

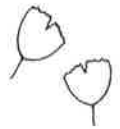
くろちゃんだより



今年も残すところ2か月となりました。皆様いかがお過ごしですか？
土岐口・泉・肥田・土岐市駅裏地区担当の林です。
きらめきレディーをスタートして1年が過ぎ、声を掛けて下さる方も増えてきて本当に嬉しく思います。



この仕事を始めて改めて「土岐は陶器の町」だと感じました。
お皿は100均で十分!と思っていた私も陶器屋さんでお皿を見る事が好きになりました。そしてこの地域には沢山の陶器祭りがあります。
陶器好きな母も陶器祭りの再開を心待ちにしています。



今年も感謝祭で皆様にお会いすることが出来ませんでした。来年こそは皆様をお迎えして、直接感謝を伝えられる機会が沢山あることを願っています。



「くろちゃん宝くじ2021」当選番号発表!!

令和3年 LPガス保安カレンダー賞品 当選番号一覧表

| 等 | 当選番号 |
|----|--|
| 1等 | 2名様 14716 17825 |
| 2等 | 5名様 10682 18089 19778 12875 18376 |
| 3等 | 10名様 10030 16656 13602 21508 13440 20804 16551 14873 13436 16801 |
| 4等 | 20名様 11271 11290 11780 12370 12675 13166 13555 13692 13749 14303 14565 14709 15638 16755 18719 19157 20034 20576 20907 21799 |
| 5等 | 200名様 末尾2ケタ共通...27 ...95 |

| 等 | 当選番号 | 賞品名 | 本数 | |
|----|--------------|-------|-----------------|---------|
| 1等 | 各組共通 下5ケタ | 28146 | お楽しみ 商品券 | 30本 |
| | | 25644 | | |
| | | 18241 | | |
| 2等 | 各組共通 下3ケタ | 859 | タオルセット (今治) | 350本 |
| 3等 | 各組共通 下2ケタ | 15 | 薬用ハンドソープ (泡) | 10,000本 |
| | | 24 | | |
| | | 71 | | |

受付期間 2021/10/1 ~ 2021/12/31 [TEL 0572-55-2169]

賞品交換期間 2021/11/1 ~ 2021/12/31

秋の味覚 新米の季節がきました!

<ガスで炊いたごはんが美味しい理由>

①火力の強さがごはんを美味しくする!

赤外線効果が高く、お米の内側からしっかり加熱。素早く沸騰することで旨み成分を閉じ込めます。

②ガスで炊くごはんは冷めても美味しい!

水分を多く含んでいるため、おにぎりやお弁当にもピッタリ。忙しいときはたくさん炊いて冷凍ごはんにするのは、いつでも美味しいごはんが食べられます。

③火力が強いため早く炊けるから、カンタン&短時間で炊きたて、ごはんが楽しめます。

リンナイススタイルホームページ参考 <https://www.rinnai-style.jp/>



石黒商事(株) 東濃エネルギーセンター

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





ももちゃんの暮らしきらめく豆知識!

身近なスーパーフード「きのこ」

食材の中でも手に入りやすく、色々な料理に
使え、血液をサラサラにする、丈夫な骨を作る、
メタボ対策、免疫力をアップさせる...etc
食物繊維、ビタミン、ミネラル豊富なきのこで
元気で健康な体を作りましょう!



◎きのこは天日干しで栄養素アップ!

下ごしらえしたきのこをザルやかゴに重ならない
ように並べ、調理前に1~2時間天日干し
しましょう。骨の形成&免疫力を高めるビタミンD
が生成され、さらに旨味成分が凝縮されます。

・しいたけ...石づきを取り、ジクとカサはひと口大
に手で裂きます。手で裂くことにより
切り口がガタガタになり味が染み込み
やすくなります。かさの内側の白い方
を上にして干して下さい。



・しめじ・まいたけ...小房に分けてザルに広げます。

◎きのこは生のまま冷凍保存できます!

冷凍用保存袋で冷凍すれば、固まらず
簡単に取り出せます。



・しいたけ...石づきを取り、用途に応じて
スライスしたり丸ごと冷凍します。
・しめじ...石づきを切ってほぐして冷凍します。
・えのき...根元を切り、用途に応じて長さ
に切り、ほぐして冷凍します。

☆きのこをミックスして冷凍しておいて、お味噌汁
や炒め物に、つゆでお肉ときのこを煮て、ゆで
うどんやそばにかけると旨味たっぷりの「きのこ
うどん(そば)」が出来ます。



きらめきカルチャー教室お料理講師
洞谷先生に教えていただきました!



美味しいだけでなく、いい仕事をやるきのこ
『舞茸』で作る鶏ハムレシピ

<材料>

- ・鶏むね肉 大1枚 ・舞茸 小パック半分
- ・砂糖小さじ2 ・塩小さじ1

<作り方>

- ①むね肉と舞茸のみじん切りと砂糖、塩を
ポリ袋に入れ、揉んで冷蔵庫で半日置きます。
- ②鍋に①のむね肉(舞茸ごと)がかぶるくらい
の水を入れ火にかけます。
沸騰したら弱火にして5~6分茹でます。
そのまま冷まします。



舞茸で鶏肉がとてもジューシーに仕上がります。
ゆで汁は醤油、コショウ等を少し加えると美味し
いスープが出来ます。

●お知らせ 洞谷先生の月に一度のおいしパン屋さん
12月5日(日) 10:00~17:00
「DOYA パン屋さん」 多治見市明和町 3-1-178
TEL: 090-9948-0377

くろちゃん川柳倶楽部からのお知らせ

「秋の暮らし」をテーマにした川柳を募集中!!

コロナの秋、川柳詠んで暮らしを
楽しみましょう!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をお願いします。

「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070号-4

石黒商事輪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

Tel:0572-55-2169 Fax:0572-55-2173

<秋の川柳応募締切> 令和3年11月末日(当日消印有効)



- ・お日様の 匂い吸い込む 掛け布団 絹子さん
- ・コオロギも 過密自粛か ちよい寂し KGさん
- ・秋風も 朝と夜だけ 昼は夏 KUさん
- ・コロナ禍で 応援いけぬ 運動会 豊子さん
- ・梨狩りの 数を競って 味賞なし ころろさん
- ・豆名月 子供と一緒に 月を見る 富美子さん
- ・窓をしめ 暖をとる午後 小春日和 ケイさん
- ・つるし柿 のき通る風 父しのぶ 清恵さん
- ・庭先の ダンゴにススキ 虫の声 八千代さん

11月~12月初旬にやってみたい家事リスト

- 年末調整
- 粗大ごみの処分
- カーテンの洗濯
- 結露対策



市販されている結露防止シートや断熱シートなどを
活用すれば、外との温度差を減らし結露防止に
つながります。吸水テープの併用もいいでしょう。
結露してしまったら、乾いた布類で、しっかり水滴を
拭き取ります。サッシやゴムパッキン部分などに付いた
水滴なども念入りに拭き取りましょう。

来年の手帳やカレンダー、家計簿を新調

お歳暮の手配

贈る時期は、11月下旬~12月20日頃まで

年賀状の作成

2022年(令和4年)用年賀はがきの受付開始
は2021年12月15日(水)からになります。
年賀状は12月25日(土)までに投函すれば、
元日に届くようです。

クリスマス準備

クリスマスの1ヶ月前から遅くとも12月に入る頃には、
クリスマスの準備をしたいもの。ツリーを出したり、
玄関にリースやスワッグを飾ったり、クリスマスプレゼント
も殺到する前に購入しましょう。

おせち料理の材料購入(黒豆や昆布などの乾物)

年末買い物リスト作成

