

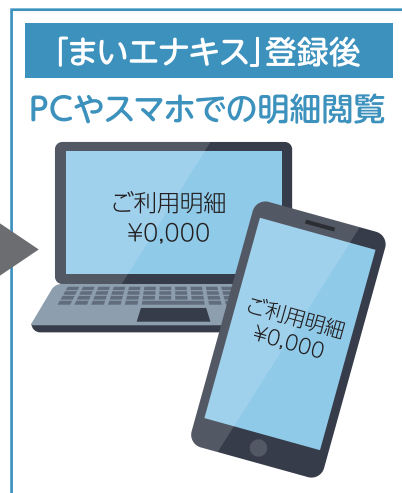
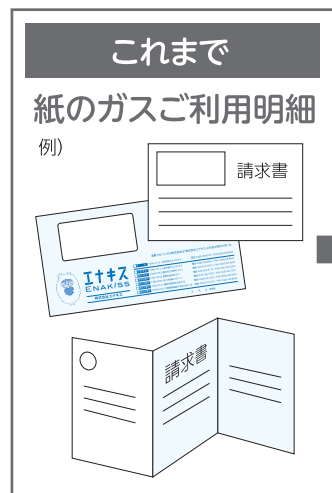
Web明細サービス お申し込み受付中!



まいにちつながる安心から信頼へ
まいエナキス

これまで毎月、紙でお届けしているガスご利用明細(請求書)から、PCやスマホでの明細閲覧へ変更していただくことで、ペーパーレス化へ! 環境にやさしく、もっと便利にご利用いただける新しいサービスです。

※一部検針の条件により、紙の請求書が残る場合がございます。



明細閲覧以外にも…
●ガスの使用量を
グラフで確認できる
●灯油の注文や
問い合わせができる
などなど、
サービス満載!



※画像はイメージです。

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**

4月号 カレンダークイズ

当社オリジナルカレンダー**4月**のページを見て、クイズに答えて景品を当てよう!

ヒント:こたえは8になります

←ハガキに答えを記入して応募してね♪

前号の答え:ばなな

解説:[7]個ばがあるから

正解者の中から抽選で
5名様に景品をプレゼント!!

※応募の締め切りは、5/13(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。

ホームページには
毎月1日に
ヒントを公開!
応募も受付中!!

ソラノイロCLUBラッキーナンバー 企画終了のお知らせ

ソラノイロCLUBリニューアルに伴い、今月号よりソラノイロCLUBラッキーナンバー企画は終了となります。
長きに渡り、たくさんのご応募をいただき誠にありがとうございました。



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ソラノイロCLUBリニューアル | ⑦クロスワードパズル |
| ②知っ得情報:ガスファンヒーターのしまい方 | ⑧まいエナキス |
| ③おばあちゃんの知恵袋 | ⑨カレンダークイズ |
| ④おたよりコーナー | ⑩ラッキーナンバー終了のお知らせ |
| ⑤料理レシピ | |
| ⑥メッセージ:台風・洪水 | |

1 2 3

なんかワクワクする、生活のための情報誌!

Terra

～テラ～

2022年
4月号

Vol.
331

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

2022年4月1日より 「ソラノイロCLUB」が 生まれ変わりました!

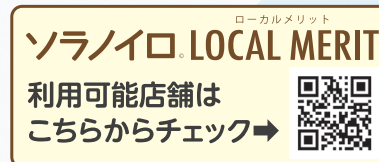
もっと使いやすく もっと便利に
サービスがさらにグレードアップ!!

なんと!長野県内で
約**700**店舗の
お店が利用可能!!



詳細は順次お届けしている
「サービス内容の変更のお知らせ」をご確認ください。
お店の一覧が掲載された「ガイドブック」が
入っておりますので是非ご確認ください。

※旧ソラノイロCLUB会員カードは使用できなくなります。
現在、お手元にあるカードは破棄をお願いします。新たなカードでサービスをお楽しみください。



今月の原料費調整額は+25円(税込:27.5円)です。



Web明細サービス

<https://enakiss.co.jp/service/myenakiss/>

まいエナキス

新規登録受付中!



エナキス ENAKISS

株式会社エナキス

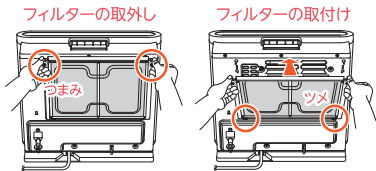
■ 本社:〒386-1212 上田市富士山2412-6	電話0268-38-8103
■ 上田支店:〒386-1212 上田市富士山2412-6	電話0268-38-8585
■ 塩尻支店:〒399-0702 塩尻市広丘野村1613	電話0263-52-0672
■ 長野営業所:〒381-2222 長野市金井田37-1	電話026-293-9110
■ 佐久営業所:〒385-0025 佐久市塚原237-13	電話0267-66-7020
■ 諏訪営業所:〒392-0131 諏訪市湖南字大曲222	電話0266-52-4353
■ 飯田営業所:〒399-3103 下伊那郡高森町下市田2851-18	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. 2021

ガスファンターの正しいしまい方

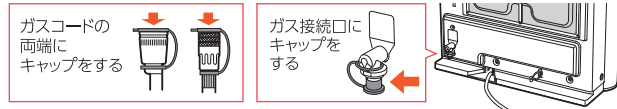
お手入れしてから
しまおう!

- ① 運転スイッチを「切」にし、機器が十分に冷えたら電源プラグを抜く。ガスの元栓を閉め、ガスコードを抜く。
- ② 本体を柔らかい布で拭く。**変色・変形・破損の原因になります。**
※本体とエアフィルターを掃除する際は、酸やアルカリ洗剤、ベンジン、シンナーなどは絶対に使用しないでください。
- ③ 温風吹き出し口のほこりなどを掃除機で取り除く。(割り箸などに雑巾を巻きつけたものを差し込んで拭くと、汚れがよく取れます)全体を柔らかい布で拭く。
- ④ フィルターは外して掃除機を使い、古い歯ブラシなどで目詰まりを取り除き、キレイに拭く。

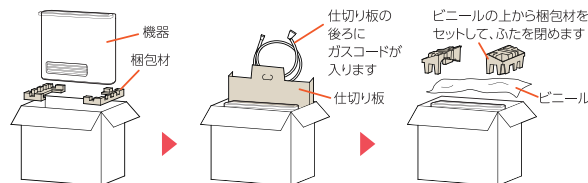


※イラストはイメージです。機種により仕様が異なる場合がありますので、必ず取扱説明書に従い正しくお取扱ください。

- ⑤ ガスコードを本体から外し、ガスコードと機器のガス接続口にキャップをする。



- ⑥ お買い上げの際の段ボールに正しく入れ、直射日光のあたる場所や高温になる場所を避け、保管する。
※段ボールがない場合は、大きなビニール袋に入れて湿気の少ない平らな場所に保管。



おばあちゃんの知恵袋

生活に役立つマメ知識

ヨモギの効能

春スイーツ「ヨモギ餅」でおなじみのヨモギ。今回はそんなヨモギの豆知識です。

●血液を浄化する作用

特筆すべき成分が、「緑の血液」と呼ばれる葉緑素(クロロフィル)。しかもヨモギに含まれている葉緑素は、他の植物に比べ良質で強く体内に摂り入れやすいのです。コレステロール値を下げる効果もあるとされています。そして豊富に含まれている鉄分が、葉緑素との相乗効果で造血作用を促進します。

●デトックス作用

ヨモギには利尿作用があり、老廃物を排出して新陳代謝を高めてくれます。葉緑素が血液をきれいにしてくれるため血液循環がよくなり、身体にたまった有害物質を排出するデトックス効果が期待できます。また、食物繊維の整腸作用によって便秘の解消にも役立つので、ダイエットのサポートにも適しています。



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!!

■母が漬けていた

赤い梅漬、沢庵漬、野沢菜漬。今、自分で漬けています。子供のころから赤いカリカリ梅が好きでした。うまいいく年、いかない年、なかなか難しいものですね。

上田市 M・Hさま

☆おたよりありがとうございます。漬物作りには時間と手間がかかりますよね。野沢菜漬けなどは特に寒空のした手を真っ赤にして作る印象があるので、M・Hさまはじめ漬物を作るすべての人に尊敬の思いです。また美味しいお漬物が出来たら是非おたよりください♪

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♡



■やっと春らしくなってきました。

庭の福寿草の花が可愛らしく咲いているのを見ると、春の訪れを感じうれしくなります。伊那市 ももの花さま

☆おたよりありがとうございます。黄色の花弁が特徴的な福寿草ですが、オレンジ色した福寿草もあるそうですよ!一度は見たいですね♪4月になりましたが、お庭にはどんなお花が咲いていますか?ももの花さまのおたより楽しみにお待ちしております。

2022年 4月 当社休日のご案内														2022年 5月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
24	25	26	27	28	29	30	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。



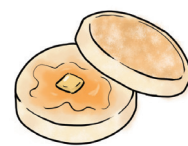
マフィントーストBLTサンド



■材料(マフィン2個分)

マフィン……………2個
からしバター…適量
(バター:からし=3:1)

ベーコン……………40g
ブラックペッパー ……少々
ゆで卵 ………………2個
トマト ………………1/2個
サニーレタス …………1枚
マヨネーズ……………適量
イタリアンパセリ ……適宜



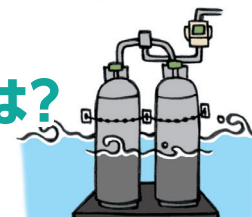
■作り方

- ① マフィンは中央にフォークを刺して2つに割り、グリルプレートに並べる。
- ② 両面焼きグリルにセットして点火し、強火で2分。焼き加減はお好みで。
- ③ 焼き上がったら、からしバターを塗る。
- ④ ベーコンは切り、ブラックペッパーをふって焼く。ゆで卵は輪切りにし、トマトは薄切りにする。サニーレタスはほどよい大きさにちぎる。
- ⑤ ③に④の材料を盛り、マヨネーズをかけ、イタリアンパセリを添える。

ガスを安心してお使いいただくために

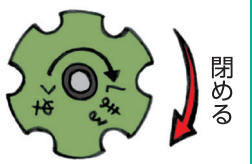
台風・洪水の
恐れがあるときは?

身の安全を確保した上で、容器バルブを閉め、容器が倒れたり流されたりしないかしっかりと固定されているか確かめてください。



容器バルブの閉め方

災害の時に容器バルブを閉めることは、二次災害の防止にも役立ちます。容器バルブを閉めるときは、時計と同じ右に回すと閉まります。



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?

前号の答え:「タラコ」

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	B	3
			C
4		5	
A		6	

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 脳の働き。考える力。「〇〇〇明晰」
- ③ 価格・量・品質などがどれも一緒であること。「100円〇〇〇〇」
- ④ 集められた財貨・財産。経済的に価値のある資源。「〇〇と名誉」
- ⑤ 名前を知らない人、その人とはっきりわからない人を指す言葉。「〇〇にも言えない」

ヨコのカギ

- ① 水鳥・カエルなどの指の間にある薄い膜。
- ④ 夜、船の目印になるように強い光を出して、船の安全を守る設備。「〇〇〇〇もと暗し」
- ⑥ 順に長く並んだもの。並び。「横イチ〇〇」

カレンダークイズの答え

答えになる計算式を
記入してください。

おたよりお待ちしております。

●ペンネーム

お客様名	() 歳
ご住所	(〒)
お電話番号	

※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 4月号