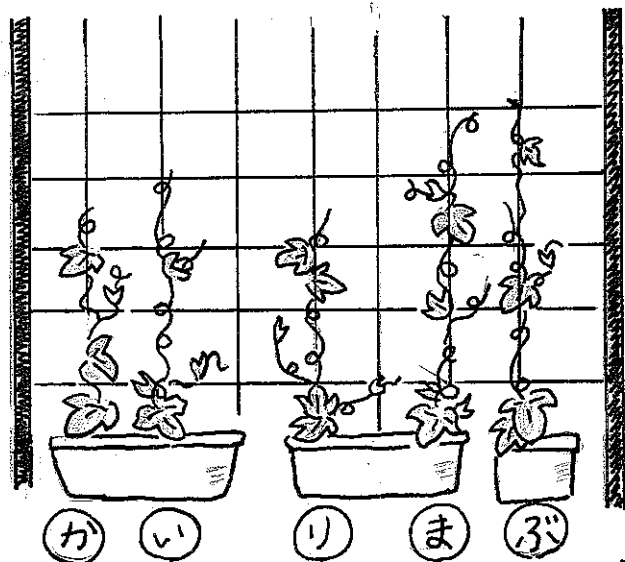


利根日石新聞

こんにちは☀️ 暑い日が続きますね。

熱中症には、十分注意して、過ごしていきましょう。



ホームエネルギー課入口

事務所の入口に  
あさがおでグリーンカーテン  
作りました。  
去年も植えて挑戦  
したのですが、虫に  
やられてしまいました...。  
今年は虫にも負けず  
すくすく育っています。

(名前を付けて育てます)

節電と節約も重ね グリーンカーテン

まだ花は咲いていないのですが... 楽しみです♪  
今年の夏も暑くなりそうです。暑さに負けず頑張りましょう!!

2009年11月1日

創刊

平成23年7月号

第000021号

発行

利根日石株式会社  
本社販売管理課

TEL: 0278-24-1635

FAX: 0278-23-7980

... 匂の香り ...

とみいご家から、そら豆をいただきました...  
千葉のご実家から送られてきたそうです。

やはり匂の野菜は、生命力にあふれて  
香りも、味も格別です。

さっそく、そら豆のサヤを食べているお母さん。

その横で、いっしょに食べていた... ヤ

カ〜見せて「た私は、たまらず...」

ちよっとのスキに、ひとつ3、(1071) ひろぶ、だはふ


それを見たお母さん、思わず

あ〜、黙って食べたなあ〜

黙って食べたと言われても。


私、たはしー “ワ〜”って言えばよかったのあ?



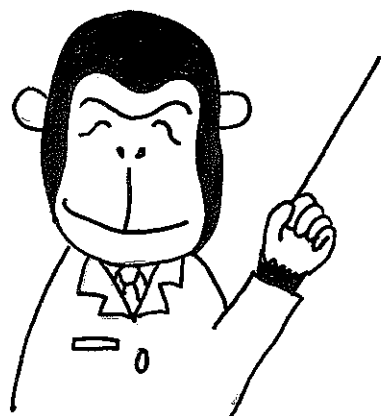
なつ野菜   
も食べよう!!

体のほりやのほせに効果を発揮  
なすとひき肉のカレー炒め

食べやすい大きさに切ったなすを水にさらし  
ピーマン少々、玉ねぎも食べやすい大きさに切って、  
ひき肉200g前後、フライパンで炒めず、野菜  
を入れてさらに炒めず、最後にカレー粉を入れて  
出来あがりです。豚ひき肉のビタミンB1の働きを  
玉ねぎの硫化アリルを高め、疲労の発生を抑え  
られる食材です。お試しください。

匂のしらすを使った  
シラスのカレー粉揚げ   
玉ねぎはみじん切り又は薄切り、シラスは水をしぼり  
山芋又はひき肉150gへ玉ねぎを入れ、カレー粉  
を混ぜ、合め、食べやすい大きさにして、180℃の  
油で揚げます。イワシはカルシウムとビタミンD  
が精神を安定させる食べ物です  
そに大根おろしもあるとさらさらしす

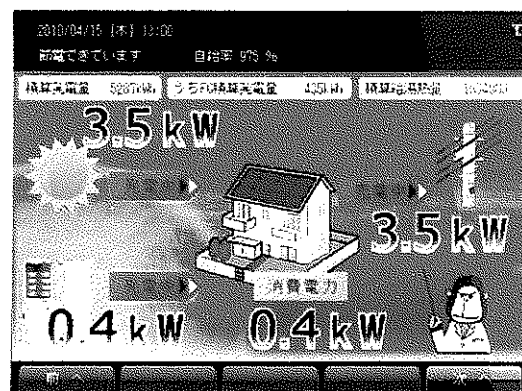
# 太陽光発電モニター 募集中!!



利根日石(株)ホームエネルギー課では7月より太陽光発電モニターになって頂ける方を募集しています。家族構成や電気の使用量を教えて頂ける方にはモニター様特別価格にて太陽光発電システムをご提供させて頂きます。

**さらに!** 今ならエネコリ君が発電量やCO<sub>2</sub>の削減量を教えてくれるENEOS特製カラー液晶モニター「エネコリ」をプレゼント!\*  
ご家族みなさんで発電や節電に取り組むきっかけに頂けると思います。  
このチャンス是非ご利用ください。

\*「エネコリ」(希望価格:¥98,000)  
5.7インチ TFT型カラー液晶  
先着10名様にプレゼント!!



自給率・節電メッセージ等を表示します  
現在の発電量、消費電力、貯蓄率などの状況が確認できます。

## 計画停電 始まる!

利根沼田地域も6月より計画停電のグループ分けに組み込まれることになりました。幸い、今のところは実際の停電に至った日はありませんが、暑さが増える7月・8月にはクーラーの使用などが増え、やむを得ず計画停電に至る日が出るかもしれません。

# 7月

計画停電  
カレンダー

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
26	27	28	29	30	1 赤口 9:30~12:10	2 先勝 17:30~20:00
3 友引 15:30~18:10	4 先負 13:30~16:10	5 仏滅 11:30~14:10	6 大安 9:30~12:10	7 赤口 17:30~20:00	8 先勝 15:30~18:10	9 友引 13:30~16:10
10 先負 11:30~14:10	11 仏滅 9:30~12:10	12 大安 17:30~20:00	13 赤口 15:30~18:10	14 先勝 13:30~16:10	15 友引 11:30~14:10	16 先負 9:30~12:10
17 仏滅 17:30~20:00	18 海の日 大安 15:30~18:10	19 赤口 13:30~16:10	20 先勝 11:30~14:10	21 友引 9:30~12:10	22 先負 17:30~20:00	23 仏滅 15:30~18:10
24 大安 先勝 31 9:30~12:10	25 赤口 11:30~14:10	26 先勝 9:30~12:10	27 友引 17:30~20:00	28 先負 15:30~18:10	29 仏滅 13:30~16:10	30 大安 11:30~14:10