

矢尾百貨店 情報

〔営業時間〕午前10時～午後7時
3F/催事場
～美と健康～快適ライフフェア
 4/14～18日 ※最終日は、5時閉場。
 ●服を着たまま入る家庭用半身浴サウナ(ハーフスパ) ●(医療機器)足裏低周波治療器(フットサポートEV) ●電気磁気治療器(マグネチックプラス) ●卓上型カラーゲンマシンベーズコーラ(ビューティライト)、その他家庭向けのヘルス機器を多数ご紹介致します。

終活アート四人展
 4/21～25日 ※会期中、6時開場。最終日は、3時閉場。
 私たちの人生を豊かに楽しませてくれた作品展。浅賀美知子(押し花)、石川光子(刺繍(絹刺し))、原嶋さち子(水彩画)、横山啓子(フランス刺繍・写真・水彩画)

一流メーカー一流問屋 徹底大処分
 4/29～5/2日 ※最終日、5時閉場。

婦人フォーマルバーゲン&美と健康&和装バーゲン
《同時開催》5/8(日)・9(月)限定 ウィッグ試着販売会
 5/5～9日 ※最終日は、5時閉場。

ワコールバーゲン
 5/12～16日 ※最終日は、4時閉場。

3F/美術サロン

七宝工房～輝～グループ展
 4/14～18日 ※会期中、6時まで。最終日は4時閉場。
 光輝く4月、伝統工芸七宝焼作品展・即売会を8人で開催致します。

呉服七五三&和装小物フェア
 4/23～26日 ※最終日は、4時閉場。

薩摩切子展示即売会
 4/29～5/8日 ※最終日は3時閉場。

※内容・日時等、変更する場合がございます。ご容赦下さい。

令和4年度 秩父地域生涯現役促進地域連携事業(厚生労働省 埼玉労働局委託)
再就職・社会参加をご支援します!!

ボランティア活動 シニアの求職

相談窓口のご案内

笑顔で働く、元気なシニアのみなさまを応援いたします!!

定番後の暮らしをどうしたいのかお悩みの方! どんな仕事をしたら良いのか迷っている方! 新しい生きがいを探している方! 社会と関わって行きたい方! **まずはご相談ください!**

ちちぶ雇用活性化協議会
 〒368-0046 埼玉県秩父市宮側町1-7
 秩父地域地場産業振興センター 3F
 TEL:0494-26-7691 FAX:0494-26-7692

Tsukamoto's Reship!

第7回

春は山菜や海藻・貝類の新物がいろいろ出回ります。沢山取り入れて楽しみましょう。

〈アサリ入かやくご飯〉
 材料(2~3人)
 アサリ.....殻付き250g (酒・水 各大さじ4)
 人参.....30g
 ごぼう.....10cm
 しいたけ.....2枚
 油揚げ.....1枚
 米.....カップ2 (水加減...水+アサリの煮汁カップ2・塩小さじ1・しょうゆ大さじ1・酒大さじ2)
 青味少々...いんげんは塩茹でして細く切る。

【作り方】
 ①アサリは殻をすり合わせて洗い、アサリが浸る位の水を入れ、海水程度の塩を加えて1~2時間位薄暗い所に置き、砂をはかせる。水洗いをして平に入らぬくらいの鍋に入れて酒・水大さじ4を加えて弱火にかけ、殻が口を開いてきた様子を見ながら泡をすくい全体に開いたら火を止める。粗熱が取れたら身と殻を分ける。煮汁はこす。
 ②人参・しいたけ・油揚げは細切り、ごぼうはささがきにして水に晒す(2~3分)
 ③炊飯器に洗った米と水加減、味付してよく混ぜて炊く。アサリを加えて混ぜ、器に盛り付けいんげんを飾る。

〈うど・わかめ・かにかまぼこの甘酢あえ〉
 材料(2~3人)
 うど.....15cm位
 生わかめ.....50g
 かにかまぼこ.....5本
 しょうが.....少々
 甘酢.....酢大さじ3・砂糖大さじ1・塩小さじ1/2

【作り方】
 ①うどは皮のとげをこそぎ取り、縦半分に切り、斜めに、2~3mmの薄切りにして酢水(カップ1・酢小さじ1)に15分漬けて(アクを取り白く仕上げ)さっと水を通す。
 ②生わかめは洗って2cm位の細切りにする。うどと一緒に酢少々ふりかけておく。(水っぽさをなくするため)。
 ③かにかまぼこはほぐして半分にきる。
 ④器に①②③を盛り生姜の千切りを上にし、甘酢をかける。

秩父ガス社員紹介コーナー

わたしのシャッターチャンス

今年の初詣は、熊谷市にある厄除け開運のお寺「龍泉寺」に行ってきました。ヤフーで日本一になった開運のお守りと、切り絵の御朱印が人気で全国から参拝者が訪れるそうです。私は、新年限定の可愛らしい御朱印を頂いてきました。

さつき ゆみこ
 総務部 佐伯 由美子

秩父市共通商品券 お取り扱っております。

「あったからんど」は再生紙を使用しています。



リフォーム補助金のお知らせ

「こどもみらい住宅支援事業」

子育て世帯又は若者夫婦世帯による高い省エネ性能を有する新築住宅の取得や、住宅の省エネ改修等に対して補助金の申請ができます。

対象期間 リフォームにおいて、令和4年10月31日までにすべての工事が完了した上で交付申請が可能なもの。

補助金額 リフォームの場合、最大30万円/戸

対象工事 開口部の断熱改修・外壁、屋根、天井又は床の断熱改修・エコ住宅設備設置のいずれかを含むリフォーム工事。

※1申請あたりの合計補助額が5万円未満の場合は申請できません。詳しくは国土交通省ホームページをご覧ください。

新築、改修等お考えの方へ

退職のお知らせ

営業部お客様サービス課に従事しました大野幹広は自己都合により、令和4年3月31日付で退職いたしました。平成29年4月入社以来、5年間大変お世話になりました。ありがとうございました。

電気も販売しています

ガスと電気のセット割で、電気料金がオトクになります!

4月度ガス料金表

■都市ガスのお客さま 一般契約料金単価表

1ヶ月のご使用量	基本料金	従量料金
料金表A 0m ³ ~20m ³	840.40円(税込)	299.78円(税込)
料金表B 20m ³ を超え50m ³ まで	1,320.00円(税込)	275.80円(税込)
料金表C 50m ³ を超え120m ³ まで	2,178.00円(税込)	258.64円(税込)
料金表D 120m ³ を超え200m ³ まで	3,278.00円(税込)	249.47円(税込)
料金表E 200m ³ を超え500m ³ まで	5,434.00円(税込)	238.69円(税込)
料金表F 500m ³ を超えるもの	13,134.00円(税込)	223.29円(税込)

従量料金1m³あたり3.09円の値上げになりました。

■大野原グリーンヒル団地のお客さま 一般契約料金単価表

1ヶ月のご使用量	基本料金	従量料金
料金表A 0m ³ ~5m ³	991.74円(税込)	526.18円(税込)
料金表B 5m ³ を超え20m ³ まで	1,179.25円(税込)	488.67円(税込)
料金表C 20m ³ を超えるもの	1,981.67円(税込)	448.55円(税込)

従量料金1m³あたり0.47円の値下げになりました。

5月度のガス料金表は検針票で確認願います。

冬のエコライフDAYの実施

当社を含め埼玉県下の都市ガス事業者、全19社にて年2回冬と夏にエコライフDAYを実施しております。今回は2月6日(日)に冬のエコライフDAYを実施しました。

エコライフDAYとは、大気中の二酸化炭素の増加によって起こる温暖化を防止するために、生活の中でのちょっとした省エネ・省資源ができるチェックシートを利用して、地球環境を考えて過ごした結果を集計しています。当社の参加者は全社員とその家族、協力会社2社、合計38名が参加し約32kgのCO₂、全体では3,738名の参加で3,303kgのCO₂を削減しました。

皆様も様々なところで、エコライフDAYが実施されておりますので、参加してください。

エコライフDAY2022(冬)チェックシート 中学・高校・一般

下のエコライフ項目を見ながら、今日は1日、環境のことを考えて生活してみよう!!

項目	達成状況	削減量
★1 室温20℃を目安に暖房を適切に使用した。(152g・ひと冬で1,406円節約)	①	152
★2 暖房の利用時間を1時間減らした。(116g・ひと冬で1,079円節約)	②	116
★3 エアコンのフィルターを掃除した。(40g・1年で846円節約)	③	40
★4 ほかのことをするときは、テレビを消した。(21g・1年で445円節約)	④	21
★5 テレビなど家電製品を使わないときは、主電源を切ったりコンセントからプラグを抜いた。(70g・1年で1,483円節約)	⑤	70
★6 部屋を出る時は、明かりを消した。(19g・1年で406円節約)	⑥	19
★7 シャンプーや台所用洗剤などは、使いすぎず適量使った。(72g)	⑦	72
★8 お湯や水を流しっぱなしにしないで、こまめにとめた。(82g・1年で1,641円節約)	⑧	82
★9 お風呂は冷めぬうちに、みんなで続けて入った。(233g・1年で4,627円節約)	⑨	233
★10 タオルをよく拭いてからドライヤーを使った。(38g・1年で805円節約)	⑩	38
★11 トイレの便座暖房の温度を低くした。夏は切った。(33g・1年で699円節約)	⑪	33
★12 冷蔵庫にものを詰め込み過ぎなかった。(55g・1年で1,161円節約)	⑫	55
★13 冷蔵庫の食材をチェックし、買うものを決めてから買い物に出かけた。(18g)	⑬	18
★14 お店で手前にある食品を購入した。(12g)	⑭	12
★15 食べられる部分は無駄なく使い切って調理した。(11g)	⑮	11
★16 ご飯やおかずを、残さず食べた。(22g)	⑯	22
★17 野菜は旬のものを選んで食べた。(97g)	⑰	97
★18 買い物をするとき、レジ袋をもらわなかった。(33g)	⑱	33
★19 出かけるときは、水筒やマイボトルを持ち歩いた。(49g)	⑲	49
★20 出かけるときは自動車に頼らずに、徒歩・自転車・バス・電車を利用した。(205g・1年で2,236円節約)	⑳	205

()の数字は1日に減らせる二酸化炭素の量です。20項目すべて実施すると1,378gになります。
 ☆マークは必須項目で合計810gを達成できます。今回の達成目標は650gです。

1がついた点数
 0 0
 1がついた二酸化炭素の合計
 0 0
 (全部実行すると1,378gです)