

だん らん

2025年 12月号No.183

発行 : (株)トウエキ

責任者: 根本昌芳

住所 : 郡山市安積2-165



～今月の花の種～

ワイルドフラワー

まきどき: 3～11月

はなどき: 3～11月

プランターや空地で様々な花が簡単に楽しめるように、数種類の花の種子をブレンドしたワイルドな花の美しさを楽しめます。日当たりがよく水はけのよい場所で水を毎日たっぷり与えてください。

《今月の会長筆文字四字熟語》



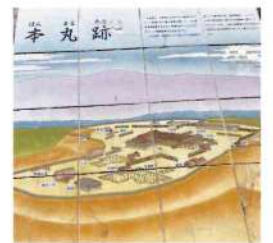
(いちいせんしん)

一意専心

一つのことに心を集中して取り組むことを意味します。現代のように情報があふれる時代だからこそ、この言葉の価値は高まっています。

根 城 (ねじろ)

今回は、日本100名城の一つであります根城をご紹介します。
根城は、青森県八戸市にある中世の城跡で、南北朝時代に南朝方の「後醍醐天皇」についた南部師之（なんぶもろゆき）が1334年に築城し、約300年間にわたり八戸地方の中心でした。本丸のほか中館、東善寺館など、8つの郭からなる平城で、約18.5万平方メートルの城跡です。現在は「史跡根城の広場」として整備されて、主殿や工房、馬屋、納屋などが復元され、土塁や堀、井戸なども残っていて、当時の雰囲気を体感できる公園となっています。根城は、「根拠地」「本拠」と言った言葉でも使われます。例「彼はまだ大学の先生の家を根城にしていた。」
私は最初、根城を（ねじょう）と呼んでいましたが、（ねじろ）だったのでですね。(笑)
城の名前は「南朝方の根本になる城」という願いを込めて根城と付けられたそうです。



甘い言葉の電話や訪問販売にご注意！

『あなたの取引のガス屋のＬＰガス料金は高すぎます。当社と取引すると安くなりますよ！』などと

甘い言葉の電話勧誘・訪問販売が横行し、あいまいな対応の結果、契約書や委任状に記名押印させられ次のようなトラブルが多発しています。
くれぐれもご注意ください！



✔ **トラブル防止の為ハッキリNOということが大切です**

こんな話おかしいな・・・
本当に大丈夫かな・・・



トラブル例

- ①勧誘時のガス料金がしばらくすると値上げされた
- ②押印後にキャンセルしたら高額な解約金を請求された
- ③ガス漏れ等の不安があり連絡しても対応してくれない



このような勧誘に不審に思ったら、印を押す前に必ず弊社または福島県ＬＰガス協会までご相談ください！

福島県ＬＰガス協会 ＴＥＬ：024-943-8585
株式会社トウエキ ＴＥＬ：024-945-2269

今回は築40年のトイレ・入口ドア交換内装工事の事例の紹介です。

うす暗いトイレの一室を施主様のご要望で明るく広くしたいという事で、クロス・床材・建具を一新し、給水の配管をスッキリさせました。

このようなお悩みがありましたら、是非ご相談ください！



記事担当：佐久間純夫



before



after

お見積り無料となっております。
お気軽にお申し付けください。



before



after



after

担当：佐久間 純夫

「高血圧が気になる方へ」

今日のヘルシーレシピ



エネルギー / 265kcal
たんぱく質 / 17.1g
塩分 / 0.9g

材料(1人分)



- | | |
|------------------------------|----------------------|
| ・春菊.....1/2束(50g) | |
| ・赤ピーマン(又はパプリカ).....1/2個(20g) | |
| ・牛もも薄切り肉(赤身).....70g | |
| 〈A〉 | 〈B〉 |
| ・塩.....ふたつまみ(0.4g) | ・コチュジャン.....小さじ1(6g) |
| ・こしょう.....適宜 | ・酢.....大さじ1(15g) |
| ・にんにく(おろし).....小さじ1/4(1g) | ・ごま油.....小さじ1(4g) |
| ・ごま油.....小さじ1(4g) | |
| ・すりごま.....小さじ1(3g) | |

季節の食材 春菊



栄養成分が豊富な冬野菜の代表である春菊は、香りが豊かで胃腸の働きを促し、消化・吸収を活発にします。また、せきを鎮めるなどの効果があるといわれます。柔軟な血管を保つために不可欠なカルシウムや鉄、カリウム、マグネシウムなどのミネラル、抗酸化作用の強いビタミンA・C・E、さらにビタミンB1・B2・葉酸など栄養が豊富です。旬のこの時期肉や魚と一緒にたっぷりいただきましょう。

作り方

- 春菊は葉をつみ取り、茎は斜め薄切りにする。赤ピーマンは千切り、牛もも肉は食べやすい大きさに切って耐熱の器に入れ(A)をからめる。
- ①にふんわりとラップし、600Wの電子レンジで30秒加熱する。
- 〈B〉を混ぜてからめる。
- テフロン加工のフライパンを熱し、牛肉をさっと焼き、②と盛り付けて、ごま油(分量外)をかける。
- 春菊ナムルを肉で包みながら食べる。

年末年始の休業について



12月21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
休み	 今年最終配送日の29日は混雑が予想されるため、 灯油注文はお早めをお願いします。26日までの受付となります。					休み
28(日)	29日(月)	30日(火)	31日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)
休み	年内最終配送 26日受付	休み				
4(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
休み	 年始配送					休み

※電話注文は前日までのご注文で翌日配送致します。

※最終日の29日は26日までの電話注文受付となりますのでご注意ください。

株式会社トウエキ

TEL 024-945-2269



冬場は灯油注文が多くなるためお時間等のご指定ができませんのでご了承ください。

また、最終配送日の29日は混雑が予想されますのでお早目のご注文をお願いします。

※12/26までの注文受付となりますのでお間違いのないようお願いします。



LIFE SUPPORT ピースネット
Piece Net

株式会社トウエキ
963-0107 福島県郡山市安積2-165
TEL : 024-945-2269 FAX : 024-945-2274

LINEお友達追加は
こちらから！



小工事&リフォーム専門店

対応スピード 地域1番に挑戦中

住まいの困ったを**即解決**



人気機種を
見て比べられる
ショールーム

