

ソラノイロ CLUB CARD

ソラノイロ CLUBを活用しよう! /

人気のお店でもお得に活用!

Pick up!

全国 カジュアルグルメ 申込No.5045926 長野県内3店舗

印刷クーポン 画面提示クーポン

ポムの樹、ポムズファーム 他(ポムフードグループ)

全ては美味しさのため。厳選素材と感動のサービスでおもてなし。

◆ポムの樹◆

“こだわりの卵、創作オムライスの専門店”

オムライス専門店「ポムの樹」は

こだわりのたまごを使い

バラエティーに富んだメニューで

お客様に美味しさをお届けします。

※イメージ

ポムの樹

ポムの樹 Jr.

ポムの樹 Gold

ポムの樹 kitchen パレット

ポムの樹

ポムの樹 Cafe

会員特典

●食事ご注文の方 ソフトドリンク1杯サービス

ご利用日当日、「印刷クーポン」または「画面提示クーポン」をご用意のうえご提示ください。

【特典備考】※特典の適用条件は対象店舗により異なります。店ごとの条件をご確認の上ご利用ください。

※一部対象外店舗もございます。対象店舗をご確認の上ご利用ください。※ドリンクのおかわりはできません。

■その他グループ店舗でもご利用いただけます。

県内3店舗 ■ポムの樹 松本南店 ■ポムの樹 飯田アップルロード店 ■ポムの樹 MIDORI長野店

お詫び

カレンダークイズ

6月の解答について

テラ6月号掲載の「カレンダークイズ」におきまして、「前号の答え」の掲載に誤りがございました。正しくは以下の通りです。

<誤>前号の答え:②左 ➡ <正>前号の答え:①右

景品につきましては「①右」を回答いただいたお客さまの中から抽選により10名様にプレゼントをさせていただきます。

ご迷惑をおかけしましたこと、深くお詫び申し上げます。

料金受取人払郵便

上田局承認

194

差出有効期限 2022年 12月4日まで (切手不要)

郵便はがき

3 8 6 8 7 9 0

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特集:SDGs

②知っ得情報:切替勧誘の注意

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カセットコンロ使用の注意

⑦クロスワードパズル

⑧ソラノイロCLUB紹介

⑨カレンダークイズ

⑩ラッキーナンバー

1

2

3

7月号 カレンダークイズ

当社オリジナルカレンダー7月のページを見て、クイズに答えて景品を当てよう!

問題:7月のページのクイズに答えよう。

①ココル ②イルカ ③クジラ

◀ハガキに答えの番号を記入して応募してね▶

前号の答え:②黄色

正解者の中から抽選で 10名様に景品をプレゼント!!

※応募の締め切りは、8/13(金)消印まで有効。当選の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

毎月10日、ホームページにクイズと解答を公開しています!

ホームページからの応募も受付中!!

ソラノイロ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。テラのハガキに会員番号を書いて送ってね!

当選番号は 507 048 300

当選者には、「テラ オリジナルエコバッグ」をプレゼント!

ココを見てね!

※応募の締め切りは、8/13(金)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。

なんかワクワクする、生活のための情報誌!

7月号

2021年

Vol. 322

発行元:株式会社エナキス

https://www.enakiss.co.jp

最近よく聞く /

SDGs (エス・ディー・ジーズ) ってなんだろう?

詳しくはこちらから

国際連合広報センター

公式ホームページ

SDGsとは、持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals)の略称です。

2015年9月の国連サミットで採択された2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。

カンタンに言うと、世界中にある環境問題・差別・貧困・人権問題といった地球規模の問題を、世界のみんなで協力して解決したい目標のことです。持続可能とは私たちのこれからの人生、そして子どもや孫の人生がよりよいものになるために、環境を守り、すべての人の人権を尊重しながら経済成長をしていくことです。

Q SDGsとエナキスはどんな関係があるの?

A

エナキスは『長野県SDGs推進企業』に登録をしました。重点的な取り組みのひとつに、高効率機器の普及を通して、環境と人に優しい社会の実現を目指しています。例えば、お客様に少ないガス量で効率よくお湯を沸かす省エネ性の高いガス給湯器「エコジョーズ」をご選択いただくことで環境にやさしく、ガス料金の節約にもつながります。

Q そもそもLPガスはクリーンなエネルギーなの?

A

LPガスは、石油・石炭・天然ガスなどの化石燃料の中では地球温暖化の主たる原因となる二酸化炭素(CO2)の排出量が少なく、酸性雨の原因である硫酸酸化物、窒素酸化物がほとんど発生しません。LPガスは環境保全対策上有効な地球にやさしいエネルギーです。

「地域を、そして未来をもっとよくしたい。」エナキスはお客様と一緒に環境に貢献します。

2021年7月9日エナキスは67周年を迎えます!!

みなさまご存知でしたか? 1954年(昭和29年)7月9日長野県下第1号のLPガス事業者としてエナキス(旧:長野プロパンガス)は創立しました。

みなさまに支えられて67周年。ありがとうの気持ちを込めて…これからも安全・安心・信頼・笑顔をお届けします。

今月の原料費調整額は+5円(税込:5.5円)です。

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

株式会社エナキス

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.2021

- 4 -

- 1 -

Information 知っ得情報! \ ご注意ください! /

悪質なLPガス切替勧誘が急増しています。

■身分証明書を確認しましょう!

いま使っているガス会社や市の職員を装って訪問してきます。

■嘘の情報を伝える。

「いまお使いのガス会社がガスをやめるそうです。その会社から言われて来ました」
「近所の〇〇さんちも弊社と契約しました」

■「ガス代が安くなります」は、最初だけでは?

契約当初は安いかもしれませんが、値上げしない保証はありません!
安い料金はいつまで続くのか確認しましょう。

■断っても帰らない。

断っても何度も来る。申込書をもらうまで帰らない。

そんな時は、**警察へ電話しましょう!** ※契約をしない意思を示したあとに勧誘することは、**特定商取引法**により禁止されています。

■警察署(緊急時) 110番
■警察署(事件事故以外の相談ダイヤル) #9110
■長野県LPガスお客様相談所 0120-915-400
受付時間 8:30~17:00(土・日・祝日除く)

もしも契約をしてしまったら... 当社へご連絡ください。

クーリングオフ制度で、8日以内であれば **契約を解除**できます。 ※期限が過ぎてしまっても1人で悩まず、まずはエナキスへご相談ください。

Knowledge おばあちゃんの知恵袋 生活に役立つマメ知識

紫外線対策! 日焼け止めの選び方

日焼け止めにはUVBを防ぐ「SPF」と、UVAを防ぐ「PA」の表示があります。これらは、紫外線防止効果の高さを表しています。

SPF

主にシミ・炎症・ソバカスの原因となり、表皮に強く影響するUVBによる日焼けのダメージ防止効果を1~50+までの数値で表しています。数値が高いほど防止効果が高くなります。

PA

主にシミ・シワ・たるみの原因となり、肌の奥まで届くUVAによる日焼けのダメージの防止効果を、4段階の「+」で表しています。「+」の数が多いほど、防止効果が高くなります。

それでは、「SPF」と「PA」の数値が高い日焼け止めを選べば良いかと言えば、決してそうではありません。強力な日焼け止めは、それだけ肌への負担も大きくなります。散歩や買い物などの日常生活であれば、SPF20~25、PA+~PA++程度の日焼け止めでも、十分に紫外線を防ぐことができます。

自分の肌や利用シーンに合わせて日焼け止めを使い分けましょう。

Letter おたよりコーナー

■オリジナルカレンダー

5月カレンダー、ひょっとしてココルは池に映っていない?
塩尻市 I.Sさま

☆そうなんです! 下の池にはココルが映っていないんです。隅々まで見ていただけていること大変嬉しく思います♪ おたよりありがとうございました!

おたより掲載のお客さまには
**テラオリジナル
エコバッグ
プレゼント**♡

景品のお届けは8/1(日)以降となります。

■オリジナルカレンダー

イラストも可愛いし、毎月違ったクイズがあり、ちょっとした頭の体操にもなって楽しめると思います。

諏訪市 ごまちゃんさま

☆オリジナルカレンダーの感想ありがとうございます! イラストも可愛いといっただけでココルも喜んでます♪ 7月のカレンダークイズは、太古の昔、山国信州は海だったことが分かるクイズになっています♪

2021年 7月							当社休日のご案内							2021年 8月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
25	26	27	28	29	30	31	29	30	31											

※○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。

- 2 - ※休業日が変更となっております。ご注意ください。

Cook あじ・梅は7月が旬です! /

あじの梅しそフライ



■材料(4人分)

あじ(小).....8尾(正味450g)	小麦粉.....適宜
塩・コショウ.....各少々	溶き卵.....適宜
梅干し.....4個	生パン粉.....適宜
大葉.....16枚	揚げ油.....適宜

■作り方

- ①あじはうろこ、ぜいごを取り、頭を落とす。腹から開いて内臓を取り除いて洗い流し、中骨をはずして、水気を拭き取る。
- ②塩、コショウをし、種を取り除いてたたいた梅干しを塗り、大葉をのせる。
- ③②に小麦粉、溶き卵、生パン粉の順に衣をつける。
- ④鍋をコンロにのせ、揚げ油を入れ、170度で③をきつね色になるまで3分ほど揚げる。

梅干しの殺菌効果で
お弁当のおかずにも最適です。

Attention ガス器具を安全にお使いいただくために

バーベキューなどで
カセットコンロを
使用する際の注意



カセットコンロを2台並べたり、コンロを覆うような大きな鉄板や鍋などを載せたりしないでください。熱がこもりやすくなり、カセットボンベが過熱し、爆発することがあります。

カセットコンロを使う前に、取扱説明書をよく読んで注意事項を守って正しく使用しましょう。

キリトリせん

6センチ

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?

前号の答え:「ツバキ」

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
	A		
4	C	5	
6		B	

答え
A
B
C

ホームページからも応募できます

タテのカギ

- ②わざや芸を見せること。ショー。「〇〇〇〇小屋」
- ③中の方。家。自分が活動している所。「〇〇の子」「〇〇弁慶」
- ④車やコマなどの回転の中心となる心棒。「グラフの縦〇〇横〇〇」「〇〇にして考える」
- ⑤わからないことをたずねること。問題。「〇〇かける」「〇〇1」

ヨコのカギ

- ①原因も理由もわからない不思議なさま。「〇〇〇〇な現象」
- ④その人の出身地。また、住んでいる地方。「〇〇〇の友達」「〇〇〇産の食材」
- ⑥女性の忍者。「〇〇〇〇」

カレンダークイズの答え

答えの番号をご記入ください。

おたよりお待ちしております。

みなさんの「知りたい」「教えたい」生活に役立つマメ知識をぜひ教えてください! ホームページからの応募もおまちしております。

●ペンネーム

お客様名	(歳)
ご住所	(〒)
お電話番号	
ソラノイロ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開示したり、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、ポストへ投函してください。(切手は不要です。)

Terra 7月号

のりしろ