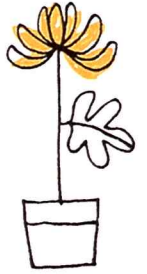
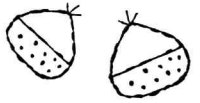


くろちゃんだより



こんにちは！多治見地区担当の宮川です。
 まだまだ暑さも残る9月ですが、みなさん、いかがお過ごしでしょうか？
 暦の上ではもう秋、夏の疲れが出たり、季節の変わり目で生活のリズムも崩れがちになり、食欲が低減したり睡眠不足になりがちですが、秋には免疫カアップの旬の食べ物がたくさんあります。かぼちゃや、さつまいも、しめじなどのキノコ類、サンマ、さばなどの魚、ぶどうや梨など”味覚の秋”を楽しみましょう。また、秋は月がきれいな時期なので、忙しい日々の合間にちょっと月を眺めてリラックスしてみるのもおススメです。
 体調管理に気をつけて、お元気にお過ごしください。！



日頃のご愛顧に感謝！！



総勢 **200** 名様以上のお客様に当選のチャンス！！

今秋の1万人大感謝祭が開催延期となりましたのでイベントに代わるお楽しみ企画をご用意しました！



<スケジュール>

- 宝くじ券配布：2020年9月2日～10月30日
- 抽選：2020年10月31日
- 当選番号発表：2020年11月2日～

(弊社 ホームページ、店頭、「くろちゃんだより」にて)



秋に旬を迎えるきのこくろみを使ったレシピをご紹介します。



◎きのこの洋風ピラフくろみ風味

材料(4人分)

- 米3合 ● しめじ1パック ● しいたけ3個
- エリンギ大1本 ● バター大さじ2と1/2
- 水540ml ● コンソメスープの素1個
- 塩小さじ1と1/3 ● くろみ40g
- スプラウトあれば適量



作り方

1. 米は1時間ほど前にといでざるに上げ、乾かす。
2. しめじは石づきを取り除いて小房に分け、長いものは半分に切る。
しいたけは石づきを取り除いて1.5cm角に切る。
エリンギは半分の長さに切り、棒状に切る。
3. くろみはホイルにのせて両面焼きグリル(上火、下火・強)で1分30秒 2分、焦がさないようにあぶり、粗みじん切りにする。
4. 炊飯鍋に大さじ2のバターを熱して米を炒め、透き通って米が重くなったら、きのこ類を入れて炒め合わせる。水を加えて塩とコンソメを砕き入れ、蓋をしてコンロの炊飯機能で炊く。
5. 炊き上がったらくろみを混ぜ、バター大さじ1/2を落として混ぜ合わせ、器に盛ってスプラウトを散らす。





ももちゃんの暮らしきらめく豆知識!

◎台風襲来の特異日 (9月17日、26日)

特異日(とくいび)とは、その前後の日と比べて偶然とは思われない程の高い確率で、特定の気象状態(天気、気温、日照時間など)が現れる日のことです。9月は12日も雨の特異日となり、豪雨や台風にも備えましょう。

ちなみに1月16日は晴れの特異日、3月30日は雨の特異日、8月18日は猛暑の特異日、11月3日は晴れの特異日など1年を通して色々な特異日があります。



<日頃の備え>

- 屋根の瓦、トタン板などの破損がないかを確認する
- 屋根、壁、窓からの雨漏りがないかを確認する
- アンテナの傾き、固定の緩みがないかを確認する
- プロパンガスボンベが固定されているかを確認する
- エアコン室外機が固定されているかを確認する
- 雨どい、側溝、ベランダの排水溝の詰まりはないかを確認する
- 雨戸がない窓のガラスに「飛散防止用フィルム」を貼る
- 浸水するおそれがある家屋は土のうを準備する

<直前に対応できる備え>

- 庭、ベランダの飛びやすい物は片づける
- 植木は固定する
- 植木鉢は室内に入れる
- 物干し台は倒し、物干し竿は地面に置く
- ガレージのシャッターは完全に降ろして施錠する
- 窓はすべて施錠する。雨戸がある窓は雨戸をしめる。雨戸がない窓は周囲をテープで目張りする(サッシのレール部に新聞紙を棒状に丸めて置く)
- 風呂の浴槽に水をためる
- 携帯電話を充電しておく



<備蓄用品のコツ>

コロナ対策には、経口補水液や各種スポーツ飲料のペットボトル、粉末タイプのスポーツ飲料、栄養補助ゼリー飲料、レトルトタイプのおかゆなど、ご家族が倒れたときに看病できるだけの物資を備えておくといいでしょう。

災害で流通が不安定になると、野菜や果物が手に入らず野菜不足になりがち、災害用の長期保存が可能な野菜ジュースを非常食に加えておく安心です。使う機会がなく賞味期限が近づいたらカレーの隠し味やスープにも使えます。

◎くろちゃん川柳倶楽部からのお知らせ

秋:「食欲の秋」をテーマにした川柳を募集中
秋といえば 新米 さんま、栗、ぶどう、さつまいも、松茸...、美味しいものがいっぱい!
そこで一句! 食べて楽しみ! 川柳で楽しみ!
実りの秋を楽しみましょう。

実りの秋の一句
心のゆとりが生まれます。
皆様の作品をお待ちしております。



<応募先> 葉書又はfaxでお願い

「氏名・住所・年齢・電話番号」をご記入の上

〒509-5122 土岐市土岐津町土岐口705-4
Tel:0572-55-2169 Fax:0572-55-2173

石黒商事 東濃エネルギーセンター

くろちゃん川柳倶楽部 担当 三浦・井戸



<秋の川柳応募締切> 令和2年11月末日(当日消印有効)

<夏の空>をテーマにした作品紹介>

夏の空	見上げて祈る	皆の無事	もんぶらんさん
夏の空	一番星に	願いかけ	マロンさん
夏空に	飲ませたいよ	解熱剤	美恵子さん
待たれるは	入道より	鰯雲	八千代さん

◎2020年(令和2年)のお月見

秋といえば、月がキレイに見える季節。

「十五夜」は1年で最も月が美しいとされます。

”中秋の名月(ちゅうしゅうのめいげつ)”とも呼ばれ、「秋の真ん中に出る月」という意味があります。(今年は10月1日(木曜日)です。)

十五夜の次に美しいとされるのが、およそ1ヶ月後に巡ってくる「十三夜」です。(今年は10月29日(木曜日)です。)

お月見は、美しい月を鑑賞するとともに、秋の収穫を感謝する行事です。

お月見の夜は、月見団子(だんご)、里芋、栗、枝豆、秋の果物など収穫物をお供えし、ススキや秋の七草を飾ります。江戸時代のお月見は、十五夜と十三夜はセットで見るのが基本だったそうです。

澄んだ大気に包まれ、美しい月を眺めたり、虫の声に耳を傾けたりしながら、ゆったりと心を癒してみたいかがでしょう。

いいね!フォロー
おねがいします!!



石黒商事(株) 公式インスタグラム

https://www.instagram.com/ishiguro_inc

