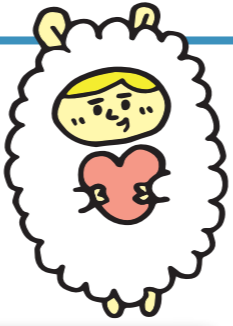


防災訓練を実施しています。



当社では万が一の災害発生時に速やかに対応できる体制を確立し、二次災害の防止と各自の役割の確認、防災意識の定着化をはかる事を目的とし、毎年9月に年一回の防災訓練を実施しています。

上田支店



塩尻支店



今年は新たに導入した非常用発電機の稼働確認、停電復旧訓練を9月24日に上田支店・塩尻支店にて実施しました。弊社では、このような訓練を通し災害時の防災対策の向上を図り、お客様の保安確保を最優先で業務を行っています。今後も保安業務の品質向上に、より一層力を入れて取り組んでまいりますので、保安活動へのご理解とご協力をお願いいたします。

※非常用発電設備の導入にご興味のある方は、エナキスまでお気軽にお問い合わせください。

なんかワクワクする、生活のための情報誌!

Terra

～テラ～

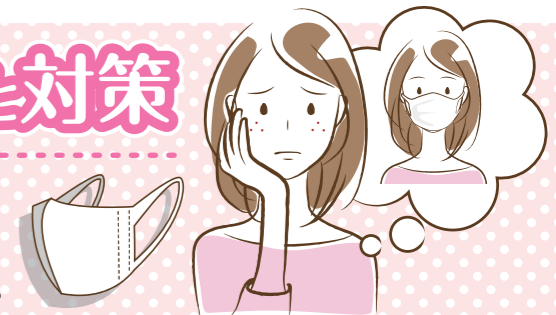
2020年
11月号

Vol.
314

発行元：株式会社エナキス <https://www.enakiss.co.jp>

マスクによる肌荒れの原因と対策

マスクを長時間着用することが増え、肌荒れに悩んでいる方も多いのではないのでしょうか？今回は、その3つの主な原因をとらえ、対策していきましょう。



摩擦

マスクの素材や、何度も繰り返すマスクの着脱によって肌が擦れ、バリア機能が低下し肌荒れを引き起こしてしまいます。

対策

着用前の保湿

フェイスクリームやバームをマスクの着用前に塗ることで、肌の表面に膜をつくり摩擦対策につながります。



蒸れ

呼吸によって湿度が高くなったマスク内は、雑菌が繁殖しやすく、肌トラブルを引き起こしやすい環境となってしまう。

対策

こまめな拭取り&優しい洗顔

肌が蒸れていると感じたら、清潔なハンカチなどで、こまめに拭取りましょう。洗顔はしっかりと泡を立て、優しく雑菌をキレイに落としましょう。



乾燥

吸気によって蒸れてしまっていた肌も、マスクを外した直後、肌に必要な水分まで一緒に蒸発してしまい、乾燥を招いてしまいます。

対策

たっぷりの保湿

洗顔でキレイになった肌に、化粧水、乳液、クリームやフェイスマスクなどでしっかり保湿しましょう。十分な睡眠をとることも健康な肌への第一歩です。



エナキスの新型コロナウイルス感染防止の取り組み お客様宅ご訪問時

マスクの着用

マスクを着用し、飛沫感染を抑止します。



携帯除菌

除菌スプレーを携帯し、ご訪問前に除菌します。



毎朝の検温

37.5℃以上の発熱が確認された社員は一定期間の自宅待機と、医療機関に相談のうえ、安全を確認でき次第出社いたします。



ご理解・ご協力をお願いいたします。

今月の原料費調整額は0円です。

エナキス ENAKISS

株式会社エナキス

- 本社：〒386-1212 上田市富士山 2412-6 電話 0268-38-8103
- 上田支店：〒386-1212 上田市富士山 2412-6 電話 0268-38-8585
- 塩尻支店：〒399-0702 塩尻市広丘野村 1613 電話 0263-52-0672
- 長野営業所：〒381-2222 長野市金井田 37-1 電話 026-293-9110
- 佐久営業所：〒385-0025 佐久市塚原 237-13 電話 0267-66-7020
- 諏訪営業所：〒392-0131 諏訪市湖南字大曲 222 電話 0266-52-4353
- 飯田営業所：〒399-3103 下伊那郡高森町下市田 2851-18 電話 0265-34-3121

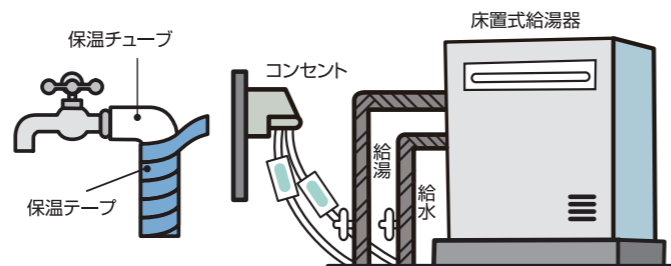
当誌「Terra」の著作権は株式会社エナキスに帰属します。一切の転用・転載を禁じます。 All rights reserved, copyright(c) ENAKISS, Inc. 2020

Information ガス器具を安全にお使いいただくために

冬場の水道凍結にご注意ください!

凍結後の修理には、多くの時間や費用がかかります。そうなる前に未然に防ぎましょう。

- 凍結防止帯の電源プラグがコンセントに差し込まれている。
- 保温材は劣化していない。(保温材の寿命は10年です。)



保温テープの巻直し、凍結防止帯の交換工事承ります。お近くの(株)エナキスまでご連絡ください。

郵便はがき

3 8 6 8 7 9 0

料金受取人払郵便

上田局承認

198

差出有効期限
2020年
12月30日まで
(切手不要)

上田市富士山2412-6

株式会社エナキス
テラ係

Q. 今回のテラの記事で

“いいね”と思ったものを順番にお答えください。

- ①肌荒れ対策
- ②クイズ正解発表
- ③おばあちゃんの知恵袋
- ④おたよりコーナー
- ⑤料理レシピ
- ⑥ラッキーナンバー
- ⑦クロスワードパズル
- ⑧エナキス ニュース
- ⑨水道凍結に注意

1 2 3

紙上感謝祭
みんなのワッショイ!
ふれあい祭り

ココルとあなたの
大冒険

クイズ正解発表!!

Q1 お財布にも優しいEPOWERでんきの基本料金はすばり〇円??
答え:0

Q2 食材を美味しい料理に変えてくれる、ビルトイン〇〇〇、テーブル〇〇〇
答え:コンロ

Q3 ガス衣類乾燥機があると、何がラクになる??
答え:お洗濯

クロスワードパズル

1	エ	コ		3	テ	-	4	プ
		5	コ	6	ア	ラ		ロ
7	ヘ	ル	ツ				8	ス
			9	パ	リ			ン
		11	フ	レ	ア	イ		
13	ゼ	ロ		14	ス	キ		-

答え:エナキス

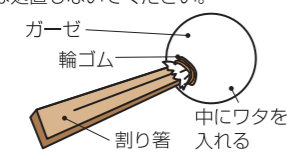
ふれあい祭り紙上感謝祭は12月29日(日)まで!
ぜひ応募ください!

Knowledge おばあちゃんの知恵袋 生活に役立つマメ知識

家庭でできる衣類の染み抜き方法 食べ物の染み抜き編


※ご家庭で洗える衣類に限ります。
※必ず目立たない所で色落ちしないか試してから使用してください。
※シルクなどのデリケートな素材には処置しないでください。

●準備するもの
食器洗い用中性洗剤...適量
タオル.....1枚
染み抜き棒.....1本



一握りのワタに割り箸をさしこみ、ワタの部分をガーゼで包み込み、口を輪ゴムで止めます。歯ブラシでの染み抜きもよく紹介されていますが、繊維を傷めてしまうことがありますのでお気をつけください。

●染み抜き方法
ぬるま湯に中性洗剤を入れよく混ぜ、染み抜き洗剤を作ります。タオルをシミの下にひき、シミに染み抜き洗剤を付けて、染み抜き棒のガーゼ部分で叩き出します。**この時絶対にこすらないでください。**それでもまだ染みが残っている時は、少し染み抜き洗剤を濃くしてシミに付けて、叩き出します。シミが取れたら、いつもと同じ様に洗濯機で洗ってください。



letter おたよりコーナー

いつもたくさんのお便りありがとうございます!!

毎月ココルパズルシールを貼るのを子供とたのしみにしています。今月完成!うれしいです。 松本市 まろんすき様

☆毎月のココルパズルを集めていただき誠にありがとうございます。ふれあい祭り紙上感謝祭でのご応募を心よりお待ちしております。景品のお渡しまでお時間をいただくこととなりご迷惑をおかけいたします。ご応募いただきましたら、まろんすき様のお手元に必ずお届けいたしますね。

パズルシール

毎月ココルパズルシールを貼るのを子供とたのしみにしています。今月完成!うれしいです。 松本市 まろんすき様

☆おたより誠にありがとうございます。会場でのふれあい祭りが中止となり大変申し訳ございませんでした。「ふれあい祭り紙上感謝祭」はお楽しみいただけましたでしょうか。新型コロナウイルス感染症が無事終息を迎え、来年こそはきみちゃん様と、お客様皆様と会場でお会いしたいと心より願っています。

おたより掲載のお客さまには
ノンアルコール除菌
BOXウェットティッシュプレゼント



2020年11月							2020年12月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7	6	7	8	9	10	11	12
8	9	10	11	12	13	14	13	14	15	16	17	18	19
15	16	17	18	19	20	21	20	21	22	23	24	25	26
22	23	24	25	26	27	28	27	28	29	30	31		
29	30												

※○で囲んである日は休業日です。
※緊急対応は、24時間365日行っております。

Cook カロテンたっぷり!栄養ごはん

豚ひき肉とかぼちゃのごはん



- 材料(4人分)**
- | | |
|---------------|---------------|
| 米.....2合 | かぼちゃ.....150g |
| サラダ油.....小さじ1 | 昆布茶.....小さじ1 |
| 豚ひき肉.....150g | 塩.....小さじ1/4 |
| みりん.....大さじ1 | 水.....350ml |
| 醤油.....大さじ1 | 万能ネギ.....3本 |

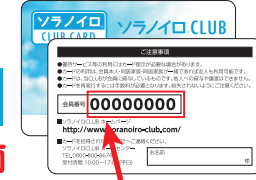
- 作り方**
- ①米は洗って30分ほど浸水させ、水気を切っておく。
 - ②フライパンにサラダ油を熱し、豚ひき肉を炒め、みりんと醤油で調味する。
 - ③かぼちゃは2cm角ほどの大きさに切る。
 - ④炊飯鍋に①を入れ、昆布茶と塩、水を加えてひと混ぜし、②と③をのせて蓋をする。コンロにのせ炊飯スイッチを押し、自動炊飯モードを選択して点火する。
※電気炊飯器を使用する場合は、②と③を入れる前に水を2合分の水量に合わせてください。
 - ⑤むらしが終了したら、かぼちゃをつぶさないように静かに混ぜ合わせ、小口切りにした万能ネギを散らす。

ソライロCLUBラッキーナンバー

会員カードの下3桁が、下の数字と同じであれば当たりです。テラハガキに会員番号を書いて送ってね!

当選番号は
536 319 693

当選者には、「ノンアルコール除菌BOXウェットティッシュ」プレゼント!
ココを見てね!



※応募の締め切りは、12/16(水)消印まで有効。景品は、応募締め切り以降のお届けになります。

クロスワードパズル

マスの文字A~Cの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

前号の答え:「ホンネ」

正解者の中から抽選で5名様に景品をプレゼント!!
※当選の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

1	2		3
	4	5	B
6		A	
7			C

答え

A
B
C

- タテのカギ**
- ②新聞や雑誌に、文章・絵・写真などを載せること。「〇〇〇〇される」
 - ③音楽に合わせて体や手足を動かし、様々な姿を見せること。「喜びの〇〇」
 - ⑤生放送。生演奏。「〇〇〇配信」
 - ⑥ワシより少し小さく、するどい爪と曲がったくちばしを持った鳥。「能ある〇〇は爪を隠す」
- ヨコのカギ**
- ①道理。理屈。理由。原因。「〇〇がわからない」「言い〇〇」
 - ④他の人に用事や仕事を頼むこと。「〇〇〇〇人」「〇〇〇〇主」
 - ⑦上から読んでも下から読んでも同じになる文句。「トマト」「シンブンシ」

おたよりお待ちしております。編集部一同
「ふれあい祭り 紙上感謝祭」は楽しんでいただけましたか? ご感想をお聞かせください。

●ペンネーム

お客様名	(歳)
ご住所	(〒 -)
お電話番号	
ソライロCLUB 会員番号	

※お客様から頂いた個人情報については、テラに関する目的以外第三者に揭示したり、譲渡はいたしません。

「のりしろ」にのりづけしてください

ハガキのご利用方法

- ハガキに必要な事項をご記入の上切り取ってください。
- 折り線に沿って折り返して、のりづけし、ポストへ投函してください。(切手は不要です。)

Terra 11月号