



柏屋町で40年
運気のいい会社です。

株式会社 倉田

TEL 092-938-2708
FAX 092-939-1715
柏屋町大字長者原382-47

- 住宅リフォーム介護福祉事業
- リフレッシュ増改築
- 上下水道工事
- 介護福祉用品・貸与・販売業
- 水道施設(指定業者)
- 水処理・浄化槽工事
- 産業廃棄物収集運搬業
- エネルギー事業部
- LPガス販売 ガス配管工事
- 灯油・燃料電池・太陽光発電
- タウンショップ
- 切手印紙
- 住設器具・機器販売
- 健康・環境(EM)商品販売、他

美味いお店が
登場しました!

「藤原のたこ焼き」が、柏屋町役場隣の
長者原タコヤさんの所で3月10日オープンさ
れました。

高岐産の新鮮な天然たこ、秘伝の出汁に
こだわりの美味しさふわふわ、わふわ、ほ
つぽつぽ、うめえ〜美味しかったよ〜と
ひ、行ってみたい食べたい〜と下ささい。
柏屋町仲原四八七六(柏屋町役場近く)
TEL 九三二八二〇一
★メニュー★

たこ焼き
甘口・辛口 …… 一五〇円
からしマヨ …… 三〇〇円
ねぎだこ …… 三〇〇円
明石焼き …… 三〇〇円
かき氷 …… 三〇〇円
各 …… 三〇〇円
ミルクかけ …… 一五〇円
宇治金時 …… 三三〇円

※土曜日は、かき氷五十円引です。
ご予約下さい。

お料理教室

毎月一回お料理講座を開催しています。
楽しいひと時だとしても好評です。
ご参加できます!!
次回6月13日(土)10時30分から、
備前田ショッピングセンターで開催しま
す。ご参加ご希望の方は、お気軽に
ご連絡下さい。



おぼあやんの お掃除術

ガス台の頑固な油污れや、
かきこぼれがさつと落ちる

水がきただけではなかなかきれいにしないガス台。
使い古しのさらしにビールをしみ込ませたものでふ
いてみると、油がさらしに吸い込まれるようにきれい
に汚れが落ちます。そのほか窓ガラスの汚れもき
れいになります。

病気を知らずの カラダをズンズン

テーマ「果物の正しい食べ方ルール」

果物を好んで食べている人たちの殆どは、身体が
果物を本能的に要求しているからですが、果物は調理を
しない自然な状態で、嗅覚的にも視覚的にも私たち
を魅了し、生物学的な観点からも人間にとって適し
た食べ物です。

多くの人が食後のデザートとして口直しに果物を
食べたがるのは、本能に基づいた行動なのですが、果物
には正しい食べ方がある事に注目してほしいのです。
正しい食べ方を知らずのうちに、この世の中で唯一
胃の中で消化する必要の無い食べ物です。普通、食
物と云えば胃の中で消化する必要がありますが、果物
物と云えば例外で、早ければ15分〜20分くらいで胃
から外に出ていきます。つまり「かき氷」も、果物自
身が消化酵素を持っているからです。そして胃の中に
長時間とどまるのを嫌います。

胃での消化時間の長い食べ物(肉、魚、卵、乳製品や
ほかのおかず類、ごはん、パン)といったタンパク質や
炭水化物食品などと同じように、果物の糖が最終的に
消化が終わるのを待っている間に、果物の糖が発酵し
てしまいます。また、胃の中に入っている他の食べ物
までもが腐敗や発酵を起し、栄養として殆ど利用でき
なくなってしまうのです。

したがって、果物を食べる時間は、胃の中に何もな
い状態のときでなければなりません。そして果物
は非常に優れた特性をいくつも持っています。

- ①成分の約90%は生命力のある水である。
- ②消化にほとんどエネルギーを必要としない。
- ③身体に必要な五大栄養素をすべて過不足なく含ん
でいる。

つまり果物こそが、私たち人間にとって本当の意
味での完全栄養食品といえるでしょう。果物は食生
活の脇役ではありません。主食として十分な食べ物
です!

果物の正しい食べ方のまとめとして

- ①果物を食べる時は、胃の中がからっぽの状態
で食べる。(肉、魚、穀物の食事をしたあとは8時間待
ってから食べましょう。)
- ②ほかのものを食べた直後に食べない。(デザート扱
いは禁物)
- ③果物以外のものと一緒に食べない。
- ④新鮮で熟したものを生で食べ、丸ごと食べる。
(加熱したりして加工すると、酵素や栄養は死滅し、
酸化してしまうので、果物のすばらしいパワーが
なくなってしまう。)

それから、果物以外にも必ず毎日摂取するべき物
があります。それは至る所にあるあらゆる病気を肥満
から開放される食材なのです。

今回は、この食材についてお話しします。

食生活アドバイザー 和奈

イベント予告

現在分かっている、展示会の予定をお知らせ致します。

◎TOTO 秋のふれあい感謝祭
開催日 9月12日、13日
場所 キヤナルシティ 福岡ショールームにて

◎西部ガス ガスフェスタ
開催日 11月21日、22日
場所 所サンレイクかすやにて

※詳細は展示会前にお知らせ致します

くらたのへらしのご提案

① 住宅用火災警報器の設置期限が 過ぎました。(5月31日まで) まだ設置されていない方は、 お早めにご連絡下さい。

② シャボン玉石けん 扱っております

人にやさしいものは自然にもやさしい。シャボン
玉石けんは、化学物質・蛍光増白剤、酸化防止剤、香
料(色素)を使用していない無添加石けんです。
「健康に優しい」と評判です。

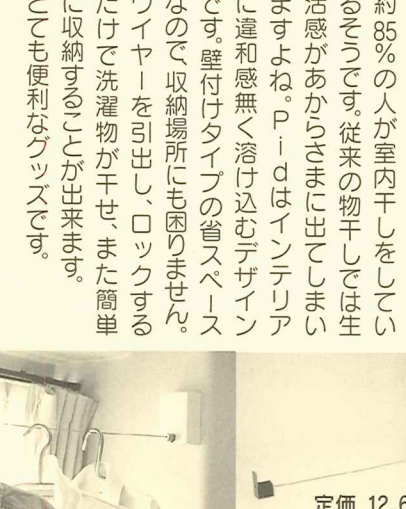
※その他の商品も多数取り扱っております。

シャボン玉キッチン 固形タイプ 110g 136円(税込)	シャボン玉EM 台所用 110g 170円(税込) 浴用 100g 170円(税込)	シャボン玉EM 粉石けん 1kg 880円(税込)
----------------------------------	--	------------------------------

③ 室内物干しワイヤー Pid

約85%の人が室内干しをしてい
るそうです。従来の物干しでは生
活感があからさまに出ています
ますよね。Pidはインテリア
に違和感無く溶け込むデザイン
です。壁付けタイプの省スペース
なので収納場所にも困りませぬ。
ワイヤーを引出し、ロックする
だけで洗濯物が干せ、また簡単
に収納することが出来ます。
とても便利なグッズです。

定価 12,600円(税込)



社長徒然草

巻ノ二、 スローフード運動

日頃から大変お世話になり感謝いたしております。
三月に創刊号を発行致しました結果、1次号が楽しみ
(見たよ!)との声を多数頂きとても勇気づけられま
した。誠にありがとうございます。

早速ですが皆さん、スローフード運動をご存知ですか?
スローフード運動は一九八六年、北イタリアの小さな
町で生まれました。

それは三つの指針を定めています。

- 一、消え行く恐れのある伝統的な食材や料理、質のよ
い食品(ワイン)を守る。
- 二、質のよい素材を提供する小生産者を守る。
- 三、子供たちを含め、消費者に味の教育を進める。

ゆっくり生き、ゆっくり感動しながら味わい、ゆっく
り考えながら行動する二十一世紀型の生き方そのも
のを提唱、広げたいというものです。

また、経済優先、効率優先、成長優先であった二〇世紀
を見つめなおすものです。

日本でも郷土食や地方の特色ある野菜などの食材や
日本酒を改めて見直そうというこの運動が各地で起
こっています。

私たちLPガス業界も「食」への関心を持って頂き
たいと日頃よりご提案を続けています。
しかし、目新しさ「掃除のしやすさ」「手軽感など
から電気の調理器を選ばれるお客様が増えています。
これらは全て料理本来の「おいしさ」「栄養」「健康」と
は関係がない要素ばかりです。

食材や種を発掘・保存しているという運動、それら
貴重な種を保存供給してくれる「小さな生産者を保
護する運動」「ファーストフードに慣らされて失いか
けている感性を再発見する「味覚教育」を各種食材の
試食会や講演会などを通して普及させようとするス
ローフードの思想と私たちLPガス業界が提案してい
る「炎がみえる食生活」はまさに合致するものと思
います。

これからもスローフード運動に注目していきたいと
思います。

おしながき

- 住宅リフォーム 介護福祉事業
リフレッシュ増改築 上下水道工事
介護福祉用品、貸与・販売業
水道施設(指定業者) 水処理・浄化槽工事
産業廃棄物収集運搬業
- エネルギー事業
LPガス販売 ガス配管工事
灯油・燃料電池・太陽光発電
- タウンショップ
切手印紙 住設器具・機器販売
健康・環境(EM)商品販売、他

昭和39年 創業
建設業許可(般-18)第70101号 介護保険 番号4074400211

スタッフ日記

<p>幾分暖かくなってきたので、最近 朝から愛犬M・シユナウサー・オス 4才との散歩に出かけるようになりました。 それが習慣になって、毎朝の 時になると自分の部屋の扉を開けて おすわりを待っています。こ れから暑くなるので自分も犬に負付 けないよう、ハテサに気合を入れた と思います。</p> <p>総務部 大山 電一</p>	<p>最近、柏屋町地区近辺のお店に 飯を食べに行く機会がよくあります。 みなさんご存知のおいしいお店が あります。ぜひおしえてあげたい。 ちなみにお酒は飲めません……。</p> <p>アカア開発部 末吉 裕文</p>	<p>わずかながらこぼれかたに放置した 後に水漏れの修理依頼されるケー スがあります。水道代の無駄になる ばかりか、時には壁、床材が傷む原因 にもなります。 水漏れは早目に当社へ相談を……</p> <p>アカアプランナー 阿部 瑞枝</p>	<p>高速道路の通行料金が、土日祝 日だけではありませんが、一週間半 になり早速、私も利用させて頂きま した。確かに、安く利用できる事は良 い事ではありますが、高速走行に慣 れていない方には、緊張の連続で楽し いはずのドライブも、逆に疲れるば かり。そこで運転のメリハリをつけ る意味も含めて、途中で高速を降り てみる事を、お勧めです。意外な六 場の温泉や、おいしいものに会え るかも。緊張もほぐれて、ドライブの 楽しみも増えるでしょう。くれぐ れも安全運転で。</p> <p>LPG開発部 茂田 晴男</p>	<p>先月、三人目の女の赤ちゃんが誕 生しました。出産に立会って子供が 産れてきた時はとても感動しました。 このことを忘れずには仕事も頑張っ ていきたいと思っております。</p> <p>アカア開発部 川尻 渉</p>	<p>毎月のガス検針時に、移動中や、検 針訪問先で四季折々の風景や庭先 の草花を拝見してリフレッシュさ せていただいております。</p> <p>LPG開発部 大山 春美</p>	<p>この庭先にも可愛い花が、い っぱい咲いていますよ。わが家でも、今 年は、パンジーがチョー可愛く咲い ています。</p> <p>総務部 安河内 秀子</p>	<p>一番苦手な季節である夏がやって きます。種々の虫が一杯に動き出し、 その様子を見るたびに自分の幼少時 代を思い出します。父母が作業して た畑によく行って行くと、必ず 土の中から出てくる幼虫や這つ虫が 怖くて自分の足元に近寄ってくる とドキドキしたのが記憶にあります。 今でもやはり苦手なので、家の内外 にはEM菌を散布しています。人に安 全でよく効果を発揮し重宝しています。</p> <p>総務部 倉田 京子</p>	<p>介護の仕事をしていると、つい自 分の両親と重なってしまいます。先 日も、歩行器移動されていた方が「杖 をついて家のまわりを散歩できるよ うになったよ」と笑顔で話して下さ ったことがとても嬉しく、また仕事 への活力となりました。</p> <p>リネオプランナー 森田 久美子</p>
---	--	--	---	--	--	--	---	---