



くろちゃんだより



こんにちは! 家庭用灯油と川柳担当の三浦です。

秋も深まり、紅葉が美しい季節となりました! 皆様いかがお過ごしですか? いよいよ今年も残り2か月を切りました。本格的な冬が来る前に、掃除など済ませておきたいとあれこれ考えているそばで、わが家の猫が丸くなって寝ている姿を見ていると、だんだん気持ちちが落ち着いて幸せな気分になります。大切なわが家の家族です。

さて、今月号はお待ちかね「くろちゃん宝くじ」と「LPガス保安カレンダー」の当選番号を載せましたのでご確認くださいね!

これからますます寒くなってきますが、お体には十分お気をつけてお過ごしください。皆様からの川柳を楽しみにお待ちしております。



「くろちゃん宝くじ2022」当選番号 		
当選番号		
特等	1名様	16004 ●シャープ50型4kテレビ
1等	2名様	11330 20287 ●カルテック空気清浄器
2等	5名様	11352 14654 21997 15699 18333 ●ミラブルプラス ●カルテック・マイエアー
3等	20名様	10681 10768 11024 12425 12503 12662 13508 14079 15420 16652 17662 17996 18015 18756 19199 19953 20454 20464 20777 21980 ●くろちゃん米 10kg とあごだしセット
4等	30名様	10021 10645 10900 20268 20004 11052 11059 11373 11046 20521 12298 12363 12368 12081 14239 14961 15378 12385 16405 16652 16972 16244 17767 18111 18415 17188 19001 19707 19773 18758 ●コメダ珈琲店商品セット
5等	100名様以上	末尾2ケタ共通 ...35 ...91 ●入浴剤 ※入浴剤が無くなり次第、ティッシュ5箱となります。ご了承ください。

令和4年 LPガス保安カレンダー賞品 当選番号一覧表				
当選番号			賞品名	本数
1等	各組共通 下5ケタ	01197	お楽しみ 商品券	30本
		12778		
		16620		
2等	各組共通 下3ケタ	139	家庭用 洗剤セット	350本
		53		
3等	各組共通 下2ケタ	80	薬用ハンドソープ (泡)	10,000本
		81		
		81		

◎当選された方は、2022年12月31日までに、石黒商事(株)【TEL:0572-55-2169】宛にご連絡下さい。

(※2023年1月1日以降は、受付を致しかねます。)

◎賞品は後日担当者がお届けにお伺い致します。



「秋の展示商談会」には多くのお客様にご来場いただき心よりお礼申し上げます。会場にはお客様の笑顔に包まれ盛況のうちに終了することができました。これもひとえに皆様のご支援あってのことと感謝しております。これからもお客様のお役に立てるようスタッフ一同努めてまいりますので、変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。





ももちゃん暮らしきらめく豆知識

お料理講師、洞谷先生に教えていただきました!

今が旬と言われる子持ちシシャモを丸ごと食べられる!

『シシャモのゴマ揚げ』

〈材料〉

- ・シシャモ 10尾 ・卵白 1個分
- ・片栗粉 適量 ・白いりごま 適量
- ・揚げ油 適量



〈作り方〉

- ①シシャモに片栗粉を薄くまぶし、よくほぐした卵白を付け白ごまをたっぷり付け油で揚げます。たったこれだけですが食べやすい上に栄養もバッチリなので皆さんにぜひ食べて頂きたいです♪

●お知らせ

-洞谷先生の月に1度のおいしいパン屋さん-
12月4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



寒い冬を暖かく過ごすためのアイデア

身体が冷えて血行が悪くなると、腸の働きも悪くなります。「消化」「免疫・防御」「解毒」という、腸の3つの大切な働きを阻害してしまうので風邪やアレルギー症状、ガンリスクなどが高くなります。さらに腸の活動低下から便秘になると、老廃物の排泄が悪くなり再吸収されて他の内臓の機能も下がります。腸、そして全身の健康を守るため、暖かく過ごす工夫が大切です。



◆湿度を保つ

湿度が10%上がれば、体感温度は1℃上がると言われます。乾燥した空気にプラスして暖房の影響もあり、冬は室内の湿度が極端に低下するので、加湿器や部屋に洗濯物を干すなどの工夫をしましょう。

◆アルコール摂取に注意

アルコールの作用で脱水して血流が滞りがちに、アルコールは控えめを心掛け、飲んだら必ず水分補給をしましょう。

◆1日1回湯船でリセット

1日に1度は、40度前後のぬるめの湯船に10分程度浸かり、身体の芯から温まりましょう。特に、屋外での仕事や座り仕事、冷え性の人におススメです。

◆根菜類を食べる

冬は玉ねぎ、大根、ごぼう、人参など、土の中で育つ野菜を選ぶとよいとされています。根菜類には冷え性に効果のあるビタミンCやEが多く食物繊維もたっぷり含まれています。



参考: ウエザーニュース web サイト参考

くろちゃん川柳倶楽部からのお知らせ

秋が旬の「お芋」をテーマにした川柳を募集中!!

秋は、さつまいも、里芋、長芋
ジャガイモが旬を迎えます。「お芋」を
テーマに、川柳作りを楽しみましょう!
皆様の作品をお待ちしております。



〈応募先〉 葉書又はfaxでお願いします。

「氏名・住所・年齢・電話番号」をご記入の上、
以下の宛先まで送って下さい。

〒509-5122 土岐市土岐津町土岐口705-4

石黒商事側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



〈お芋をテーマにした川柳応募締切〉 令和4年11月末日(当日消印有効)

素敵な作品紹介

- ・芋煮会 老若男女の 笑い声 孝子さん
- ・芋ほりで 畑の中は 笑顔の子 明美さん
- ・あたたかい やさしい湯気の おいもさん
里山のりちゃん
- ・寒くても お芋アイスは 別腹よ カズカズさん
- ・朝ごはん お芋の味噌汁 最高だ K.Uさん
- ・焼きいもの においや味 ほれ又一ヶ 富美子さん
- ・八百屋から 買ったさといも きぬかつぎ ケイさん
- ・引売りの 声に誘はれ 十三里 八千代さん
- ・孫つくる 鬼まんじゅうは 芋いっぱい 豊子さん



コリコリとして甘い!

「半乾きの冷凍柿」



〈作り方〉

- ①柿の皮をむき、大きさにもよりますが、16分割くらいにします。もっと厚く切ってもいいですが、そうすると乾きが遅くなります。逆に薄くすると乾きすぎて硬くなり、パリパリして柿本来の味がなくなります。
- ②2~3日干して表面が硬くなったらビニール袋に入れて冷凍庫に入れておきます。

※干してから冷凍したほうが、表面が乾いているので、冷凍室から出して時間がたっても手で持って食べられます。カットした柿は平らになるので場所も取りません。

参考: 農家が教える産地のイチおし旬レシピ
(農文協)

