(左右)に両面テープを貼る。



テープを仮止めしたら、タッカーで固定する。(辺の真ん中を固定してから両サイドも)



同じように上下もタッカーで固定する。その時、コーナー部分は角をきっちり折りたたんでタッカーを打ち込む。



生地を裏返して中央に板を置く。テープをはがし、たるみが出ないように生地をピンと張る。



パネル裏面の上から1/3の位置に吊り金具を取り付け、ひもを通して結ぶ。

いろんな布で
試そう!



北欧ブランドの生地こだわらず、派手なデザインに挑戦したり、季節ごとに生地を替えて楽しむのもファブリックパネルの良さです!

教えてくれた人

maku まーくー
島津 順子さん

ハンドメイド作家。「おくりもの」をコンセプトにママ&子ども向けアイテムを制作。浜松市中区千歳町「Any」にて毎月1日だけ「ツキイチSHOP」を開く。

詳細はコチラ <http://maku.strikingly.com/>



① ウッドピンチ

ナチュラルなディスプレイを目指すなら、麻ひもとウッドピンチで、ひもをたるませ、作品をたくさん飾ると可愛い雰囲気になります。

カラフルなピンを使うともっと華やかになる!

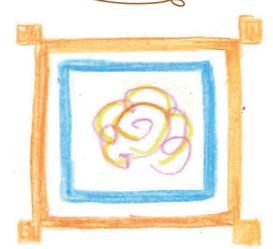


② コルクボード

作品飾りのマストアイテム。小さな絵や写真をランダムに飾るとおしゃれ。きょうだいそれぞれのボードに分けて、ギャラリーコーナーをつくっちゃおう。



壁にテープを貼るだけでカンタン!



③ マスキングテープ

壁にピンを刺せないときに便利なのがマスキングテープ。色・柄も豊富なため、作品を縁取るだけでステキに。上級者はテープでデザインしてみても?

置くだけでかわいい!

わたしも描くー!

今流行のチョークアートもたのしもう!



⑤ 黒板とチョーク

黒板に貼った絵にあわせてチョークでフレームを描きます。子ども自身が手描きをすれば、また新たな作品に! DIYで人気の黒板塗料も便利です。

⑥ イーゼル

絵や写真をイーゼルの下に置くだけ。造花やグリーンで飾ってもステキです。さまざまなサイズがあり、木製やアイアンなど、素材によって雰囲気も変わります。



暮らしの知恵

かしこく節約

ガスの省エネ

【キッチン編】



強すぎると炎を逃がすし、弱すぎると時間がかかる。
調理において最も効率的な火力は「中火」といわれます。
無駄なく炎を使って上手に節約しましょう。

ガスコンロ



4 炎は鍋の大きさに合わせて

鍋から炎がはみ出さないように。鍋をコンロの中央に置き、炎をちょうど良い大きさに調節しましょう。

1 ふたを上手に使う

お湯を沸かしたり煮炊きをするときは、ふたをすれば熱が逃げにくくなりガスの使用量を抑えられます。

2 鍋の水滴はふき取ってから

底が濡れたまま火にかけると余分なエネルギーが必要になります。また、点火はコンロにのせてから、消火はおろす前を習慣に。

3 平たい底がおすすめ

鍋やかんは底が平らなものを。炎が広く当たるので熱効率が高くなります。

5 たまにはバーナーをお掃除

ガスコンロのバーナーは油や煮汁などで意外と汚れています。目詰まりすると効率が下がるので、ときどき歯ブラシでお手入れを。

6 給湯器のお湯を使う

給湯器はエネルギー効率の高い機器です。水から沸かすよりも、給湯器からのお湯を沸かした方が、トータルでお得です。

給湯器

洗い物に合わせて温度を設定

軽い汚れはぬるめのお湯で。油汚れでも約40度のお湯できれいになります。洗い桶を使って、ため洗いが効率的。

炊飯器

最適サイズを選ぶ

少量炊きタイプから1升炊きまで。炊き上げ時間にも影響するので、炊飯器は食べる量に合わせてお選びください。

寒い日にこそ差がわかる / 温かさの「質」が違う!

ガスファンヒーターならではの快適さ

ガスファンヒーターの特長は、何ととっても即暖力。
あっという間にお部屋の隅々にまで「気持ちのいい温かさ」が行き渡ります。
その快適さは、冬の寒さが増すほどに実感できます。



カンタン!

面倒な燃料補給の手間いらず 軽量コンパクトで 片付けもラクラク。

ガスファンヒーターはガス栓にガスコードでつなぐだけ。重いポリタンクを運ぶ燃料補給の手間がかかりません。燃料タンクがないから軽量でコンパクト。片付けのときも、石油暖房機器のように残りの灯油を抜く必要もなく、扱いがとても簡単です。



スピーディー!

スイッチオンから、わずか5秒。お部屋の隅までパワフル即暖!

スイッチをいれてから約5秒で温風が出ます。寒い朝*や帰宅時の冷え切ったお部屋を、あっという間に温めます。石油暖房機器だと気になる特有のニオイもほとんどありません。

スイッチオンから約5秒で温風
ファン力でわずか5秒で暖か
約5秒!
気になるニオイもほとんどなし



経済的!

省エネ運転機能で暖房費を節約。

ほぼ全機種に、温め過ぎを自動で抑える省エネ運転機能が付いています。



健康的!

加湿性能に加えて 空気清浄機能も搭載。

カビ菌やウイルスを分解・除去する機能を搭載した機種もあります。ガスファンヒーター1台で、最適温度とクリーンな空気をつくり出します。しかも、ガスの燃焼時に加湿器なみの水蒸気が発生するため、お部屋の乾燥も防ぎます。

*天然ガスの主成分はメタン(CH₄)。1つのメタン分子は燃焼によって2つの水分子(H₂O)を生み出します。



セーフティー!

8つの安全機能を搭載。

不完全燃焼を起こす前にガスを自動的にカットする「不完全燃焼防止装置」や、機器が転倒するとガスを止めて運転を停止する「転倒時ガスシャ断装置」など、8つの安全機能を搭載し、暮らしの方が一に備えています。

不完全燃焼防止装置	転倒時ガスシャ断装置	立ち消え安全装置	8時間自動消火機能
過電流保護装置	過熱防止装置	停電時安全装置	ロックスイッチ

新登場 TOKAIグループのサービスを複数ご契約で、とってもおトクに

TLCカサねてトクするキャンペーン

キャンペーン期間
2017年
3/31(金)まで

新規ご契約サービス限定でとってもおトクになる!

キャンペーン期間中に、新たにTOKAIグループの対象サービスを複数ご契約いただいたお客様に、TLCキャンペーンポイントを付与いたします。

- キャンペーンポイントの付与に関する条件
- ①TOKAIグループの対象サービスを2つ以上ご契約いただくことが前提条件です。
 - ②キャンペーンポイントが付与されるのは、キャンペーン期間中に新規でご契約いただいたサービスに限られます。
 - ③キャンペーンポイントの付与には、TLCカサねてトクするキャンペーン申込書のご記入が必要です。

※キャンペーン適用には、TLC会員サービスへの登録が必要です。 ※対象サービスに関しては、キャンペーン特設サイトをご確認ください。



対象のサービス	カサトクキャンペーンポイント
<ul style="list-style-type: none"> LPガス アクア TNC/@T.COM インターネット ケーブルテレビ セキュリティ 	<p>新規1契約につき</p> <p>毎月 200 TLCポイント</p> <p>年間 2,400 TLCポイント</p>

◆カサねて契約すると、TLCポイントがどんどん貯まります!

現在LPガスをご契約中の方の場合

既存契約	新規契約	年間TLCポイント
LPガス	新規4契約した場合	年間 9,600 TLCポイント
	新規3契約した場合	年間 7,200 TLCポイント
	新規2契約した場合	年間 4,800 TLCポイント
	新規1契約した場合	年間 2,400 TLCポイント

契約の組み合わせは自由!

対象のサービス	カサトクキャンペーンポイント
住宅・リフォーム 新規契約でもらえる!	ご契約金額(税抜)の1%のTLCポイント(上限30万TLCポイント) ※ポイントの付与については、お引き渡し後となります。 ※新築住宅は、建物本体契約のみ対象となります。

注意事項

- ※ポイント付与の対象となるサービスを解約された場合、その時点をもって、当該サービスへのポイント付与は終了します。
- ※また、ご契約中の対象サービスの数が1つ以下となった場合、その時点をもって、全てのキャンペーンポイントの付与が自動的に終了します。
- ※各種サービスには提供エリアがございますので、ご確認ください。

サービス契約時のTLCポイント例



例1 現在、TOKAIグループのLPガスをご利用中で、キャンペーン期間中にアクアを新規でご契約されると...

基本ポイント	ボーナスポイント	キャンペーンポイント	合計
LPガス 月額7,400円の場合 ▶ 37 TLCポイント	2契約 ▶ 50 ポイント	新規1契約 毎月 200 TLCポイント	<p>月間 310 TLCポイント</p> <p>年間 3,720 TLCポイント</p>

月間・年間こんなに おトクに!

例2 現在、TOKAIグループのLPガスをご利用中で、キャンペーン期間中にアクア、インターネット、ケーブルテレビ、セキュリティを新規でご契約されると...

基本ポイント	ボーナスポイント	キャンペーンポイント	合計
LPガス 月額7,400円の場合 ▶ 37 TLCポイント アクア 月額4,700円の場合 ▶ 23 TLCポイント ケーブルテレビ 月額5,000円の場合 ▶ 25 TLCポイント インターネット 月額5,100円の場合 ▶ 25 TLCポイント セキュリティ 月額4,270円の場合 ▶ 21 TLCポイント	5契約 ▶ 500 ポイント	新規4契約 毎月 800 TLCポイント	<p>月間 1,431 TLCポイント</p> <p>年間 17,172 TLCポイント</p>

月間・年間こんなに おトクに!

※記載の月額ご利用料金は一例です。

料理大好き!
食べ歩き大好き!

静岡県内の主婦による食レポ配信!

お腹が鳴ってしまいそうな美味しいコンテンツが毎日配信されます!



静岡県内のTLCチケットグルメ取扱店を精力的に取材します!

TLC会員サービス Facebookはコチラ ▶ <https://www.facebook.com/tlc.tokai.jp/>
Facebookアプリをご利用の方は、友達・スポット検索より「TLC会員」で検索下さい。

本キャンペーンに関するお問い合わせ先
TLC会員サービス事務局

0120-934-039
(受付時間)9:00~18:00

<https://tlc.tokai.jp/kasatoku/>
カサトク 検索





ウォーターサーバーと一緒にいかがですか?

TOKAIウォーターサーバーご利用者様
限定特典付き!

ご自宅で手軽に炭酸水が作れるソーダメーカーのご紹介です!

いつもお飲みいただいているおいしい水の宅配便が炭酸水に!
ご自宅で簡単に炭酸水を作れるソーダストリーム。楽しく広がる、
おいしい水の宅配便の世界を皆様のご家庭でぜひ、お楽しみください。

ソーダストリーム3つのポイント!

POINT 1

ペットボトルの
ゴミがでないから
とってもエコ!

POINT 2

炭酸の強さが
好みで調節
できる!

POINT 3

電源いらずで、
どこでも
使える!



ソーダストリームTOKAIオリジナルパック!!

「TOKAI」のウォーターサーバーをご利用中のお客様は特典付きでご購入できます!



SodaStream (ソーダストリーム)
ジェネシスデラックス
スターターキット

製品使用
■本体サイズ(約): W13.5cm x H42cm x D23.5cm
■本体の重量(約): 1,000g
販売価格
¥12,960 (税込)



ご利用中のお水1本(お値引き)と
シロップ2種類

通常価格
¥16,457

¥12,960 (税込) + ¥3,497相当 = ¥12,960 (税込)

「TOKAI」を通して
ソーダストリームを
購入すると
¥3,497
お得!

Genesis Deluxe (ジェネシス デラックス) スターターキット内容
●ソーダメーカー本体×1 ●ソーダメーカー専用1リットルボトル ●ソーダメーカー保証書×1
●ガスシリンダー60リットル用×1 (キャップ付き)×1 ●ソーダメーカー取扱説明書×1 ●ユーザーライセンス×1

●ソーダストリームは、ソーダストリーム株式会社が販売します。お申込み後の商品の発送、代金関係、アフターサービス等は、全て当社が行います。(当社は申込受付のみを行います)
●ソーダストリームの詳細については、ソーダストリーム株式会社のHPをご参照ください。 <https://www.sodastream.jp/>
●ソーダストリームの販売に関するお客様の個人情報の取扱いについては、上記のソーダストリーム株式会社のHPをご参照ください。
●ソーダストリームTOKAIオリジナルパックの特典取引法に基づく表記についてはこちらをご参照ください。

※「TOKAI」を通してソーダストリーム(株)よりソーダストリームを購入頂いた
翌月の配達又はご注文分より1本無料(ご請求からお値引き)とさせていただきます。処理の関係上
まれに翌々月となる場合がございます。予めご了承ください。
※本製品の在庫状況などによってはご注文をお受け出来ない場合がございます。予めご確認ください。
※代引き手数料はお客様のご負担となります。送料は無料になります。

お申し込み方法

「ソーダストリームTOKAIオリジナルパック」はTOKAIのウォーターサーバーご契約者様のみお申込み可能です。

- 1 おいしい水の宅配便公式ホームページの会員ページにアクセス
- 2 ソーダストリームの広告をクリック!
- 3 必要事項の入力
- 4 ご自宅で炭酸水ライフスタート



※お支払い方法は代引き決済のみとなります。
(代引き手数料432円/税込が別途かかります)

お問い合わせ先

アクアお客さまセンター
0120-979-113
[受付時間]9:00~18:00 年中無休※但し数日のお休みをいただきます。]

おいしい水の宅配便ホームページで
ウォーターサーバーのご紹介もしております

TOKAI 水 検索



ソーダストリーム本体に関するお問い合わせ

sodastream water made exciting
ソーダストリームコールセンター
0120-286-230
[受付時間]9:00~17:00(土・日・祝日を除く)

こちらのお電話ではTOKAIオリジナルパックの申込みは受付けておりません。

暮らしに役立つエプロンメモ
TOKAI「おいしい水の宅配便」をご利用の皆様へ

今話題の炭酸水を楽しもう!

シュワシュワが楽しく気持ちのいい炭酸水。
しかし、ただ美味しいだけではありません。
実は炭酸水には様々な良い効果が期待されています。

point 2

料理に
活用できる!

point 1

ダイエット
効果に期待!

POINT 2

炭酸水×料理

☑ 炭酸水で料理がおいしくなる!

炭酸水を調理の下準備に使用すると、より一層おいしい仕上がりになります。例えば、天ぷらを炭酸水で溶くとサクサクの軽い衣になり、煮込み料理に炭酸水を使うとお肉が柔らかくなり、味が浸透しやすくなります。

☑ 炭酸水+お酒でオリジナルアレンジ!

炭酸水にハイボール・酎ハイ・カクテルなどのお酒を加えてアレンジしてもおいしく楽しめます。毎日の食卓や、ホームパーティーのおもてなしにも活用できる♪



POINT 1

炭酸水×ダイエット

☑ 炭酸水で食べ過ぎ予防!

食事前に炭酸水を飲んでおけば、胃が膨らんで少量で満腹感を得ることが出来ます。無理せず自然と食べ過ぎを防止できるため、楽しみながらダイエットに効果が期待できるとされています。お風呂上りのビールの代わりに炭酸水を飲むのもOK。



今日はもうおなかいっぱいかも

エプロンでは皆さんからの
お便りをお待ちしております。

【応募の仕方】
同封のアンケートハガキをご利用ください。また、写真掲載をご希望の方は
①住所②氏名(ペンネーム)③年齢④電話番号⑤簡単なコメントを明記し、封書でお送りください。
エプロンけいじばん 上記①～⑤の内容と⑥コーナー名⑦エピソードを明記し、封書でお送りください。
〒420-0034 静岡県葵区常磐町2-6-8 株式会社TOKAI エプロン「エプロン」係
※お送りいただきました個人情報、冊子づくり・プレゼント発送以外の目的には使用いたしません。
※写真等は返却できません。ご了承ください。
※封書の郵送料は個人負担となります。
メールでも受け付けます。(メールアドレス1文字目はアルファベットの「E」です。ご注意ください)
e-mail:lpg@tokaigroup.co.jp

採用された方には
【QUOカード】を
プレゼントいたします!

エプロンにちょっとプラス!

エプロンけいじばん

「ウチの子が大好き」「ママさん日和川柳」
「おもしろびっくり写真館」の各コーナー
では、皆さまからの投稿を募集中です。か
わいい自慢のペットや、思わず驚く珍百
景、おもしろかったワンシーン、ママさんあ
るあるネタで一句詠んだりなど、楽しい写
真やコメントをドシドシご応募ください!
*ご応募につきましては左記をご覧ください。



ウチの子一番

ウチには小学5年生の息子がいます。
先日私が体調を崩したら「そこに
座って」と言っただけで髪を丁寧にと
かしてくれました。「またやっであげ
るね、元気になるから」と言う息子の
やさしさに思わずうろたえました。
(浜松市 katawara様)

*お母さん思いの優しい息子さんなん
ですね。息子さんのやさしい心遣いに
じんとときてしまいます。



今年の3月に娘が産まれました。
最近我が家で飼っているチワワに
興味津々で、ワンちゃんのジャンプや
ごはんを食べる姿にケタケタと笑って
います。二人の間にはまだ距離感が
あるのですが、いつか縮まるというな
あと思いつつ、かわい二人の姿
に癒されている毎日です♡
(静岡市 ノア様)

*生まれはじめて見るワンちゃんに
興味津々なんです。いつか
一緒にお昼寝するくらい仲良しに
なれるといいですね♡

先日三女が子どもを出産しました。
今はエコーがあり性別がどちらか前
もって分かるみたいですが、私も三女も
あえて聞かずに楽しみにしておりま
した。勝手ですが女の子だと予想して
おり、出産時に女の子の名前を呼ん
でいたら、産まれてきた子が男の子
でびっくり! みんなで大笑い
でした(笑)。元氣そうなのでな
により、たまたま子育てに奮闘して
いる三女です。
(静岡市 イーナ・イーナ様)

*元氣なお子さんが生まれてよかつ
たです! これからの成長がとつて
も楽しみです★

先日、旦那さんとバイクのツーリング
に行く予定でしたが雨だと思い、車で
出かけたところまさかの晴天!
その日は指をくわえてバイクさん
たちを見ていました。次の週に今度
こそとバイクで出かけたら通り雨に
遭い全身びしょ濡れに…。カッパを着た
とたんに晴れたので蒸れてとっても
大変でした。踏んだり蹴ったりで
すが、良い思い出になりました(笑)。
(裾野市 はんちゃん様)

*ハッパもお出かけの醍醐味だと
思います! 次は晴天の日思い出
りツーリングができるといいですね。



ウチの小学5年生の娘はよく寝言
を言います。先日は「こ、どこ?
知らないの? まあ、いっか」とい
う流れでした(笑)。夢の中で迷子に
なっても、まったくあせらない娘に
なんだかほっこりしました。
(富士宮市 のっこ様)

*とってもマイペースな娘さん。かわ
いく、ほほえましい気持ちにな
りました!

我が家にはイヌが3匹います。仕事
から帰ってくると玄関まで迎えに
きて、しっぽが取れてしまうのでは
ないかと思うくらい思いきりしっぽ
を振ってくれます。その様子がかわ
いく、仕事の疲れもふっとびます♡
(静岡市 チェリーパパ様)



我が家の知恵袋

私の娘の裏技を紹介します。食パンの
袋(ラップ)をオムツを捨てる時
に使っています。オイが外にもれない
そう、オムツを捨てる以外にも
ニオイの強いキムチ等を冷蔵庫に
入れるときにも活用できます。
どうやら、ラップの表示があるも
のはニオイを通さない素材みたい
です。ぜひ、試してみてください。
(静岡市 A.S様)

我が家のおいしいレシピを紹介します。
ちくわの穴にスティック状に切った
長芋を入れて豚バラ肉スライスを
くるくる巻き、フライパンで焼きます。
味付けはお好みで、しょうゆ・みりん
または焼肉のタレで甘めにしても
よし! 栄養バランスもグッドな
ので、おすすめですよ★
(浜松市 ななちゃん様)

先日、いちじくをたくさん頂いたの
で160度のオーブンで1時間程
焼き、天日干しにしてドライフル
ーツを作りました。残りは皮ごと刻
み、グラニュー糖と一緒に煮てジャム
を作りました。いちじくは更年期障
害に良いそうで、おいしくて強い味
方ですよ!
(静岡市 プーちゃん様)

チョット聞いて!

先日、小学2年生の息子と一緒に
回転寿司に行きました。くるくる
回ってくるお寿司の中に「まかない
軍艦」という名前のお寿司があり、
息子が「ねえ、このお寿司、まかな
いって書いてあるのに巻いてるよ!」と
言うので思わず笑ってしまいました!
子どもの発想力っておもしろい(笑)。
(静岡市 サンデー様)

*これは本取られました(笑)。お子
さんの発想力には驚かされますよね。

去年の話ですが、娘の幼稚園バスを
待っていると見知らぬおばさまが
「もうすぐクリスマスだから、プレ
ゼント」と手作りの巾着と手編みの
小さな服をくださいました。訳も
分からずビックリしていると、おばさま
が「うちの主人、いつもあなたたち
親子があいさつしてくれるのが嬉し
いみたいでよく話してくるのよ」
とのこと。おばさまの陰で照れくさ
そうに立っていたのは、毎朝目の前を
自転車で通るおじさん。何気なく娘
といつもあいさつをしていました。が、
こんなにも喜んでくれていたと知り、
とてもあたたかな気持ちになりました。
(富士市 つつきー様)

*日々のあひさつの大切さや、人の
気持ちのあたたかさを実感できる
素敵なエピソードに、とても心震え
ます。

教えて! エプロン 回答編

1777号コロケの揚げ方
お悩みのマカロン様
まず、タネを成形したら完全に冷ま
してから衣をつけます。パン粉がつ
いていない部分がパンクしやすいの
で、ムラなく衣をつけ、175度の
中温の油にコロケをそっと入れ、
時々返しながら揚げたら良いかと
思います。ぜひご参考ください!
(菊川市 あいちゃん様)

1777号ジャガイモ料理で
お悩みのさつち様
私のおすすめは、細切りにしたジャ
ガイモを鍋で茹でたら、ひき肉・に
んじん・もやしなど野菜と一緒に油で
炒めて、最後に卵を流しオムレツ
風に焼きます。私は一度に大きな
フライパンで焼いて、好みでケ
チャップをかけて食べています。
ケーキみたいと子どもたちも喜ん
でくれるので、おすすめです!
(掛川市 グーチョコ・パー様)

1777号洗濯機の黒カビで
お悩みのだいふく様
洗濯機によりですが、水が流れ落ち
る所(柔軟剤を入れる部分)の引き
出しの下がカビでまっ黒になっていると、
洗濯槽をいく掃除してもすぐに
カビがはえてしまうそうです。
一度確認をしてみてください!
(静岡市 整理整頓様)

先日長女が教育実習のために実家に
帰って来ました。中学の時にいじめ
不登校になり、高校では定時に
通っていましたが、小さい頃からの夢を
かなえるためにもすごい努力を
してなんとか教育学部に入り、とう
とうここまで来たか…と胸が熱く
なりました。夢を諦めないで頑張っ
ている娘を見ると、私も元気をもら
えます。
(浜松市 お京さん様)

*逆境に負けないで夢を実現させ
ようと頑張る娘さん、とても尊敬
します! きっと、人の痛みが分かる、
生徒さん思いの先生になれるんだ
ろうなと思います。

私は、スーパーの試食販売コーナーを
見るとつい立ち止まってしまう
です。食べたらずいと思いつつ、数分
迷いますがやっぱり試食し、案の定
商品を買ってしまいます。冷蔵庫に
同じ品があっても、スーパーに行く
とつい試食コーナーに寄ってしま
います。この食いしん坊な性格、どう
したもんじゃろ〜(笑)。
(熱海市 ごん太様)

*私もつい試食コーナーに立ち
寄ってしまうので、お気持ちよく
分かります! 無料でお試しができ
るのって魅力的ですよ〜



教えて! エプロン

何かと話題の「断捨離」ですが、
なかなか思うように片付けられ
ません。家で使わなくても、誰かが
使えるような物は捨てられないし、
アナログ世代なのでパソコンも使
こなせないし…。皆さんどうして
いるのか、よければ知りたいです!
(富士市 K.W様)

先輩ママさん教えてください!
子どもが宿題を嫌がってまった
くしてくれません…。何かやる気
を出してくれる良い方法がありま
したらぜひ教えてください!
(御殿場市 プーちゃん様)



毎朝、スムージーを作っていますが、
味がマンネリ気味で…。簡単に栄養
バランスの良いメニューがありま
したら、ぜひ教えていただきたいです。
ちなみに、我が家は牛乳をベースに
作っています!
(菊川市 ももぢ様)

おかげさまでTNCは20周年

～ありがとうの気持ちを込めて～

TNC **is** 20 **TH**
Anniversary

TNCはプロバイダ
静岡県内シェア

8年連続 No.1

(2016年7月クロス・マーケティング調べ)

感謝の気持ちを込めて

抽選キャンペーン実施!

期間

2017
3/31(金)
まで

アンケートにお答えいただくと!!毎月抽選で

**20名様に2,000円分の
QUOカードが当たる!**



詳しくは >>> <https://www.tnc.ne.jp/camp/present/>



【応募にあたってのご注意】※ご応募にあたっての注意事項や賞品等、抽選キャンペーンの詳細については、ホームページ(<https://www.tnc.ne.jp/camp/present/>)をご確認ください。
※キャンペーン内容につきましては、予告なく変更する場合がございます。

「レシピのぽっけ」
募集中です!
我が家の自慢のお料理レシピをお教えください。採用された方にはプレゼントを差し上げます。
*応募方法は、13ページ上をご覧ください。

読者の皆さまから届いた自慢のレシピをご紹介します。どれもおいしいものばかり! お料理のレパートリーに加えてみませんか?

我が家のオススメ 作ってみよう!

レシピのぽっけ

Recipe no Pokke



Recipe [1] {浜松市 サチ様より}

おつまみにもピッタリ、イタリアンなスプリングロール

はるまきスティックマルゲリータ

材料(2人分)

- A
- * トマト…1個
 - * ナス…1本
 - * 玉ねぎ…1/2個
- B
- * 塩・コショウ…適量
 - * バジル…適量
 - * オリーブオイル…小さじ1
- * はるまきの皮…4枚
* モッツアレラチーズ…適量

STEP

- 1 Aの野菜を角切りにし、Bの調味料をまぜ合わせる。
- 2 はるまきの皮に縦に1の具と、モッツアレラチーズをのせスティック状に巻く。
- 3 160°Cに熱した油できつね色になるまで揚げれば完成!



Recipe [2] {掛川市 サカチャン様より}

香ばしいゴマみそが食欲をそそる

鶏もものゴマみそ焼き

材料(2人分)

- A
- * 酒…10ml
 - * みりん…10ml
- B
- * 中濃ソース…大さじ1
 - * マヨネーズ…大さじ2
- * いらごま…大さじ3
* みそ…大さじ1
* 鶏もも…大1枚

STEP

- 1 いらごまをすり、Aの調味料で溶いたみそとまぜ合わせる。
- 2 鶏ももを1/2に切り1のタレに20分程つけておく。
- 3 2にBのソースをつけ、オーブントースターで裏面から焼き、次に皮目を焼く。両面を計15～20分程焼いたら完成!



Recipe [3] {静岡市 みわ様より}

サクサクパイ生地の甘～いリンゴ

簡単おいしいアップルパイ

材料(2人分)

- * 冷凍パイシート…1枚
 - * リンゴ…2個
- A
- * レモン汁…1/2個
 - * ラム酒…大さじ1
 - * 砂糖…80g

STEP

- 1 8等分にカットしたリンゴとAをまぜ合わせ、レンジでリンゴがうすら透き通るまで加熱する。(約10分程度)
- 2 1の具をケーキの型にくまなく敷き詰め、上から常温に戻したパイシートを包むようにかぶせる。
- 3 2を180°Cのオーブンで45分焼いたら出来上がり!