

お・も・て・な・し・Party! 第38回 料理教室



12/7(土)に、料理教室を開催しました。回を重ね、今回で38回目。今年は50回目を迎える予定です。毎月1回のペースで開催しておりますので、2014年もぜひよろしくお願いいたします。



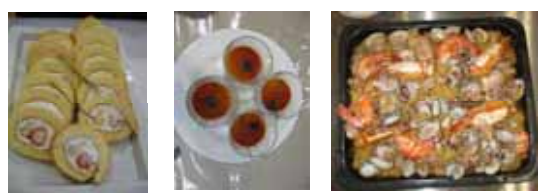
回を重ねるにつれ、リピーターのお客様も大勢いらっしゃいます。キャンセル待ちが出るほど、たくさんのお客様にお越しいただきました。



コンロのグリルで焼いたフランスパンをオニオンスープに浸して完成



皆さんテキパキと手際が！さすがです



これで、おもてなし料理をふるまうことの多いこの時期も心配ナシですね。皆さんおなか一杯、大変満足されていました。ありがとうございます。

次回は第40回 2/8(土)「スイーツバレンタイン」ご予約はお早めに…♡
野々市営業所「キッチンスタジアム」にて開催

スタッフ紹介



野々市営業所 北村 昂大

明けましておめでとうございます。北村です。平成26年も楽しい1年にしたいと思います。早速ですが「今年3月に結婚します」の一報！残念ながら僕ではなく友人です。この場をお借りしてハナムケの一言。「長かった～！。ホント長かった！けどオメデト～」ちなみに昨年の暮れから二次会で行うダンス？の練習をしています。曲はAKBの「恋するフォーチュンクッキー」 男友達で踊ります。もしかしたら「女装」させられるんじゃないかと今から不安です。画像が撮れれば次の機会に…。

こんな僕ですが色々体当たりで頑張りますので本年もよろしくお願いいたします！



暮らしに幸せの翼ひろげます・・・

大城エネルギー株式会社

当社は、LPガス・石油製品の他にも、こんなこともやっています。
ご不便・お困りなことがございましたらお気軽にご相談ください

- 水漏れ修理・パッキン交換 ●水道、蛇口取替●湯沸し、風呂釜の修理、取替
- 手すり取り付け●バス・トイレ・キッチンリフォーム

住まいコンシェル
住まいコンシェル ライファ野々市店

野々市営業所 ☎248-4280
鶴来営業所 ☎273-2237

一般建設業 石川県知事許可第17787号

つばさメール



2014. 01

太陽光発電
前月の総電量
289kw

新年明けましておめでとうございます。昨年はこのつばさメールの中でいろんな拙い話題を書込み、それを読んで頂き大変ありがとうございました。今年もいろんな所へ行き、いろんな人と出会い、いろんな事を見て聞いて、私なりの表現？で皆様にお伝えして参りたいと思います。恥ずかしい話もありますがどうかお付き合いの程よろしくお願いいたします。

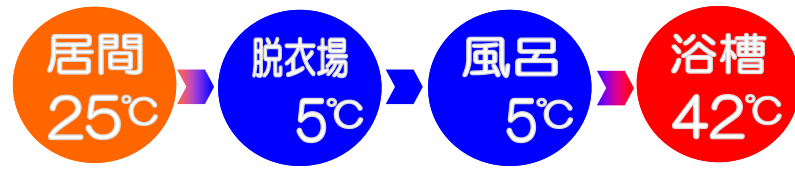
さて、年も改まりましたが、昨年の漢字一文字は『輪』でした。東京五輪決定・復興の輪。と言ったところでしょうか。今年はリチ冬季五輪・サッカーW杯ブラジル大会とまたまた感動を頂けそうです。又、流行語大賞では『今でしょ!』『お・も・て・な・し』『じぇじぇじぇ』『倍返し』と4つも、決め切れなかったんでしょうね。個人的には『今でしょ』が◎良く使いました。十大ニュースは全国版、地方版、個々に…。色々それぞれあると思いますが、弊社野々市営業所としては、昨11月に「住まいコンシェルライフ野々市」がオープン！した事。本格的に建築、リフォーム業に参入しました！ 料理教室も2月で40回目を迎えます。コツコツと足かけ4年。今年も「五感に訴えるこだわりの料理教室」を初心に返って実行して行きます。



野々市営業所長 小酒 登

ヒートショックの予防

原因は浴室の急激な温度差。



脱衣室と浴室を十分暖かく。

脱衣所が寒い場合は、暖房器具などを置くこと。浴室暖房の設置、または浴槽にお湯が溜まっている場合には、風呂に入る前にしばらく浴槽のフタを開けておくことで浴室の温度を上昇させることができます。

風呂の温度は、38度～40度

42～43度の熱い湯は、心臓にかなりの負担がかかります。38度～40度くらいの低めのお風呂に入るようにしましょう。

高齢者・高血圧の人は一番風呂を避ける。

一番風呂は浴室が温まっていないので、ヒートショックをおこしやすいので、家族が入ったあとの浴室が温まったときに入浴するようにしましょう。



暖かい室内	寒い脱衣所	浴室も寒い	熱めの浴槽内
血圧安定	血管が縮んで血圧上昇	血圧がさらに上昇	血管が広がり血圧低下

寒いトイレでも似たようなことが起こりえます。トイレの暖房も効果的です。