

みんなで作る暮らしのマガジン

エプロン

TOKAI Group Presents Life Magazine "Apron"



TOKAIグループ



特集

菜園上手

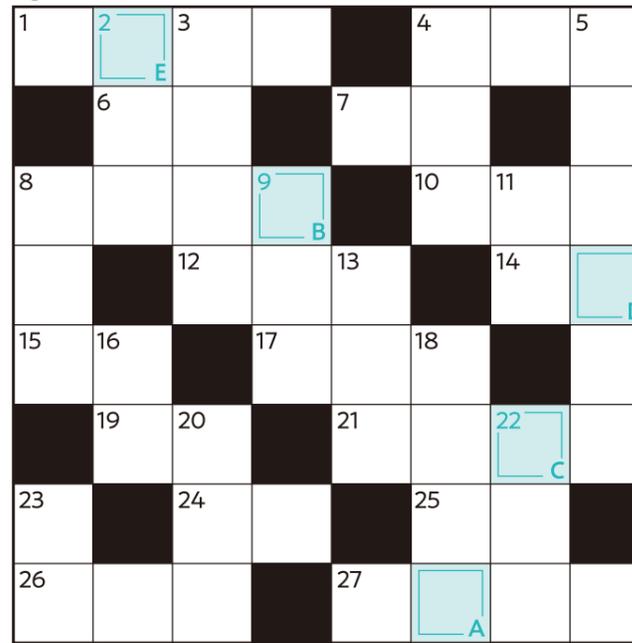
～キャベツ～

近場で楽しむ 息ぬき時間

イチオシ 春のおでかけスポット

あたまたの体操 クロスワード

Q A～Eの順に並べてできる言葉は何でしょう？



こたえ A B C D E

正解は次号及びエプロン公式Instagramに掲載(予定)!

前月号 (Vol.189) のこたえ A) ジ B) ブ C) ン D) シ

タテのカギ

- 『茶○○』はお茶のもつ可能性を拓く、静岡発のプロジェクトです。(ヒント:本誌6P)
- まるで、ちょうど、さながらを意味する「恰も」の読み方は?
- 感動的すぎて思い出しただけでも目が○○。
- 浜松市にある『食楽工房』は○○○○○デザインを取り入れたレストランです。(ヒント:本誌5P)
- 1月1日、2日、3日のことを○○○日と言います。
- カールスモーキー、ラサールに共通する苗字は?
- 『cafe restaurant BOSCO』はオク○○の自然の中で本格的なイタリアンが楽しめます。(ヒント:本誌12P)
- 運動が苦手な人を運動○○○と言ったことがあります。
- 火+甘+木でできあがる漢字の読み方は?
- 現在、静岡県内6箇所で開催しているティーテラス。(ヒント:本誌7P)
- が万事。
- 江戸時代末期、黒船に乗って日本へやってきたアメリカ人。
- 御殿場市には童謡「汽車ポッポ」のこれが2箇所にあります。

ヨコのカギ

- お手紙の結びに「風邪など召されませぬよう○○○○ください。」と添えます。
- 外湯ではなく、旅館内にあるお風呂。
- 上手(じょうず)の反対。
- 今号で育て方を紹介しているのは何キャベツ?(ヒント:本誌2P)
- 本誌「エプロン」の家庭菜園企画は○○○○目です。(ヒント:本誌2P)
- にならないようにきちんと歯を磨きます。
- ホンダワラなどの海藻から作る淡いベージュ色の塩。
- 動物園を英語で?
- LP○○ご利用のお客様に新サービスがスタートします。(ヒント:本誌10P)
- テレビの大きさを表す単位。
- 火曜日と木曜日の間は何曜日?
- ホテルや結婚式場、学校などの中にある教会。
- 7月、函南町にカレーやスパイスを使った料理の『○○スパイス』がオープンしました。(ヒント:本誌12P)
- 乾、焼、青、岩などの種類がある食材。
- 残念なフォトコンテスト大賞は「もじゃもじゃ○○○」。(ヒント:本誌11P)
- フォンはスマホと略されます。

パズル制作協力:エッグハウス



It's Now Online!
高品質なハイビジョンカメラで
お客様の安心を支えます。

防犯
対策に!



赤外線照明搭載
4メガAHDハウジング型
ダイナミックカメラ

設置
簡単

簡易型カメラもございます。



PC・スマートフォンから遠隔監視

■スマートフォンの場合
専用アプリをダウンロードすることで、
遠隔モニタリングできます。



高解像度でクリアな映像

■昼間
20m 5m
■夜間
20m 5m

お問合せ

TOKAIセキュリティ部
セキュリティお客さまセンター



0120-788-959

TOKAIセキュリティ

検索

受付時間: 10:00~12:00 / 13:00~19:00 (平日及び祝日) ※但し年間数日のお休みをいただきます。

菜園上手

Saien Jozu



春キャベツの育て方

難易度
☆☆☆

- 生育条件**
日当たり：日なた
暑さには弱く、冷涼を好む。
- 植えつけ**
株間20~30cm
- 栽培暦**
植え付け：2月~3月
収穫：40~45日程度
- 栄養価**
ビタミンC・K・U・
ジアスターゼ・葉酸
疲労回復や風邪予防に有効なビタミンCはもちろん、骨の形成などに貢献するビタミンKも豊富！ビタミンUやジアスターゼは、どちらも胃に働きかける重要な栄養素です。



Cabbage

Step 1 プランターに土壌を作り、苗を植え付ける。
プランターに底が見えないくらいまで鉢底石を入れ、その上に元肥を混ぜた培養土を入れ、出来るだけ平らにならします。キャベツの苗は株間を20~30cmあけて植え付けましょう。

Step 2 土が乾いたら水をたっぷりあげる。
過湿に弱いので、水やりは朝がオススメ。夕方には土の表面が乾くようにしましょう！

Step 3 追肥する。
植付けの2週間後に1回目の追肥をし、その後は1~2週間に1回程度追肥を行いましょ。

Step 4 収穫する。
結球して、球が15cm以上になったら、外葉を広げて球を少し傾け、株元を切って収穫！

1 鉢底石不要の培養土の場合には不要！
鉢底石
きれいな鉢底石 5ℓ 730円(税込)

2 培養土
有機野菜の土 25ℓ 1,240円(税込)
元肥
マグアンプK 50g 280円(税込)

3 苗 キャベツの苗 ※価格は時価
このプランターなら、2株くらい
株間20~30cm
深さ15cm以上
プランター
菜園上手63型N GR 1,730円(税込)
※価格は参考価格です。店頭価格と異なる場合がございます。

食卓に春の訪れを告げる、
緑まぶしい春キャベツ。

押さえておきたい！
育て方2つのポイント

point 1
連作障害を避けるために、同じ場所での栽培間隔を2~3年あけるようにしましょう。
※続けて栽培する場合は、完全に土を入れ替えるか、苦土石灰や腐葉土を加え2週間寝かせて下さい。

point 2
毛虫がつきやすいので、見つけたら殺虫剤などで退治しましょう。防虫ネットをかけるのもオススメです！

キャベツのママ知識

「とんかつとキャベツ」は理にかなっている！
薬の名前にもある「キャベジン」は、胃や十二指腸の粘膜などを守る作用があります！また、消化を助ける成分を多く含んでいます。

胸やけ 胃もたれ 胃酸過多
などに効果的！脂っぼい食事のときは積極的に摂りましょう！

Bot 柏木植物園
駿東郡長泉町納米里209-1
055-986-2783 10:00~18:00
月曜定休(注文は24時間メール受付)
共用駐車場あり

夏野菜の栽培まで待つか、
春野菜にも挑戦するか。

昨年よりスタートしたこの家庭菜園企画も今年で3回目を迎えました。初心者でも簡単に挑戦できる季節の野菜を主に取り上げてきましたが、みなさんプランターでの野菜づくりは楽しめていますか？意外と簡単だったので、今年は少し難易度の高い野菜に挑戦してみようという方もいるのでは？今回は、春野菜の代表格「春キャベツ」の育て方を紹介します。

「春キャベツ」は、通常のキャベツと形も異なり、葉はふわっと、美しい黄緑色をしています。水分量が多く柔らかいので、火を通すよりサラダにするなど、そのまま味わいたい春野菜でもあります。

実は、この時期に苗から育て始める野菜は意外と少なく、冬野菜の収穫後、連作障害を避けるべく、土を休ませながら夏野菜の時期を待つという方も少なくありません。夏野菜まで休憩してもよし、春野菜にも果敢に挑戦するもよし。自分のペースで楽しめましょう。

灯しビト

Vol.01

地域に元気を灯してくれる
飲食店を応援したい！
そんな思いから、TOKAIは
地元でがんばるお店を紹介します！



Data

レストラン食楽工房

オーナーシェフ 古橋義徳さん
マネージャー たず子さん

◀ お店の詳しい情報や
おトクなクーポンはP13へ！

灯しPoint!



シェフ自慢のビーフシチュー

お肉と地元野菜を入れて6日間コトコト煮込み旨味とコクが詰まったトロトロビーフシチューを自家製デミグラスソースで仕上げております。(ビーフシチュー、スープ、サラダ、パンセットで1,980円(税込))



お互いの笑顔を見ながら食事もし

向かい合った相手の顔が見えるようアクリル板が全席に設置されているので、安心して食事を楽しめます。

**すべての人がくつろげる
食事のひとときを**

「おいしい食は人を楽しく笑顔にし、健康で心を豊かにしてくれる力がある。」
幼い頃、母の作ったいなり寿司を家族で食べる事に幸せを感じたと話すのは、浜松市にあるユニバーサルデザインを取り入れたレストラン「食楽工房」のオーナーシェフ古橋さんだ。古橋さんが子供心に感じたその「食の力」は、自身が食に携わる道に進む原動力になりました。
西洋料理店に入社し26才で副料理長、32才で料理長になるまで充実した日々を過ごしていた古橋さんでしたが、27才の時、静岡県泉の依頼で、障害者施設、高齢者施設等で料理を作る料理顧問を機に料理人としての考えに変化が訪れます。それは、「外食には行きたくても行けない」という人の存在でした。車椅子利用者や足腰が不自由な人を拒む店舗の段差、和式トイレが当たり前のように存在していたそ

の当時、咀嚼や嚥下が難しい人には「外食」という選択肢すらありませんでした。慰問を行う度に、もし自分のレストランを開業することが出来たら、可能な限りユニバーサルデザインを取り入れたい、という思いが強くなっていきました。2009年、ようやくその思いが形となったレストラン「食楽工房」をオープン。完全バリアフリー、オストメイト対応、車いす可能なパブリックトイレ完備、介護食・アレルギー食への対応をおこない、障害者・高齢者・健常者が同じ空間の中で、ゆったりとした気持ちで食事していただけるレストランになっています。介護食のフランス料理コースは食楽工房が日本で初めて提供しました。
「中学卒業文集に綴った『世界へ、心の温かいレストランをつくりたい』という夢。今尚その夢と共に生きる古橋さんの温かさ溢れる価値観が、浜松から世界中のレストランに広がることを願ってやみません。

ベジともこと/ 野菜ソムリエ 天野 友江

ベジフルキューピット代表。日本野菜ソムリエ認定野菜ソムリエコミュニティ静岡会長。ベジ育セミナー、お料理教室、テレビ・ラジオで情報発信中。



自家栽培のキャベツを 美味しくいただくレシピ

一年中気軽に購入できる身近な野菜「キャベツ」は、生でも加熱してもおいしく食べられる野菜です。ビタミンや食物繊維も豊富で体にも優しい。味付けも選ばないキャベツのレシピは無量大。お肉と合わせればメインのおかずとしても活躍します！

キャベツロール



POINT

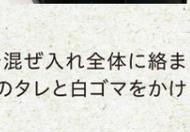
- キャベツの水気はしっかりと絞みましょう！形が崩れるのを防げますよ。
- 調味料を投入する前、フライパンの油を拭き取ることで、タレが焦げるのを防げますよ。

材料(2人分)

- キャベツ 1/4個
- 豚ロース薄切り肉 8枚
- サラダ油 大さじ1
- はちみつ 小さじ1
- 小麦粉 小さじ2
- 醤油 大さじ2
- 料理酒 大さじ2
- 砂糖 大さじ1
- 白ゴマ 適量

作り方

- 1.キャベツを太めの千切りにし、耐熱ボールに入れ電子レンジ600wで2分加熱。粗熱を取り、水気をよく絞る。
- 2.豚肉4枚を端が重なるように並べ、その上にキャベツ半量のをせて巻き寿司の要領できつめに巻き、小麦粉を薄くまぶす(2ロール作る)
- 3.フライパンで油を熱し、2.の巻き終わりを下にして並べ中火で焼いていく。コロコロ転がしながら3分ほど焼いたら蓋をし弱火で2分ほど蒸し焼きに。
- 4.余分な油を拭き取り、残りの調味料を混ぜ入れ全体に絡ませる。食べやすい大きさに切って残りのタレと白ゴマをかけて完成！



材料(2人分)

- カイワレ大根 1/4パック
- 昆布茶 小さじ1
- おろししょうが 小さじ1/2
- 塩 小さじ1(塩もみ用)
- キャベツ 1/4個
- サバ缶 1缶(汁気を切る)
- レモン 1/2個(輪切り2枚 残りは絞る) ※市販のレモン果汁でも可

作り方

- 1.キャベツは手でちぎり塩揉みして5分ほどおく。軽く水洗いし水気をしっかり絞る。
- 2.カイワレ大根は根元を切り落として食べやすい長さに切る。
- 3.レモンは輪切り2枚分をいちよう切りにし、残りは絞る。
- 4.ボールに全ての材料を入れて和える。サバ缶は汁気を切って入れる。(残ったサバ缶の汁は味噌汁などにご活用ください)
- 5.いちよう切りにしたレモンをバランスよく散らして完成！



キャベツとサバ缶の ジンジャーレモンサラダ



POINT

- 塩揉みすることで青臭さがなくなり、更にカサが減るのでたくさん量を食える事ができます。
- 彩りをプラスしたい時はミニトマトや柴漬けがオススメ。サバ缶がない場合はツナで代用できますよ！

自然に囲まれてほっとひと息



①天空の茶の間(豊好園) ②茶の間ウエディング(豊好園) ③大地の茶の間(釜炒り茶 柴本) ④富士の茶の間(富士山まる茂茶園) ⑤里山の茶の間(深山園) ⑥黄金の茶の間(黄金みどり茶園) ⑦全景の茶の間(日本平) ⑧茶の間ウエディング(黄金みどり茶園)

絶景を重視される方は、「天空の茶の間」の息を呑む標高350mの絶景、「全景の茶の間」の富士山を眺望する庄巻のパノラマ、「黄金の茶の間」の世界にここだけしかない黄金の茶畑がオススメです。
お茶の話を聞きたい方には「富士の茶の間」、変わったお茶が飲みたい方には「大地の茶の間」がオススメです。「富士の茶の間」には茶農家兼茶師の方がおり、精通したお茶の話が聞けるので勉強になります。また「大地の茶の間」では釜で炒るタ

すべて巡りたくなくなる
個々の魅力に溢れた
6つの「茶の間」

「茶の間」自体のサービスに振る舞いは付いていません。茶農家によっては一煎目を入れてくれるところもありますが、基本的にはお茶の入れ方を教えてもらい、その場所で自由にお茶を楽しんでもらうセルフサービス形式です。お茶について詳しく知りたい方は、ぜひ行きや帰りに茶農家に尋ねてみてください。持ち込みもOK。写真を撮ったり、ゴロゴロしたり。それぞれが絶景の広がる茶畑でお茶に親しみながら自由な時間を過ごす——これが「茶畑のティーテラス」茶の間」が提供する《おもてなし》なのです。

イブの香りの強い珍しいお茶が味わえます。訪れた後、そのお茶のファンになる方も多いのだそう。ベストシーズンは新芽がキラキラ輝く新茶の季節4〜5月。これからまさにそのシーズンを迎えますが、季節ごと表情を変える「茶の間」も、ひとつひとつ巡りたいものです。まだ知らない静岡茶と静岡が誇る美しい茶畑の原風景。ここから家族や友人と、安心して心ゆく時間が楽しめそうですね。



チャレンジへん
茶事変「茶の間」

静岡市・島田市・牧之原市・富士市で6箇所に絶景の茶畑のティーテラス「茶の間」を展開。茶を酒出したクラフトリキュールのカクテル宵茶など新しいコンテンツを展開しています。

詳しくは
WEBへ



近場で楽しむ 息抜き時間

イチオシ!
春のおでかけ
スポット

これから訪れる春、そろそろお出かけしたい気分。近場に出かけて、魅力を再発見してみませんか?

INTRODUCE



お茶のもつ可能性を拓く、静岡発のプロジェクト。静岡各地、絶景の茶畑のティーテラス 茶の間など、新しいコンテンツを展開しています。

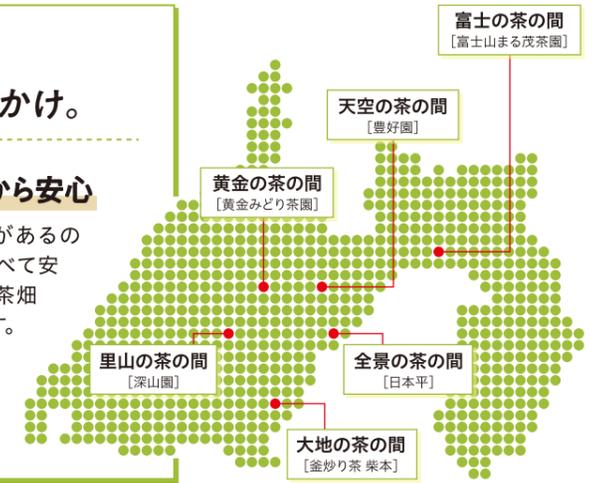
絶景×茶の間

まだ知らない
静岡の魅力が茶畑に。

目を見張るほど美しい。ここは本当に静岡の茶畑なのだろうか——。お茶のもつ可能性を拓く静岡発のプロジェクト「茶事変」の一環として、2018年に立ち上げたという「茶の間」。この企画は、静岡のお茶の魅力最大限伝えるにはどうしたら良いかを徹底的にマーケティングし、それを実現させたものだという。
「茶畑で飲むお茶が一番おいしい。」この感覚を観光客に体現してもらおうと、静岡茶の良さをより知ってもらおうといった取り組みだ。観光客の心を打つような最適なロケーションのもと、こだわりをもってお茶を育てている茶農家を探し出し、一年ほどかけ信頼関係を築いてきました。2019年5月より試験的に観光客の受け入れを開始。初年は大半が県外の観光客でしたが、2年目を迎えた昨年は新型コロナウイルスの影響から、県内の来訪客が増えてきたのだといいます。
現在、展開している「茶の間」は6箇所(右下地図参照)で、県内各所に点在しています。茶農家が茶畑の一部を来訪者に貸し出すスタイルで、予約・管理はするが企画観光局が代

変わる生活、変わる旅。
密にならない環境だから、安心してお出かけ。

- 1 予約制だから安心
茶の間は事前予約制。自分たちだけだから、密になることがなく安心です。
- 2 オープンテラスだから安心
席が広々とした茶畑の中にあるから、開放的な空間で安心。
- 3 複数箇所にあるから安心
様々な場所に茶の間があるので、お好みの場所が選べて安心。各所で異なる顔の茶畑をお楽しみいただけます。



次世代ヒットの新常識

売上前年比**25倍!!** マイクロバブルバスヒットの理由

「毎日のお風呂」でもっと健康に!

ヒットの理由 **1**

毎日のお風呂が健康リスクを減らす。そんな研究効果が続々登場!!

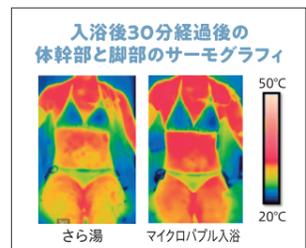
毎日のお風呂で

- 要介護状態が **29%減** ↓※1
- 心臓疾患が **28%減** ↓※2
- 脳卒中が **26%減** ↓※2
- 脳内出血が **26%減** ↓※2

※1 Yagi A, Hayasaka S, et al | Epidemiol 2019;29:451-456.
※2 Ukai T, et al. Heart 2020;106:732-737.

包み込む泡によってお湯の熱がからだに穏やかに伝わり、湯上がり後も身体の温かさが続きます。

毎日お風呂につかる人は、週2回しかつからない人に比べて、要介護認定や、心疾患、脳梗塞、脳出血のリスクが大幅に減少するという結果が最近発表されました。

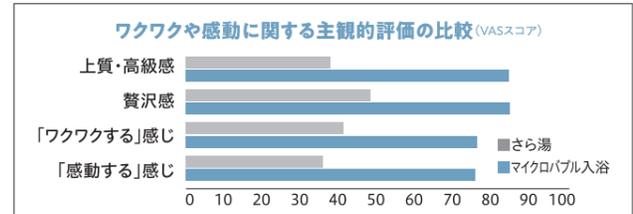


ヒットの理由 **2**

コロナ禍をきっかけに、家で上質なリラックスを求めるニーズが急増!



マイクロバブルバスユニットの濃厚な白いお湯がもたらす「ワクワク感」や「贅沢感」は、毎日のお風呂をより楽しい気分でも味わえます。



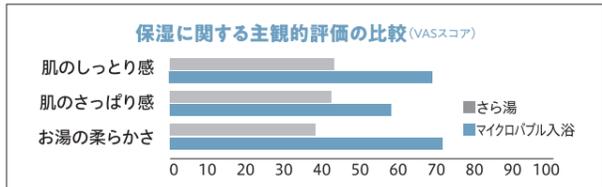
【実験条件】測定:VAS法(視覚的アナログ尺度)を用いた解析 論文:2020年マイクロバブル入浴の心身の主観的評価 (早稲田大学) 日本健康開発雑誌 2020年 被験者 女性11名

ヒットの理由 **3**

界面活性剤などを一切使わず「水と空気」だけで肌をきれいに。



マイクロバブルの水中の微細な泡は、油脂やたんぱく質、でんぷんなどを吸着する効果があるとされています。



【実験条件】測定:VAS法(視覚的アナログ尺度)を用いた解析 論文:2020年マイクロバブル入浴の心身の主観的評価 (早稲田大学) 日本健康開発雑誌 2020年 被験者 女性11名

ヒットの理由 **4**

複雑な工事は不要! バブルバスユニットは導入が簡単。

リンナイのマイクロバブルバスユニットはバスタブ天井などへの工事が不要です。バスルーム内に追加の機器設置も必要ありません。



マイクロバブルが、バスタイムを変える!

ステイホームの疲れを自宅温泉で癒す



“温泉に行きたい!”でも、まだ遠出をするのは怖い…。そんな方にオススメしたいのが、自宅のお風呂をマイクロバブルに切り替えることで温泉のような心地が味わえるリンナイのマイクロバブルユニットです。

Micro Bubble Bath Unit



カンタン設置で自宅が“名湯”に変わる。人気沸騰中のマイクロバブル。

マイクロバブルユニット内蔵型ふろ給湯器 (給湯器本体+専用リモコン+循環金具)



ファーストクラスの
上質な入浴をご自宅で。

コロナ禍で強いられた「ステイホーム」を機に、自宅を快適にする様々なアイデアが重宝されるようになりました。今回私たちが紹介するのは、「自宅のお風呂」に取り入れるだけで毎日温泉気分が味わえるマイクロバブルユニット(給湯器)です。

マイクロバブル(極小の気泡)が浴槽に広がり、細かい泡がお湯を白濁するため、まるで温泉に入ったような贅沢な気分になります。さらに包みこむ泡により湯上りの後も身体の保温効果が持続します。また、肌負担を軽減し、キレイにすることができるとも人気の理由です。さら、毎日のお風呂をグレードアップして、健康と美肌を日々のお風呂で手に入れませんか。

私の中のお風呂の常識はあつてる!?

入浴方法 Q X クイズ

お風呂の医学研究者 東京都市大学 早稲田 教授考案

Question 1

全身浴より半身浴の方が健康効果が高い?

正解は 単純に温熱効果と比較すると、しっかりお湯につかる全身浴の方が温まります。

Question 2

自分が気持ちいいと思う湯温で風呂に入れば良い?

正解は リラックスしたいなら40°Cで10分、やる気を出したいなら42°Cで5分。効果のある湯温はピンポイント。お湯の温度で自分の気分をコントロールしましょう。

Question 3

肌はしっかりこすると、垢が取れてキレイになる?

正解は 肌は強く刺激しないことが大原則。できれば、石鹸などの界面活性剤も使わない方が...

クイズの答え Q1→× Q2→× Q3→×

商品に関するお問い合わせ

TOKAIお客さまセンター ☎ 0120-987-242 (受付時間 年中無休 9:00~17:45)

ちょっと残念な フォトコンテスト



読者のみなさんの偶然撮れた、狙って撮った、「ちょっと残念な写真」が大集合！
見れば見るほどジワジワくる写真で、クスクス笑っちゃってください！



大賞

「もじゃもじゃ羊」えいちゃんさん

動物に癒されに牧場へ。羊エリアに行くと、顔をきれいに毛刈りされている羊の中に、目の周りまで毛に被われたもじゃもじゃ羊を発見！見えづらいのかずっとフェンスに顔をうずめていました…(涙)



準大賞

「ごはんあげる(泣)」はちさん

「鳩さんにごはんあげる！」とルンルンで餌をあげていた息子。次第に数が集まり、鳩がどんどん積極的に…。足に上られ手元を口ばしで攻め立てられ、「思ったのと違う…」と半泣きでした(笑)



入賞

「初めてのキャラ弁」なっちゃんさん

不器用な私が初めてキャラ弁に挑戦。出来上がったおにぎりは残念なことに…でも娘は大喜び♪次回はずっと上手に！



入賞

「お尻がハマって…」ハムニーさん

ベビーベッドの下に体をねじ込んで入った愛猫。お尻がつかえて出られなくなって呆然…兄弟猫が呆れ顔で見っていました(笑)



入賞

「犯人は黒くて賢いアイツ」黒いトマトちゃんさん

トマトの収穫を楽しみに迎えた朝、見つけたのは、誰かの食べた跡。犯人が分からぬまま外出し戻ると、口に真っ赤なトマトを啜った1匹のガラスが…。



入賞

「いじける大人」ばばんださん

スポットライトのような街灯があり、悲しげな演劇のワンシーンのように友人を撮影。大人がいじけているようにしか見えませんでした(笑)

LPガス 新サービスがスタートします！

LPガスをご契約のお客様に、より便利に安心してお使いいただけるサービスをご紹介します！

web会員サービス 「TOKAI LPガスマイページ」誕生！

これ1つで
家計のガス
まるわかり



「TOKAI LPガスマイページ」でできること

ガス使用量や料金を
カンタン確認！

2020年12月	
ご請求金額 (消費税込)	14,795円
検針日: 2020年12月08日	
使用期間	2020年11月10日 ~ 2020年12月08日
今回検針	247.2 m ³
前回検針	230.2 m ³
メーター交換前使用量	0.0 m ³
今回使用量	17.0 m ³

使用量や料金をダウンロードすることもできる！
月毎のガス使用量や料金を確認でき、保存しておきたい場合もカンタンにダウンロードすることが可能です。

前年や他世帯との
比較をグラフで表示！



1年間の使用量をわかりやすいグラフで見える化！
ガス使用量の“前年度比較”や“家族人数が同じ世帯との比較”を同じグラフ上で確認でき、節約のヒントにもなるかも！

ほかにも！

- 支払方法の変更など各種手続き
- ガスに関する情報をお知らせ
- TOKAIイベントなど最新情報をお知らせ



はじめ方 対象 LPガスご利用のすべてのお客様
登録方法 ①ご案内を郵送でお届けします → ②お手元に届いたら登録方法に従って登録を進めてください

LPWAで自動検針へ切り替え！

お客様の
安全に
役立ちます！



従来	切り替え後	LPガスご利用のお客様対象
検針担当者の手作業による「1か月に1回」の検針	LPWA通信端末を用いた「1時間に1回」の遠隔自動検針 (検針データの通信は1日1回)	LPガスの使用量や残量を把握できるので、重大な事故を未然に防ぐことにも繋がります！ ご自宅のガスメーターに端末を設置します
		立ち合い不要 設置費用無料 通信費無料

LPWA・自動検針端末とは？ LPWA…Low Power Wide Area(低消費電力・広域通信)を実現する新しい通信規格。従来の通信方式よりも低消費電力で広いカバーエリアでの通信が可能になります。



階段で外国人の方と肩がぶつかった息子。「ソリー」と言う。「ごめんなさい」と返事が。些細な会話だけど、お互いの立場になって交わした一言。2人の会話と、心遣いのできる大人に成長した息子の姿にほっこりです。



【編集より】「まさの時に相手の立場を思うことができて、とっても心優しいですね。」

もかさん(掛川市) / 男性

応募ハガキを取り出し、ペンを取って戻ると、あれ？ハガキがない。キョロキョロ探してテーブルの下にいたワンコと目が合うと、お腹の下にチヨロっと見える紙：隠したのはアナタだったのね！扇風機の風で飛んだハガキの上に、お座りしてしまっただけでした。



keiさん(富士宮市) / 60代女性

【編集より】可愛らしいワンコがあるのに動物好き編集部スタッフ、にやにやしてしまいました(笑)

雨続きの季節、待ちに待った晴れの日。気合いを入れて洗濯物を大量に外に干して外出。もうすぐ帰ろうと思った時、ふと空を見上げると暗雲が立ち込めています。嫌な予感がし、急いで帰路へ。あと10分で家につくと、雨が！



めいさん(松阪市) / 30代女性

【編集より】天気予報では雨の予報出ていなかったのに…。最近よくありますよね(涙)

保育士をしている私。みんな同じエプロンをしているのに、子供の1人が「何で先生のエプロンだけまっすぐなの？」と聞いてきました。胸がない…なんて言えない…!!子供は正直だな(笑)



こころさん(裾野市) / 20代女性

【編集より】子供の観察力に驚きますね。こころ先生がその後何と答えたのか気になります(笑)

去年初めてチャレンジした、ゴーヤのカーテン。長雨でもう無理と思っていたところ、後半ぐんぐん成長し、小さなゴーヤが実りました。実りを確認できた日はとっても嬉しかったです。

サビさん(裾野市) / 50代女性

【編集より】諦めかけた気持ちだったからこそ、喜びも倍ですね。今年もぜひチャレンジして結果を教えてくださいな!

3年生になる息子が「見て！大変なんだよ」と慌てた様子で帰宅。息子の後に続き外へ出ると、家のブロック塀でアゲハチョウの幼虫が蛹になるうとしていた所でした。「雨の日に、こんな所で大丈夫かなあ?」と、幼虫を心配して傘で雨を避けてあげていました。最近、だんだん生意気になってきた息子ですが、優しい気持ちの行動に、ほっこりしました。



もとさん(静岡市) / 40代男性

【編集より】心配する純粋な気持ちに心温まりました。アゲハチョウもきっと嬉しかったでしょうね。

先日、主人が病院で保険証を出すすと、「1割ですか?3割ですか?」と聞かれたとシヨボン。まだ65歳前なの…。白髪も多く、その日は疲れて見えたのかも。でも「ご老人・お年寄り」と呼ばれるにはまだ早いです。それなら主人が「床屋行つてくる。少し染めてみようかな」ですって。頑張つて! 元気出して!



ンさん(富士市) / 60代女性

【編集より】奥様の素敵な励ましですが旦那様の力になりますね!その後のエピソードもお待ちしています。

暑い日のデザートにと一口大にカットし冷凍しておいたバナナ。おやつに食べようとしたら、全部夫に食べられていてカラッポ!! 楽しみにしていたのに…



はるりんあさん(掛川市) / 50代女性

【編集より】食べ物の恨みは…:です(笑)でも冷凍バナナは美味しいので、全部食べてしまった旦那様の気持ちもわかります。

幼稚園児の娘に目薬をさそうとした時。ポトンと落として「パチパチして」と言ったら手でパチパチと拍手。「そうじゃない、目をパチパチ」なおも懸命にパチパチと拍手。兄弟みんなで笑ってしまいました。



S.Hさん(菊川市) / 70代男性

【編集より】その光景を想像したら、可愛らしくて思わず笑ってしまいました。家族みんなのアイドルですね!

83才まで民宿を営業していましたが、ついにコロナ禍で閉店と致しました。この日嫁が私の好きな苺ミルク甘みたつぷりのケーキを買ってきてくれ、「お母さん長い間お疲れ様でした。一人であっさり食べてくださいね」の言葉ももらいました。優しい思いやりの深さが身にしみ、とても幸せを感じました。



梅原さん(熱海市) / 80代女性

【編集より】とってもステキなお嫁さんの思いやりほっこりしました。梅原さん今まで本当にお疲れ様でした!

先日、炭酸水メーカーを購入しましたが、結局最初の1週間で飽きてしまい、棚の奥に追いやられました。これで何個のキッチン小道具が埋もれて行ったことか。プーム再来を願う(笑)



シバじいさん(岡崎市) / 50代男性

【編集より】炭酸水がいつでも飲めるという事で、編集部でも話題になったことがありました(笑)再び陽の目を見る日が来るといいですね。

大人気のプレミアム商品券を買いに郵便局へ。長い列に並んでいたら、途中で気分が悪くなり吐き気が…。熱中症の疑いで救急車で運ばれました。しかし近くの方がお薬を買ってきてくださったり人の温かさを感じました。



りんごさん(磐田市) / 70代女性

【編集より】熱中症は本当に怖いですね。皆さんも夏だけではなく一年を通してこまめに水分補給を。

静岡県 一押しグルメGuide

各エリアのテイクアウトができるオススメのお店をご紹介します! 掲載したお得なクーポンを使ってお店に行ってみよう。新しい発見があるかもしれませんよ!

Apron Coupon (レストラン 食楽工房)

ディナータイムBコース以上のご注文で **ソフトドリンク一杯サービス**

※コピー不可 ※ほかの割引と併用不可 ※本クーポンの換金・譲渡・転売等禁止 ※詳しくは店舗にお問合せください

有効期限:2021年3月31日

Apron Coupon (cafe restaurant BOSCO)

単品のソフトドリンク **100円OFF**

(イトイン・テイクアウトどちらも利用可能) ※ランチセット使用不可

有効期限:2021年3月31日

Apron Coupon (CHICO★SPICE)

カレーのトッピング **1品無料**

※コピー不可 ※ほかの割引と併用不可 ※本クーポンの換金・譲渡・転売等禁止 ※詳しくは店舗にお問合せください

有効期限:2021年3月31日

shizuoka West

レストラン 食楽工房 TAKE OUT 実施中

リーズナブルな価格でコース料理を提供する洋食レストラン。ユニバーサルデザインを採用した店内で、高齢者や障害者の方も安心して外食を楽しんでいただけます。

静岡県浜松市北区細江町気賀2551-203 ☎053-522-5312

【営業時間】ランチ 11:30~14:30(L.O.13:30) / ディナー 18:00~21:00(L.O.20:00)

【定休日】火曜日・第一月曜日(祝日の場合は営業)

shizuoka Central

cafe restaurant BOSCO TAKE OUT 実施中

オクシズの豊かな自然の中でパスタやリゾートなど、本格的なイタリアンが楽しめるカフェ。農家から直接仕入れた新鮮で珍しい季節の野菜も魅力です。

静岡県静岡市葵区落合742 ☎090-4254-7878

【営業時間】11:30~17:00(夏季18:00) [定休日]月曜日・火曜日

TAKE OUT 【お渡し時間】11:30~17:00(夏季18:00) 【メニュー例】ナポリタン等(お持ち帰りができないメニューもあります。)

shizuoka East

CHICO★SPICE(チコスパイス) TAKE OUT 実施中

カレーやスパイスを使った料理のお店が、7月にオープン! テイクアウトもでき、自宅でも本格スパイスを堪能できます!

静岡県田方郡函南町間宮680 ☎080-6712-2988

【営業時間】モーニング 7:00~9:30 / ランチ 11:30~15:00 / ディナー 17:30~22:00

【定休日】日~水曜日ディナー・木曜日

TAKE OUT 【お渡し時間】7:00~9:30 / 11:30~15:00 【メニュー例】かつお出汁のトマトチキンカレー 850円



エプロンからのお知らせ

読者のみなさんと一緒に作る暮らしのマガジン「エプロン」では、みなさんからの便りやご応募をお待ちしています！

お便り・ご応募 募集中

プロカメラマンが撮影！ エプロン表紙モデル大募集

家族の思い出に「エプロン」の表紙を飾りませんか？

- ✓ **モデル特典**
撮影写真のデータ(CD)をプレゼント！
- ✓ **応募方法**
下記「Webフォーム」もしくは「お手紙」から、必要事項を記載いただき、お写真を添えてご応募ください。
- ✓ **送り先住所**
〒420-0034 静岡市葵区常磐町2-6-8
株式会社 TOKAI エプロン「読者モデル募集」係

- 記載事項**
- ①お名前 ②ご住所 ③年齢 ④電話番号
 - ⑤ご家族の紹介(エピソードなど) ⑥お写真

※お送りいただいた個人情報は、冊子づくり・プレゼント発送以外の目的には使用しません。
※お送りいただいた写真などは返却できません。ご了承ください。
※撮影をお願いする方には、後日詳細をご連絡申し上げます。

今号のモデル



清加 さん
功一 くん(3歳)
史弥 くん(1歳)

仲良し兄弟な2人。撮影中に泣いてしまった史弥くんのことを、功一くんが落ち着くまで優しく待っていてくれました。表紙写真でおいしそうに食べているおやつは、おばあちゃん手作りの愛情おやつだそうです！

がっかりな話 vs ほっこりな話

「がっかりな話 vs ほっこりな話」に掲載する、読者のみなさんのエピソードを大募集！

- ✓ **採用特典**
エピソードが採用された方に、「図書カード」をプレゼント！
- ✓ **応募方法**
「同封のハガキ」もしくは下記「Webフォーム」から、必要事項とエピソードを記載の上、ご応募ください。

ココをチェック！ エプロン公式 Instagram 更新中！

エプロン公式Instagram更新中！
ぜひチェックしてみてください♪

Follow Me! apron01tokai



WEB フォーム 応募はこちら！

各企画や表紙モデル、読者プレゼントへの応募はWebフォームのご利用が便利です！

apron01tokai.com

QRコードからラクラク入力▶



読者プレゼント

ご希望のプレゼントを同封のハガキの「読者プレゼント」欄にご記入いただくか、上記Webフォームよりご応募ください。
※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

応募締切
2021年3月31日(水)
当日消印有効



LIBMOから今話題の大容量プランが新登場！

わかりやすく
ていねいに
ご対応します！



30ギガ割



LIBMO(リブモ)から話題の大容量プラン「30ギガ割」が登場！
通信制限を気にせず楽しみたい、動画やSNSの長時間利用を格安で
利用したい方など、まずは専門スタッフにご相談ください。

キャンペーン期間：2021年3月31日まで

キャンペーン1

30ギガ通常料金 ~~5,880~~ (税抜) ※1 円/月

音声通話
機能付
+700 (税抜) 円/月

30ギガ **2,780** (税抜) ※2 円/月

データ通信専用SIMの場合

●契約事務手数料3,000円/回線かかります。



データ容量を気にせず
快適な生活を楽しむ
大容量プランが新登場!!
近年スマートフォンの利便性
が高まり、SNS・動画・音楽・
ゲームなどの利用による大容
量のデータ通信を必要として
いるユーザーが増えつつありま
す。さらに、新しい生活様式に
よるオンライン学習やテレ

ワークなど今まで以上に通信
量が増えた人もたくさんいる
のではないのでしょうか。
大容量プランでも月額使用
料は抑えたい方にお勧めした
のが、LIBMOイチオシの
「30ギガ割」。今ならキャンペ
ーンでお得に快適な生活を始め
ることが出来ます。ぜひお問い
合わせください。

キャンペーン2

上記キャンペーン1が **最大3ヵ月間 0** (税抜) ※3 円/月

今だけ
おトク!

さらに! TLCカサトクプラス
TLCポイント
プレゼント!

LIBMOを新規
ご契約でもらえる!

ご契約時 **2,000** TLC
ポイント

ポイント付与には条件がご
ざいます。詳しくはTLCカサ
トクプラス適用条件※4をご
確認ください。

※1 通常料金とは、SIM機能およびデータ通信プランの標準月額利用料を合算した金額です。※2 データ通信専用SIMで30ギガ割とTLCプラス500を適用した場合の月額利用料となります。※3 最大3ヵ月間0円/月は、データ通信専用SIMの場合となります。※4 TLCカサトクプラス適用条件: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条件です。②TLCポイント付与は、新規にご契約いただいたサービスが対象です。③別途、TLCカサトクプラス専用申込書の提出が必要です。

お問い合わせや
お申込みは
こちら

TOKAIネットワーククラブ事務局
0120-696927

[月~金]10:00~20:00 [土・日・祝]10:00~18:00
電気通信事業者名:株式会社TOKAIコミュニケーションズ 電気通信事業者登録番号:第171号

1 資料請求

詳しい資料をご希望の方はエプロンに同封されているハガキのアンケート項目にある「格安スマホ」にチェックを入れてポストに投函してください。



2 申込み

3 ご利用
開始

詳しくは
Webへ



※表示価格はすべて税抜です。※本広告の内容は、2020年12月現在のものです。