愛されて30周年　なんかワクワクする、生活のための情報誌！

Terra
～テラ～

2025年 2月号 Vol. 365

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

防災アイテムのいろいろ

今回はテラ編集委員が「驚いた」「なるほどな」と感じた防災グッズを紹介します。

進化系アイテム

座れる防災リュック

普段は腰かけ椅子として玄関先で使用でき、もしものときはショルダーベルトがついているため防災リュック（バック）として活躍します。

たためる防災用ヘルメット

場所も取り、収納に悩む防災用ヘルメットですが、今は蛇腹（ジャバラ）式にたためるヘルメットが登場しています。

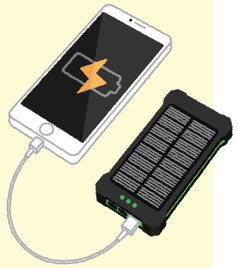
日常使いアイテム

ボディシート・ドライシャンプー

夏の暑い日に使用する印象ですが、お風呂に入れない状況でも体の清潔を保つ目的としてはもちろん、ストレスの軽減などに必須のアイテムです。頭皮や髪にはシートタイプのドライシャンプーもあります。

ソーラー充電器

モバイル充電器を普段から持ち歩いている方は、ソーラー充電器の保有を検討してみてはいかがでしょうか。災害時、連絡手段や情報収集など様々な場面で活躍するスマートフォン。停電時にも太陽光で蓄電しスマートフォンを充電することができます。



防災グッズをそろえようとすると準備が大変な印象もありますが、まずはご自宅にあるタオル、マスクなどをリュックなどに一つにまとめてみることから始めてみましょう。そうすることで、足りないものが見えてきて普段のショッピングのついでに水を1本買い足す。など少しづつ準備をすることができます。

お引越しシーズン　閉栓時（退去等）のお願い

確認事項

ガス使用停止予定の7日前までにご連絡ください。
●契約者お名前 ●お客様番号 ●ガスを閉栓する場所の住所・電話番号
●当日連絡のとれる電話番号（携帯電話など） ●ご使用停止の希望日時
平日 10:00～16:00（土・日・祝日を除く）

閉栓当日

作業時間は10～30分程度です。
必要に応じてお立合いをお願いします。
閉栓当日までのガス使用料金を請求させていただきます。

使用停止の7日前までに！

ホームページからもお申し込みが可能です。

エナキス　検索

https://www.enakiss.co.jp/

今月の原料費調整額は−4円（税込:−4.4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：〒386-0151 上田市芳田516-2 2F　電話：0268-36-0709
■東北信支店：〒386-0151 上田市芳田516-2　電話：0268-36-3636
■塩 尻 支 店：〒399-0702 塩尻市広丘野村1613　電話：0263-52-0672
■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.2025

ソラノイロ LOCAL MERIT　ソラノイロローカルメリット通信

ソラノイロ LOCAL MERIT（ローカル メリット）加盟店紹介

LITEN BAKERY（リーテンベーカリー）

特典内容

カード提示でパンのお会計より5%OFF

上田市常磐城3-7-37（旧丸山邸内）／TEL.080-9991-9971
■営業時間　10:00～16:00（売り切れ次第終了）
■定休日：日・月

TORTOISE COFFEE（トータスコーヒー）

特典内容

珈琲豆1,000円以上お買い上げで10%引き

上田市常磐城3-7-37（旧丸山邸内）／TEL.0268-75-2804
■営業時間　平日11:00～18:00／土日祝10:00～17:00
■定休日：月・火

この2店はお隣さん。リーテンベーカリーで購入したパンはワンドリンクオーダーすればトータスコーヒー店内で飲食可能！さらに、パンを温めてくれたり、お皿に乗せてくれたり嬉しいサービスも！トーストしたパンと煎れたてのコーヒーの香りに癒されてゆったり充実の時間を過ごせます。

ローカルメリットクラブのホームページはこちらから
https://localcolor.or.jp/

ソラノイロクラブカードを忘れずに！

●加盟店及びサービス内容は変更になる場合がございますので、ホームページにて最新情報をご確認のうえご利用ください。

present

抽選で5名様に「スイーツカタログギフト」をプレゼント!!

※画像はイメージです。

※画像はイメージです。

魔女のパティシエと、相棒のネコが繰り広げるミステリー仕立てのストーリーにのせてお届けする「スイーツだけ」の特別なカタログです。

応募方法

応募フォームはこちらから

テラ応募フォームの「つぶやき欄」に「ギフトカタログ応募」とコメントいただきご応募ください!!

※応募の締め切りは2025年2月28日(金)まで。
※当選者の発表は景品の発送をもって代えさせていただきます。
※景品は、2025年3月17日(月)以降順次お届けいたします。

お手数ですが110円切手を貼ってください

3860151

上田市芳田516-2 2F

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：防災アイテム
②知っ得情報：展示品売り尽くしセール
③知恵袋：恵方巻きの方角
④SNS案内
⑤料理レシピ
⑥メッセージ：灯油配送
⑦あるなしクイズ
⑧ソラノイロ ローカルメリット
⑨「スイーツカタログギフト」プレゼント

1 　2 　3

Information 知っ得情報！

展示品売り尽くしセール ビルトインコンロ

今だけ！

本体価格が定価の **70%OFF!!**

Paloma
パロマ
ウィズナ
PD-829W-75GZ

70% OFF

展示品

■メーカー希望小売価格:¥239,250(税込)

特別価格 **¥66,800**(税込) ※工事費別途

1台限定

停電時にも使用できる!

乾電池で動いているガスコンロは、電気を必要としないため、万が一の際にも活躍します。

※停電時の使用には、必ず**換気**を確保してください。また、手元を懐中電灯などで照らすなど十分ご注意ください。

売り切れ次第終了となります。

※展示品のため多少の汚れ・キズがある場合がございます。

Knowledge おばあちゃんの知恵袋 生活に役立つマメ知識

恵方巻を食べる方角が毎年変わるのはなぜ? 恵方巻きを食べる方角は4種類

●恵方は「十干(じっかん)」で決まる

干支には、みなさんご存知の「十二支」の他に「十干」と言うものがあり、右の表のように10種類を10年で一巡りします。この十干によって、「歳徳人(としとくじん)」と呼ばれる、とても縁起の良い神様がいる方角が決まっているため、その年の一番良いとされる方角「恵方」が毎年変わります。その方角は「北北西」「東北東」「南南東」「西南西」の4つのうちのどれかになり、2025年は「乙(きのと)」なので、恵方は「西南西」となります。

① 甲(きのえ) ⑥ 己(つちのと)	西暦の下1桁 4・9	東北東
② 乙(きのと) ⑦ 庚(かのえ)	西暦の下1桁 5・0	西南西
③ 丙(ひのえ) ⑧ 辛(かのと) ⑤ 戊(つちのえ) ⑩ 癸(みずのと)	西暦の下1桁 1・6・3・8	南南東
④ 丁(ひのと) ⑨ 壬(みずのえ)	西暦の下1桁 2・7	北北西

エナキスNEWS

Facebook・LINE・Instagramで
エナキスの最新情報を随時更新しております!!

暮らしに役立つ情報や、ガス・エネルギーにまつわる豆知識、イベント情報、エナキスの活動の様子などを分かりやすく発信していきます。ぜひご確認ください♪

もちろん公式HPでも!

Facebook LINE Instagram

当社休日のご案内

2025年2月

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

2025年3月

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

Cook ＼カレンダーの2025年2月17日のレシピ／

鶏肉のトマトソイクリーム煮

■材料(2人分)

鶏モモ肉 …… 180g
薄力粉 …… 大さじ2
オリーブオイル …… 適量
タマネギ …… 1/2個
シメジ …… 50g
ホウレンソウ …… 80g
バター …… 5g
粉チーズ …… 6g
生パセリ …… 少々

【材料A】
・トマト缶(ダイス) …… 200g
・調整豆乳 …… 100g
・コンソメ固形 …… 1個
・中濃ソース …… 小さじ1・1/2
・砂糖 …… 大さじ1
・塩 …… 小さじ1/4
・胡椒(黒) …… 少々

■作り方

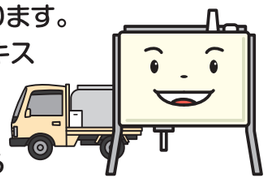
①3cm角くらいの一口大に切った鶏モモ肉に薄力粉をまぶす。
②フライパンを中火にかけてオリーブオイルを引き、①の鶏モモ肉を両面焼き色が付くまで焼く。
③薄切りにしたタマネギと小房に分けたシメジを加えて、タマネギがしんなりするまで炒める。
④4cmの長さに切ったホウレンソウを加えてさっと炒めたら、【材料A】を加えて蓋をし、弱火で10分煮る。
⑤バターを加えて混ぜ、器に盛り付ける。
⑥粉チーズと生パセリを散らす。

2025年カレンダーもぜひご覧ください。

Message 灯油を買いに行かなくてもOK!

灯油配送承ります

ホームタンク100リットル以上からのご注文受付を行っております。
ご注文はお近くのエナキス支店・営業所へお電話、またはホームページのお申し込みフォームからご連絡ください。



ホームページは ➡➡➡ こちらのQRコードから!

※一部配送ができない地域がございます。あらかじめご了承ください。

のりしろ

どっちに入る? あるなしクイズ

今月のお題は「ある」「なし」どちらに入る?
【ある】にあって、【なし】にない共通することを見つけてね!

今月のお題
菓子

どちらに入るか○をして答えてね。

ある	なし
好き	嫌い
水	白湯
姉妹	兄弟
金属	陶器
なし	あり

前号の答え
「ある」
解説:【ある】の単語の後ろに「まえ」を入れると別の言葉になります。

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。

ホームページからも応募できます♪

折り線

カタログギフト応募

応募の方はこちらに○をしてください。

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	(〒 ー)
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掲示したり、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 2月号

キリトリセン

のりしろ