

エプロン

vol. 182
APRON 2018

特集

つくる、飾る、
初夏のスワッグLIFE



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**

*エプロンは毎年、年3回(2月・6月・9月頃)発行いたします。

※詳しくは裏表紙を
ご覧ください



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11」

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11」
コントロールボックス

無料で
お見積もり
いたします

- ブロードバンド回線利用で、通話料無料!
- 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。

機器お買取プランでも、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

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

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か所の連絡先
に通報します。

**通報
タイプ**

**出動
タイプ**

警備員が現場に出動。
必要に応じて救急車な
どを手配します。

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

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

{ 今月号のモデル }

Apron Mama + Kids



「モデル」高遠愛恵さん・ひかりちゃん
「ご家族」紅林沙智恵さん・勇翔くん・実和ちゃん

春の始まりを感じる中、沼津で撮影がスタート★ 今回のモデルは、ちょっぴり人見知りのひかりちゃんと笑顔が素敵なお母様♪最初は不安でいっぱいひかりちゃんでしたが、撮影が進むにつれて緊張がほぐれ、自然な笑顔の一枚が撮れました♪ 最後は一緒に来て下さった妹様ご家族と揃ってバシッ★ ご協力ありがとうございました♪(編集Sより)

撮影場所 | **ANTIQUE DOOR**
静岡県沼津市大岡1972-6

{ 今号のプレゼント }

「TLCチケット3,000円分」
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 8/31(金) 消印有効



※写真はイメージです。

有効期限 **TLCチケット**
発行日より半年間

※チケットの裏面に有効期限が記載されています。

TLCチケットとは?
TLCチケットとは、飲食店・レジャー施設等で代金のお支払いに金券のように利用できるTOKAIグループ発行のオリジナルチケットです。

TLC会員サービスについて詳しくはコチラから!
TLC会員サービス **検索**
<https://tlc.tokai.jp>



撮影スタジオを借りて
プロカメラマンが撮影をします!

エプロン表紙モデル募集!

お子さまと、ご家族の思い出に
「エプロン」の表紙を飾りませんか?

モデル特典
撮影で使用了お子様の衣装・
撮影写真のデータ(DVD)をプレゼント!!



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、撮影についての詳細をご連絡差上げます。

※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。
※表紙の撮影は、お子様とお母様がメインになります(お父様でも可能です)。

送り先住所

〒420-0034 静岡県葵区常磐町2-6-8
株式会社TOKAIエプロン「読者モデル募集」係

0120-090-917 (平日 9:00~17:00)

※お送りいただいた個人情報は、冊子づくり以外の目的には使用いたしません。

リースより簡単! スワッグを作ろう



コツを押さえれば意外と簡単。
季節の草花でスワッグを作ろう。

使う物

- ミニひまわり ●レモンリーフ
- ユーカリ・グニー ●はさみ ●麻紐
- ジュバタム (スモークグラスでも代用可)



作り方

step
1



…… 選ぶ ……

用意した草花の中から、細くて先がキレイな葉っぱを選び、中心に据える。

step
2



…… 長さを決める ……

中央の葉っぱをもとに完成形の大きさ(長さ)を決め、余分な枝をカット。飾る場所に合わせて長さを決めるのがポイント。

step
3



…… 下処理 ……

紐を結ぶ位置(手で握る位置)を決め、その位置よりも根本側の枝をカット。葉も取り除く。

step
6



…… 仕上げ ……

茎を同じ長さに切りそろえたら完成。麻紐の上からリボンを巻くなど、お部屋の雰囲気に合わせてアレンジを加えても◎。

step
5



…… 紐で縛る ……

麻紐を20センチくらい残して巻きはじめ。次第に乾いて茎がやせていくので折れない程度にしっかり締める。

step
4



…… 束ねる ……

バランスを見ながら草花を束ねていく。花が大きなものは前に。同じ長さの草花が重ならないように少しずつ長さを変えるのがコツ。

POINT 2

扇型に広がる形ではなく、アーモンド型になるように意識するのがバランスよく仕上げるコツ。



POINT 1

Step3でカットした草花を、束ねるときに一番手前に入れてみて。隙間が埋まって形がまとまりやすくなります。



つくる、飾る、初夏のスワッグLIFE

ナチュラルな存在感を放つスワッグ。
手軽に作れて部屋を爽やかに演出する
今、注目のアイテムです。



ドイツ語で「壁飾り」を意味するスワッグ。花束状にまとめたものを吊るすのが一般的で、ヨーロッパでは「魔除け」や「幸福を呼ぶ飾り」としても親しまれています。

ドライフラワーを使って作る場合もありますが、今の季節ならフレッシュなグリーンや生花を用いてドライに変化していく過程ごと楽しむのも一興です。クリスマスやイメージが強いリースとは異なり、季節の草花やハーブを使って一年中楽しめるのがスワッグの魅力。吊るすだけでなく、場所を取らず、シンプルな材料で作れるのもいいですね。

ここでは、やさしくナチュラルな雰囲気を放つスワッグを暮らしに取り入れるヒントをお届けします。

一例を紹介！スワッグのある風景

さまざまなシーンに取り入れて心豊かに暮らそう



キッチン



食べられるスワッグ

来客をもてなす日の朝は、庭のハーブを摘んでスワッグに。葉をちぎってお湯を注げば、フレッシュなハーブティーの完成。

→使用花材 ミント2種、オリーブ、フェネル、ローズマリー、セージ、ラベンダー、ニオイミレ

玄関



大ぶりのスワッグ

玄関のドアを開けると目に飛び込んでくる大ぶりスワッグ。丸いフォルムのあじさいが優しいインパクトを与えてくれる。

→使用花材 あじさい（輸入）、エリンジウム、レモンリーフ、柳葉ユーカリ

ドアノブ



小ぶりのスワッグ

ドアノブにひっかけるタイプのコンパクトなスワッグ。色彩の美しい黄色のゴールドスティックが部屋を明るく印象に。

→使用花材 リモニューム、ゴールドスティック、ユーカリ・グニー、柳葉ユーカリ

窓辺



風に揺れるスワッグ

細葉のグリーンをあえて長くたらし、流れるようなシルエットに。風に揺れるたびユーカリの爽やかな香りが部屋中を駆け巡る。

→使用花材 ユーカリ・グニー、柳葉ユーカリ、バンクシア

スワッグ memo

*ギフトとして贈るなら

- ヨーロッパでは幸福を呼ぶアイテムとして贈り物としても喜ばれている
- スワッグ。うす紙で巻いてラフィアで結ぶだけでセンスのいいギフトに早変わり。型崩れを防ぐため、先方にはできるだけ早く吊るすように伝えよう。



*結び紐でアレンジ

- 草花を束ねた紐を隠すだけでなく、スワッグにアクセントを加える役割も担う結び紐。麻紐やラフィアといった天然素材のもののほか、割き布、ペロアのリボンなどもよく合う。



おしゃれなリボンを使ってプレゼントに！

スワッグ作りに オススメの草花

乾燥しても形が変わりにくいものや、ひとつプラスするだけで、センス良くまとまる草花を紹介します。

一年中

手に入りやすい

万能グリーン

◆ダスティミラー

白いふわふわ感のある葉が美しい植物。和名は白妙菊。乾燥しても色褪せにくいのがうれしい。

◆ユーカリ・グニー

種類豊富なユーカリの中でも丸い葉が特徴のグニー。ドライにすると葉の香りが増すため癒しの効果も。

▲レモンリーフ

レモンの形に似ている葉が特徴。ドライにするとシルバー系の色味に変化する。丈夫なため扱いやすい。

▲バイレヤナ

表はグリーン、裏はゴールド。葉の表と裏で色が異なるのが最大の特徴。個性的なアレンジに。

◆バンクシア

インパクトのある円筒状をした花の頭部には何百という小さな花のつぼみが密集。オーストラリア原産。

◆スターリンジア

モコモコした形状の花がスワッグにメリハリを加えてくれる。乾燥しても色・形ともにほとんど変化しない。

◆スターチス

花自体に水分が少ないためドライフラワーに最適。乾燥も早く色もきれいに残しやすい。

▲エリンジウム

花だけでなく茎まで色づく。形状が印象的で長もちするのでドライフラワーとしても多用される。

▲あじさい（輸入）

存在感があって形が変わらずドライになる花。産地国を変えて一年中手に入る。

◆スモークツリー

花姿が煙のように見えることから名付けられた植物。スワッグの程よいアクセントとして人気。

お手入れの注意

1 手袋をはめて安全にお手入れを。

細かい箇所や見えにくいところなどのお手入れには、安全のために手袋を使いましょう。

2 ガス栓を閉めてから。

お手入れの前には必ずガス栓を閉めましょう。

3 用途に合わせた洗剤でお手入れを。

ベンジン、シンナー、みがき粉などは、ガス器具の変質、変形、傷の原因になりますので、絶対に使わないでください。

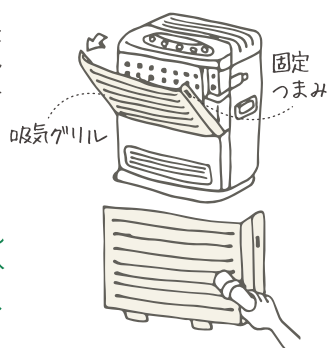
4 電源プラグを抜いてから。

必ず乾いた手で電源プラグをコンセントから抜きましょう。ぬれた手で抜き差しすると、感電やけがをすることがあります。

吸気グリル

お手入れ目安 月1回

左右の固定つまみを押しながらか手前に引いて、吸気グリルを取りはずした後、掃除機などでよく掃除してください。



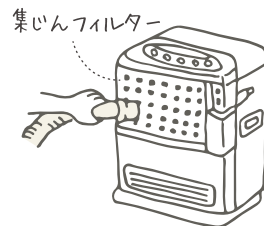
注意

汚れのひどい時は、水洗いしてください。その際は、布で水分を拭き取り、陰干しさせた後、取り付けてください。

集じんフィルター

お手入れ目安 月1回

掃除機などでよく掃除してください。



注意

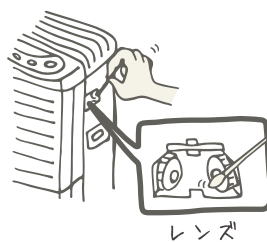
掃除機の吸い口で押さえずぎたり、水洗いなどは絶対にしないでください。

※構造が異なるタイプもあります。
※集じんフィルターや脱臭フィルターは、取扱説明書に記載の時期に交換してください。

ダストセンサー(空気清浄ファンヒーター)

お手入れ目安 3～6ヶ月に1回

ダストセンサーのレンズ(2カ所)を、綿棒でていねいに拭いてください(洗剤・アルコールなどは使わないでください)。



TOKAI Clipboard 02

今年の冬のために、キレイにしよう!

ガスファンヒーターのお手入れ術

昨年冬に使い終わったガスファンヒーター、そのまま収納していませんか?
この機会に、気になる汚れを取りましょう。



エアフィルター

お手入れ目安 月1回

掃除機などでよく掃除してください。また、油などで特に汚れている場合は、中性洗剤でよく洗い、十分に乾燥させてください。



注意

エアフィルターは外してお手入れしましょう。直接布などで拭くと、目詰まりすることがあります。外した後、必ずもとの位置に確実にセットし、ねじを締めてください。また、ねじをはずす時かたい場合は、+またはドライバを使用してください。

※アレルバスターフィルター・スーパーアレルバスターフィルターの場合

アレルバスターフィルター・スーパーアレルバスターフィルターがある場合は、電気掃除機などで掃除してください。



注意

水洗いは効果が低下するので絶対にしないでください。
※アレルバスターフィルターやスーパーアレルバスターフィルターは、取扱説明書に記載の時期に交換してください。

温風吹出口

お手入れ目安 月1回

ほこりを掃除機で吸い取ったり、やわらかい布などで拭き取って掃除してください。

注意

掃除機の吸い口で、温風吹き出し口のルーバーを曲げないようにしてください。特に掃除機の吸い口は奥に入れないでください。

※機械内部にホコリが溜まっている場合は、点検をオススメします。



TOKAI Clipboard 01

安心・安全、そしてガスの無駄を防ぐ!

Siセンサーコンロ

安心・安全機能がついたSiセンサーコンロ。

毎日の料理中に起こる「つい、うっかり」を未然に防いでくれる心強い味方です。

キッチン機器を見直そう!



調理油過熱防止

鍋の過熱を防ぎ、揚げもの調理に安心を。

温度センサーが鍋底の温度を検知し、油温を常にチェック。油温が約250℃を保つように自動的に火力を調節し発火を防止します。



※少量の油の場合にはセンサーが正しく作動しないことがあります。200ml以上の油量でお使いください。
※一部機種の小バーナーにおいては約250℃に達すると自動的に消火します。

立消え安全装置

吹きこぼれても自動で消火。

煮こぼれや風などでバーナーの火が消えても自動的にガスを止め、ガスもれを防ぎます。

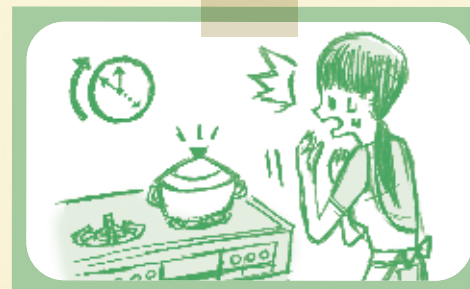


消し忘れ消火

万一火を消し忘れてしまっても大丈夫!

長時間の煮込み料理などで火を消し忘れても大丈夫。自動的に消火します。

※自動消火の時間は機種により異なります。



焦げつき自動消火

煮ものが焦げつくと消火

料理の焦げつきを初期段階で検知して自動的に消火します。

※調理の種類、鍋の材質、火力により焦げつき具合は異なります。



TOKAIお客様センター

0120-987-242

(受付:9:00～19:00 年間数日のお休みを頂きます。)

音声による宅配発注サービスを開始!

音声操作ができ、ハンズフリーで利用できるスピーカー「Amazon Echo」。
話しかけるだけで、簡単にお水を注文いただけるようになりました!



Alexaアプリをダウンロードし、「トーカイ水」を検索。

「トーカイ水」スキルを有効にする。

「アレクサ、トーカイ水(みず)を開いて」で利用開始。
配達日・ボトル本数等、質問に答えるだけでお水のご注文が完了。

JUST ASK amazon alexa

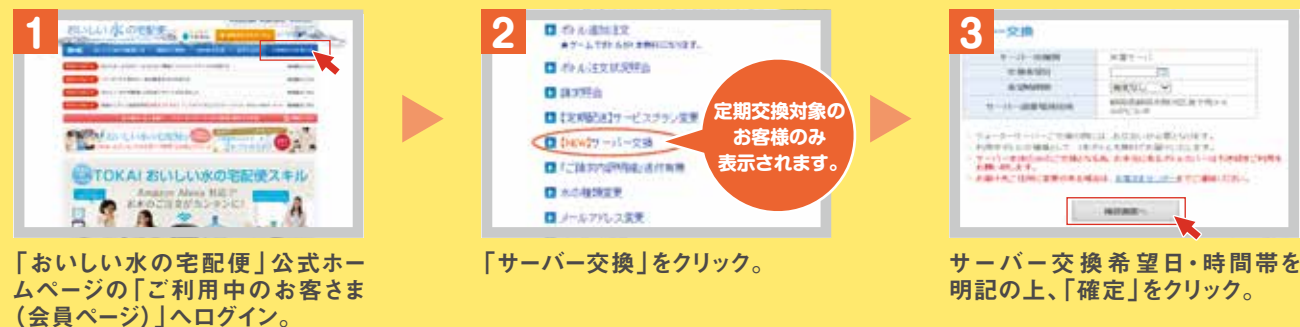
Amazon alexaとは?

Amazonが提供するクラウドベースの音声サービス。「アレクサ」と呼びかけるだけで反応する、より直感的な方法でデバイスと対話できる機能を提供します。



詳しくは <http://aqua.tokai.jp/alexa/>

ウォーターサーバーの定期交換がWEBからの可能に!



※ウォーターサーバーの定期交換は、お客さまセンターでも受付しております。その場合は、自動音声によるお手続きとなります。

ご注文は! TOKAI 水 検索

※お客様のご契約状況によっては、会員ページからお手続きができないサービスもございますのでご了承ください。その場合は、アクアお客さまセンター(0120-979-113)までご連絡ください。

「おいしい水の宅配便」LINE@アカウント誕生!

LINEにてお水の注文や定期配送のスキップの受付が可能となりました。
この機会にぜひ「おいしい水の宅配便」を「友達追加」して頂き、お水の追加注文等ご利用ください!

右記のQRまたはIDで検索!
@lbt79421

LINE@
友達追加はコチラ!



商品に対するお問い合わせ・お申し込み
アクアお客さまセンター

0120-979-113
[受付:9:00~18:00 数日のお休みをいただきます。]

わからないこと、困ったことなどがありましたら、なんでもご相談ください。
お引越しの際は、お早めにフリーダイヤルまでご連絡ください。

TOKAI 水 検索

ガス機器修理サービス

ガス機器の故障等による万一の場合にも「迅速」に対応し、
お客様の暮らしを守るTOKAIの「がっちりサポート10(サポテン)」誕生!

サポテン

がっちりサポート10



サポテンとは?

「がっちりサポート10(サポテン)」は、ご自宅でご利用中のガス機器が下記の原因で使用不能となった場合に無料で「修理」または「代替品」を提供する「ガス機器修理サービス」です!!

自然故障



POINT 1
無料修理
[上限10万円]

ガス機器が故障などにより使用不能になった場合、無料で修理が可能です。

落下



POINT 2
無料交換
[上限10万円]

故障したガス機器が修理ができない場合は、新品の同種機器と交換が可能です。

破損



POINT 3
購入先不問

日本国内で購入したガス機器であれば、他店で購入したガス機器も修理または交換の対象となります。

落雷



POINT 4
事前登録不要

ご自宅にある複数のガス機器が対象となります。事前登録は不要です。

対象機器例

自然故障は、購入後10年以内の機種が対象となります。落下・破損・落雷は10年以降も補償の対象となります。

ガスコンロ

ガス給湯器

ガスファンヒーター

ガス炊飯器

お客様が所有するガス機器が対象

家庭用ガス機器が対象

無料修理・交換は2回/年まで

ご利用料金

月額 350円 税別

ご契約条件

TOKAIグループが供給するLPガスサービスをご利用頂いているお客様に限りです。

詳しくは最寄りの各支店または各営業所へお問い合わせください。

エプログ

ウチの子一番

うちには4歳になったばかりの孫がいます。先日、幼稚園でクラスの男の子から「結婚しよう！」と言われたそうです。家族みんなで「何て答えたの？」と孫に聞くと「大人になってからねって言ったの」と返事をしたそうです。その大人びた返しに家族みんなで大笑いしました(笑)。

(富士市 アンパンマン様)

*告白をする幼稚園児の男の子も大人びていますが、アンパンマン様のお孫さんの返事はもって大人ですね(笑)。将来はしっかりしたお嫁さんになりそうですね。

懸賞で大好きな猫のぬいぐるみが当たったというポスターを見た2歳の娘。「これ欲しいな」と言うので、「当たればもらえるよ」と返すと、突然ポスターが貼つてある壁にガッン！と頭をぶつけました。娘は嬉しそうに「当たった！」と一言。「当たる」の意味を、「ぶつかって当たる」のほうに勘違いしたようです。その場に居合わせた店員さんといっしょに思わず笑ってしまいました(笑)。

(御殿場市 ハレン様)

*壁に当たればもらえるという発想は驚きですが、大好きな猫のぬいぐるみをゲットしたいという思いが伝わってきました。

チョット聞いて！

毎日、お風呂に入るときに、シャワーのお湯が出る前の冷水を流しているのが無駄だと感じています…。なので、その水をバケツに溜めて、お掃除のときに利用しています。また、浄水器の水も毎朝使用前に500mlのペットボトルに溜めて、庭のプランターの花に水をかけるときに利用しています。

(浜松市 懸賞生活様)

*一回のわずかなお水でもほとんど毎日無駄にしてしまうので、換算すると大量に消費してしまっていますものね！ 無駄にしない活用方法、とても素晴らしいです！

息子の彼女は、ブラジル国籍の20歳の女性です。そんな彼女に息子が「靴の中がクサイな」と言えば、「靴を履く前日の夜に新聞紙を詰めて、10円玉を入れておけば、臭いが取れるよ！」とアドバイスをしてくれるそうです。外見は外国人ですが、知恵や心はウチの娘たちよりも、日本人そのものです！私も頭が下がる思いです。

(浜松市 ぼん様)

*生活に役立つ知恵を知っている、しっかり者の彼女さんで頼もしいですね！ 私も見習わなくては…！

先日、マスクを着けて1歳3ヶ月の息子を抱っこしていた時のことです。息子が突然、私のマスクを引っ張り外しました。普段のママと違うから嫌なのかと思っていると、なんと！息子が私にチュウしてくれました♡この歳でこんなテクニクを持っていたなんて！ 息子は将来モテモテになりそうですね(笑)。

(富士市 あき★様)

*花粉症でツライママへのエールでしょうが、それにしても、こんな事をされたらメロメロになってしまいますね♡

うちには5歳の息子がいます。最近では保育園でサッカーにハマっていて、家でも風船をサッカーボール代わりにして猛練習中です！ 頭で風船を受け止めながら、「ヘリテイングできたよ！」と嬉しそうでした。ヘディングとリフティングが混ざっていました(笑)、必死に練習を頑張っています！

(沼津市 ピカぼん様)

*無邪気で一生懸命な息子さん、応援したくなりますね♡ サッカーの練習頑張ってください★



近所に息子家族が住んでいるのですが、私が荷物を持って家に帰ろうとすると、5歳と2歳の孫が「帰らないでー」「行っちゃいよー」と泣きながらしがみついています。家に帰るのは一苦勞ですが、孫2人に引き留められるのはとても嬉しいので、可愛くてたまらないです♡

(裾野市 エメラルド・ブルー様)

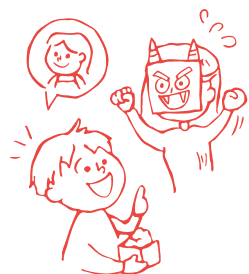
*お孫さんに寂しがれるところからも帰りたいなくなってしまうですね。きっとお二人はエメラルド・ブルー様の事が大好きなんですね♡



先日、コーヒーを飲むとしたときの事です。家に遊びに来ていた3歳の孫がウォーターサーバーの赤いボタンを押して、上手に熱いお湯をカップに注いでくれました。「おやおや？ チャイルドロックは？」と思いましたが、日頃、私がやっていたのを見ていたのかな？ 日々成長する孫にびっくりです！

(浜松市 ユキちゃん様)

*子どもは気づかないうちに大人のすることを覚えていくものなんですね。これからどんな色々なことを覚えていくお孫さんの成長が楽しみです☆



*子どもたちを楽しませようとした先生の優しいウインですが、純粋な息子さんを説得するのは大変ですね(笑)。

(浜松市 ちー様)

*息子さんの全てを受け止めたいという愛おしさが伝わってきました(笑)！ そんなママの愛情を受ける息子さんも幸せだと思います♡

(伊東市 ビッグマミー様)

我が家には、6歳の長男と3歳の次男がいます。春には3人目が生まれる予定なのですが、ちょうど小学校の入学式と幼稚園の入園式が重なってしまい、とても忙しい予感…。この忙しさも時が経てば家族の良い思い出になるのかな？ と思い、今は頑張ろうと思います！

(菊川市 H・M様)

*おめでたいことばかりで大忙しの春ですが、とても良い思い出になりそうですね♡



今度、息子夫婦の第一子の女の子が1歳の誕生日を迎えます。そして、翌月に主人の両親が二人とも誕生日が同じで、80歳の古希を迎えます。お二人は80歳を迎える歳には全く見えないほど若々しいです。今度、お祝いを兼ねて主人の両親と写真撮影に行く予定です。家族がこれからも健康でいてほしいなと思うばかりです。

(岐阜市 アーチャン様)

*同じ誕生日で古希を迎えられるのは素晴らしいですね！ ご家族の皆さんの今後の健康をお祈りいたします。

我が家に愛犬を迎えて2年が経ちました。犬を飼う前は、朝も時間ギリギリまで寝ていたかったのですが、毎日散歩に行けるか不安でした…。しかし、今では愛犬の嬉しそうな姿を見ると、雨が降っていてもどんなに寒くても、毎回欠かさず5時半に起きられるようになりました。犬を飼う前の不安が嘘のように、健康的な習慣が身に付いたので、私自身とても驚いています！

(藤枝市 ひだまり様)

*愛犬のお散歩に合わせた生活はとても健康的で、生活習慣が良くなりそうですね♡

我が家は、町の中心部から少し離れた丘に位置しています。時々、猿の集団がやってきて、庭に設けた我が家の菜園の作物を何の断りもなく持ち去って行きます…。ネットを張って作物を守っているのですが、なんとわずかな隙間から子猿が入り、手渡しで収穫しているようで困りものです…。

(浜松市 茶ばしら様)

*家庭菜園を持ち逃げする相手がお猿さんとは本当に困りましたね…。茶ばしらさんのお野菜はお猿さんたちにも美味しいと評判なのかもしれませんね！



先日、主人がスマートフォンデビューしました。早速、娘3人と無料のメッセージアプリを始めました。しかし、主人が携帯のメールのように長い文を書いている、娘たちからは即答で返信が返ってきます。そして、再び長文で返信する主人…。「これはいつ終わればいんだー」と嘆いていたので、絵文字とスタンプを使った返信のやり方を教えてあげました。それ以来、主人は「OK」の立て指をしたスタンプをよく使っています(笑)。

(各務原市 ちゃーちゃん様)

*メールより手軽に送れるので、とても便利ですね！ 私も急いで返したいときにはスタンプや絵文字のみで返しています(笑)。



もうすぐ小学2年生になるウチの長男が、今年のバレンタインで初めて本命に近いチョコをもらいました(笑)。もらった相手は年上の女の子からなのですが、「好き」と言ってもらえて嬉しそうですね。最近の小学生は大人びていますね！

(浜松市 ハルミナ様)

*初めての本命チョコ、とても嬉しいですね！ ホワイトデーのお返しは渡せたのでしょうか？



私には小3の息子がいるのですが、書いた本人も読めないくらい字が汚くて困っています…。口をすっばくして毎日のように「丁寧ね！丁寧を書くんだよ！」と言い続けていますが、どうにもこうにも上達する兆しが見えません…。一体、どうしたら丁寧に書けるようになるのでしょうか？ 皆さん、良いアドバイスがあれば教えてください！

(御殿場市 ちーぱん様)

我が家ではよく牛乳が余ってしまうのですが、それを利用する方法がホワイトシチューやグラタンくらいしかレパートリーがありません…。この他に牛乳を使ったおすすめレシピがあったら教えてください！

(沼津市 ミルクチョコ様)

我が家はみんな右ききなのですが、息子だけ左ききです。ひらがなを書く練習を始めたのですが、私が右ききなのでとても苦戦しています…。左ききの子に文字の書き方を教える良い方法ってありますか？

(浜松市 ぼつけ様)

教えて！エプロン



今年のお正月のことです。中学時代の
大親友から年賀の電話がきました。
最近、野菜が高く大根の皮まで食べ
ているとのこと。我が家は家庭菜園を
していたので、米、ネギ、漬け物など
を段ボールに入れて親友に送りま
した。翌日、彼女が「どうしよう、ど
うしよう！」とすごく喜んでくれま
した！ 彼女へのサプライズが成功
したので、主人と二人で嬉しいお正
月になりました。

(各務原市 T・M様)

＊野菜が高くなると、本当に困りま
すよね…。ご家庭で作っている作物が
お友達にも喜ばれてよかったですね！



我が家の知恵袋

セロリのあの独特のクセを取る方
法をお教えします★ ピーナッツ
バターと醤油をよく混ぜ、一口大に
したセロリを混ぜ合わせるだけ★
セロリのクセが苦手な方は、是非
一度お試しください！

(浜松市 おこじ様)

最近、我が家では自家製味噌作り
にハマっています！ 水で寝かせた大豆
を、2時間ほど鍋で煮ます。その後、
煮た大豆を潰し、人肌くらいになつた
ら塩切り麹を混ぜます。団子状にし
て空気が入らないよう樽に投げつけ
て入れます。とっても簡単なので、皆
さんもぜひ作ってみてください！

(浜松市 E・T様)

葉野菜を長持ちさせる方法をご紹
介します！ キャベツ、白菜、レタス
などの葉野菜の芯に爪楊枝を数本
(2〜3本)刺すだけで本当にビツ
クリするほど、野菜が傷みません。
半分でも芯があれば大丈夫です。ぜ
ひ試してみてください☆

(蒲郡市 カンさん様)

我が家のジャムの手軽な作り方を
紹介します★ 器にお好みのフルー
ツを入れ、電子レンジで3分あたため
るのを5〜6回くり返します(フルー
ツが煮上がったらOK)。お好みで砂糖
を加え、再び電子レンジで3分あた
ためて完成！ 焦がす失敗がないので
とってもおすすめです。

(熱海市 としちゃん様)

我が家は8匹の猫を飼っています。
室内飼いなので、爪が伸びやすく猫自
身も私も危険です…。しかし、爪切
りが嫌いな子が多く、爪を切るのに
一苦労…。そんな時は、洗濯ネットに
入れると大人しくなります！ 洗濯
ネットから猫の爪だけを出して切っ
ているため、危なくありません。

(下田市 ねこばさん様)

昨年漬けた梅酒の梅を引き上
げました。そのまま食べるには固かつ
たので、毎年捨ててしまっていました。
しかし、もはや試したと思い、圧力
鍋で2〜3分煮てみると、とても柔
らかくなりました。さらに、その梅の
種を取り除き、砂糖を少々加え、5分
ほど煮るととてもおいしい梅ジャム
になりました。皆さんもぜひ試して
みてください★

(掛川市 YOKO様)

余りやすく、湿気やすい味付け海苔。
佃煮にすれば良いのですが、うまくで
きず料理下手なのかと落ち込んでい
ました。しかしある時、味噌と味付け
海苔をお湯で溶かし、即席味噌汁を
作ってみました。これがなかなかおい
しんです！ 塩分の取りすぎは注意で
すが、ぜひお試しください★

(掛川市 ひなた様)

教えて！エプロン 回答編

181号「入学前に教えておきたい
こと」でお悩みのきーくんパパ様へ

最近、学校の先生に聞いたのですが
「学校のトイレは和式なので、使い方
がわからない生徒が多いため教えて
います」とのこと。また、「家では用を
済ませると自動で水が流れるので、
水を流すことも知らない生徒もい
ます」と言っていました！ 今ではほ
とんどの家では洋式ですものね…。
勉強だけでなく、これから通う学
校生活についても教えてあげると
良いかもしれませんね！

(富士市 T・A様)

181号「夜中になかなか寝てく
れない我が子」でお悩みのあつき様へ
部屋の電気を消す、絵本を読む、
親と一緒に寝てしまうのが良いか
と思います。我が家では私が疲れて
寝てしまったら、気がつく子ども
も寝ていたことがよくありました。
また昼間はいつぱい体を動かして
あげると、疲れて寝てしまうこと
もあります。全て基本的なことか
もしれませんが、ぜひやってみて
ください！

(藤枝市 かみママ様)

◆◆ エプログにちょっとプラス！ ◆◆

エプログけいじばん

ママさん日和川柳・2連発！

エプログ活性課



一句

赤い服
還暦むかえ
なお若く

静岡県 ハルちゃん様

【一言】還暦を迎えて赤色のお洋服
が映えるのはとてもステキですね！
これからも元気で若々しく、楽しい
日々になることを思います！

一句

元氣よく
パパと呼ばれる
私ママ

沼津市 ぶりけつママ様

【一言】ママとパパを呼び間違えてし
まったのでしょうか(笑)。子どもあ
るあるな出来事で、思わずクスツと
笑ってしまう一句です！

その他のコーナーもまだまだ募集中！

ウチの子 だいすき

ウチのミーちゃんとはにかく昼寝
が大好き！ など皆さんのお家
のかわいいペットたちの写真と
エピソードを募集します。

写真つきで
ご紹介★



写真館

おもしろ
びっくり

日常やお出かけ先で見つけた

びっくりした瞬間 ほんのぼのシーン
不思議な景色 おかしな標識

などを大募集です！
写真にコメントをつけてお送りください。

エプログでは皆さんからの便りをお待ちしています

【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。

エプログけいじばん 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「エプログ」係

※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。

また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

【エプログけいじばん】

「ウチの子だいすき」「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、皆さん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

をドシンドシ応募ください！

※ご応募については左記をご覧ください。

採用された方には
「QUOカード」を
プレゼントします！

写真を
いれてね



表示価格はすべて税抜きです

ご家庭の通信費の 節約をサポート!

TNC **ヒカリ**
TOKAI NETWORK CLUB



TNCヒカリなら
毎月のネット料金がおトクに!

安心TO快適スタート割

TNCヒカリの光回線+プロバイダ料金

ファミリー(戸建住宅)タイプ

1年間 **4,800円/月~**

※TNCヒカリ、ファミリータイプの安心TO快適スタート割適用時の料金です。適用期間終了後は、5,100円/月となります。
※安心TO快適スタート割の適用には別途指定の適用条件があります。
※詳しい適用条件等は、当社ホームページをご覧ください。
※2年バリューバック適用時の料金です。2年単位(自動更新)での契約となり、更新月前後1ヵ月以外で解約された場合は契約解除料12,000円がかかります。

TNCヒカリについて詳しくは

<http://www.tnc.ne.jp/hikari/>



格安モバイルサービス

LIBMO

リブモ



LIBMOなら
毎月のスマホ代がおトクに!

3つのサービスが付いたおすすめプラン



データ通信



音声通話



SMS

3GB
プラン

1,580円/月~

※別途、契約事務手数料(3,000円/回線)、国内通話料(20円/30秒)、SMS送信料(3円/通〜)がかかります。また、端末代は含まれておりません。
※ご利用開始から1年以内に音声通話機能付きSIMを解約された場合、契約解除料9,500円がかかります。

LIBMOについて詳しくは

<http://www.tnc.ne.jp/libmo/>



さらに **光インターネットとLIBMOがセットでおトク!**

SIM+光
セット割

TNC **ヒカリ**



LIBMO

インターネット回線
月額利用料から

毎月
最大

300円/月割引!!

※LIBMO データ通信プラン(10GB/20GB/30GB)をお申込みの場合

TNC **www.tnc.ne.jp**
TOKAI NETWORK CLUB

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

TNC 検索

<http://www.tnc.ne.jp>

※本広告の内容は、2018年4月現在のものです。

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?

「レシピのぽっけ」
募集中です!

*応募方法は、13ページ下を
ご覧ください。

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] {賀茂郡松崎町 T・T様より}

大根のやさしい甘みが引き立つ、時短レシピ

大根ステーキ

材料

*大根(またはカブ)・・・1/4本
*油・・・小さじ1

A [*醤油・・・お好み
*塩・・・お好み
*金山寺味噌・・・お好み

STEP 1 大根(またはカブ)を1センチほどの輪切りにし、電子レンジで温めてやわらかくする。

STEP 2 フライパンに油を引き、1を焼き目がつくまで炒める。

STEP 3 焼き上がったら、お好みでAの調味料を付けて召し上がれ♪

Recipe[2] {浜松市 H・O様より}

おでんじゃない、フライでもない。静岡ご当地食材の新メニュー

黒はんぺんのピザ

材料

*黒はんぺん・・・10枚
*ケチャップ・・・適量

A [*ピーマン(輪切り)・・・1個
*タマネギ(うす切り)・・・1/2個
*スライスチーズ・・・適量

STEP 1 黒はんぺんの片面にケチャップを塗る。

STEP 2 1の上にAを盛り付ける。

STEP 3 2をオーブントースターで焦げ目が付くまで焼いたら出来上がり♪

Recipe[3] {掛川市 呑み道楽様より}

おやつにもグー! もっちり美味しいユニークかぼちゃ団子

たこ焼き風・パンプキン団子

材料

*かぼちゃ・・・1/4個
*天ぷら粉・・・適量
*だし粉・・・25g

A [*タコ(角切り)・・・100g
*青ネギ・・・1/2束

B [*おかか・・・お好み
*お好みソース・・・適量

STEP 1 かぼちゃをレンジで加熱し、皮をむいてつぶした後、Aの具材とまぜ合わせる。

STEP 2 1にだし粉を加えて一口サイズに手で丸める。

STEP 3 2に天ぷら粉をまぶして油で揚げた後、お好みでBをかければ完成♪

*掲載レシピは、読者の皆さまが送ってくれたレシピに、編集部がアレンジを加えたものもあります。