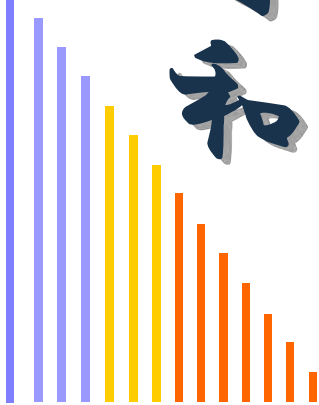


わたし日和

平成二十一年二月号



こんにちは、マルエムプロパ
ンの佐藤昭です。このとこ
ろ頻繁にガスの営業マンが
出没しているというお客さ
んからの情報があります。が
くれぐれもうまい話には注
意してくださいね。営業マン
のなかにはしつこい人や脅
しのような態度をとる人、嫌
な捨てゼリフを残していく
ような人もいると聞きます。
何かありましたらマルエム
へ御一報ください。神奈川県
エルピーガス協会でも現状
を大変問題視しており、いろ
いろな対策を考えているよ

うですがなかなか有効な方
法をとるのは難しく、今のと
ころチラシを配り、お客さん
がだまされないよう注意を
促す程度にとどまっていま
す。一月二十一日の読売新聞
に神奈川県内で東証一部上
場の大手ガス屋が訴えられ
たという記事がありました。
理由はお客さんに無断でプ
ロパンの値上げを繰り返して
いたというものです。そこ
のガス屋さんの契約社員(こ
の場合、ブローカー)向けの
マニュアルを入手したので
すがそこには服装や報酬、新

お元気ですか？

規顧客を獲得した場合の簡
単なマニュアルなどが書か
れています。最後の一
行に「値上げ後のクレームは
社員が対応します」と書かれ
ています。最初から値上げが
前提条件になっているとい
うことですよ。お客さんを
馬鹿にしていると思いませ
んか？ 頭にきます。だまさ
れないで下さい。ちなみに下
表は経済産業局公表のガス
料金です、参考にしてくださ
い。うちの一般戸建て用料金
が最安値で載っています
ので。



液化石油ガス価格分布状況
(平成20年12月末現在)

関東経済産業局管内 (3)

県地域	基本料金		家庭用小売販売価格 (消費税込み)						
	最高値	最低値	平均値	5 m ³		10 m ³		20 m ³	
				最高値	平均値	最高値	平均値 (対前年同月比)	最高値	平均値
				最低値		最低値		最低値	
神奈川県	2,410	1,500	1,706	5,720	4,198	9,340	6,648 (108.4)	16,580	11,492
	3,465			5,000		9,135			
横浜北	-	-	-	4,829	4,369	7,717	6,731 (103.7)	13,335	11,628
	3,990			6,400		10,815			
横浜南	2,100	1,570	1,775	5,720	4,312	9,340	6,764 (111.3)	16,580	11,865
	3,800			5,000		9,500			
横浜中央	1,890	1,500	1,750	4,672	4,181	7,402	6,772 (110.6)	14,636	11,823
	3,659			5,800		9,600			
湘南	2,410	1,500	1,730	5,403	4,183	8,253	6,630 (108.4)	13,912	11,411
	3,850			5,970		10,050			
県央	1,930	1,575	1,679	4,630	4,053	7,350	6,349 (107.3)	12,910	10,891
	3,465			5,355		9,135			
西湘	1,950	1,575	1,769	4,700	4,360	7,500	6,903 (109.3)	12,800	11,831
	4,042			6,510		11,130			

お財布も、ちょっと贅沢

インターネット環境のある同士なら、「スカイプ」や「ヤフーメッセージャー」などを使って世界のどこへでも通話や音声チャットが無料で利用できます。相手にインターネット環境がなければ、ポイントサイト「ただTEL」を利用して電話代の節約ができています。

ポイント貯めて 電話料金をタダにする

「ただTEL」は、貯めたポイントに応じてパソコンから固定電話やケータイに電話できるサービスです。通話料金はポイントで支払うので、それなりのポイントがあれば実質無料。つまり通話料がタダになるわけです。このポイントは姉妹サイトでの買い物にも利用でき、さらにクレジットカード会社のギフト券と

パソコンが ネットにつながる環境なら



交換可能です。

利用にあたっては、専用ソフトを無料でダウンロードしてパソコンに設定します。通話料に換算されるレートは通話1分につき10ポイント。「ただTEL」サイトにはコツコツとポイントを稼げるものがあります。航空券の予約、保険の見積り、エステの申し込みなどは一度に千〜万単位のポイントが付く場合もあります。上手に利用すればポイントアップも早そうですね。通話はパソコンからのみ。多少の利用条件もあります。それを考えると面倒ではありますが、少しでも電話代を節約したいと思うなら試してみる価値はありそうですね。

からだも贅沢

怒（いかり）の後、早く食すべからず。食後、怒るべからず。憂ひて食すべからず。食して憂ふべからず。（養生訓 巻第四より）

【意味】 食事の前後に怒ってはいけません。また、心配事を抱えたまま食事をするのもいけません。

日本語の「喜怒哀楽」に対して、漢方では「喜怒哀思憂悲恐驚」の七つで感情を表現するそうです。それぞれは、喜↓心臓、怒↓肝臓、思↓脾臓（ひぞう）、憂悲↓肺臓、恐驚↓腎臓の五臓に対応しています。

この中の「思」とは、一生懸命考える・深く考えたといった意味だそうです。「思」に対応する「脾臓」はおもに消化器系をなっており、気や血液のめぐりに深く関係しています。

喜び過ぎれば心臓に、怒り過ぎれば肝

四季の養生訓 江戸に学ぶ健康法

臓に、憂いや悲しみが過ぎれば肺に、むやみに恐れたり驚いたりすれば腎臓に悪影響を及ぼし、考えすぎると内蔵全体が弱ってしまう、という考え方です。

「思」を現代風に解釈すると「ストレス」にあたるでしょう。何事も頭で考えすぎると体まで緊張します。常にストレスを抱えている人は、常に体が緊張しているのと同じこと。本人が思っている以上に体は負担を感じているのです。

にこにこ笑って食事をしたほうがおいしくて、消化にも良いのは当然のこと。「今日もごはんがおいしい」と思えたら、体のコンディションが整っている証拠です。ですから、逆のときは要注意ですね。



一粒のシヨコラ 一粒のシヨコラ



人生はチョコレートの箱のようなもの。食べてみるまでわからない
映画「フォレスト・ガンプ」より

人生の一粒

人生の福袋

今

年のお正月は例年に増して福袋がよく売れたそうです。とくに人気だったのは生活用品や衣料品で、福袋にも景気が反映されたのでしよう。

景気が悪くなるとミニスカートが流行るといわれますが、同じく福袋もよく売れるのだとか。お得を求めているのはもちろんとして、節約生活のちょっとした心の潤いというか、「たまには「こぼっぴ」的な感覚もありそうです。

最近の福袋はあらかじめ中身が分かっているものもありますが、本来は「ビックリ箱」のようなものです。何が入っているか分からないからワクワクして、そのワクワクまでを含めての「福」だろうと思います。

ただし、中身を自分で選べない以上、値段では得をしても中身に不満が残ることもあります。衣類なら、趣味やサイズが合わない《ハズレ》もあ

ります。「ハズレがあるかもしれない」と予想もします。それでも、何が出るか分からないワクワクを楽しんで、たとえハズレがあっても「まあ仕方ない」と思えるのが福袋の不思議な魅力でしょう。

福

袋を買う列に並ぶ人のニユースを覗いて思いました。福袋なら「何が出るか

分からない」ことにワクワクできるのに、人生を福袋のように楽しめないのはなぜでしょう。

ある知人は、自分が望む答えを言ってくれる占い師を求めてあちこちの占いに足を運びます。希望通りの答えにたどり着いても、しばらくするとまた先のが不安になって同じことを繰り返します。人生こそ「何が出るか分からない」のに、あらかじめ中身を知ろうとしているのです。しかも、自分好みの中身じゃない

と気がすまない。その知人はちっとも楽しそうに見えません。

福袋は買う前に中身が分からないように、人生も明日何が起るかわかりません。けれど少なくとも、今日までの人生は自分で中身を選んできました。その結果が明日ならば、明日にワクワクできるかどうかは自分次第です。

時にはハズレがあっても「まあ仕方ない」と思いながら、また「明日」という福袋にワクワクしながら日々を過ごせたらいいですね。



賢者の台所

旬の食材でおいしい贅沢

レバー で、女性美を磨く！

レバーの栄養素は牛、豚、鶏で大きくは変わりません。にんじんの約10倍のビタミンAが含まれているので目を健やかに保ち、粘膜や皮膚を丈夫にします。また、鉄分と葉酸が豊富で低カロリーなので、女性にはもってこいの食材といえるでしょう。ただし、レバーに含まれるビタミンAは脂溶性なので、食べ過ぎると体内に蓄積されて中毒症状を起こすことがあります。とくに妊婦さんは、胎児に悪影響を及ぼす可能性があるので注意が必要です。レバーは鮮度が命。新鮮であれば、におい消しの下処理も流水で洗うくらいで大丈夫です。それでもくさみが気になるときは、少しの間牛乳につけておくといいようです。



2月の賢者レシピ

レバーの甘辛煮

ビタミンAの
宝庫

低カロリー
ただし
コレステロール
は高い

鮮度の目安は
鮮やかな赤色
つやとハリ

◆ 材料 (4人分)

- ・ 鶏レバー：300g
- ・ ショウガ：2かけ
- ・ レモン：1/2個

<A>

- ・ しょうゆ：大さじ3
- ・ 水：2/3カップ
- ・ 砂糖：大さじ3

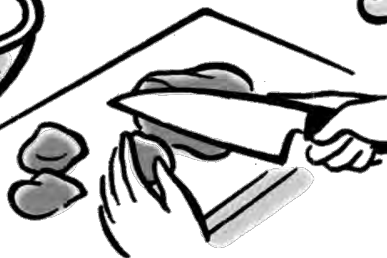
◆ 作り方

① 鶏レバーは流水に20分ほどさらして血抜きをした後、一口大に切る。心臓は縦に切れ目を入れて中の血のかたまりを洗い流す

② ショウガは皮をむいて薄切り。レモンは皮をむいて輪切りにする

③ 鍋にお湯を沸かし、鶏レバーを入れ、ひと煮たちしたらお湯から出して水気を切る

④ 鶏レバー、ショウガの薄切り、レモンの輪切り、<A>を中火にかけ、煮立ったら弱火にして汁気がなくなるまで煮る



どっさの流儀

マナー検定①

知っているつもりでも、いざとなったら戸惑いがちな「贈り物」のマナー。あなたのマナーは間違っていないですか？

【1】結婚式の祝儀袋。水引きはどっち？

- ①あわじ結び
- ②蝶結び

【2】中学を卒業して高校に入学するお子さんへあげるお祝いの表書きは？

- ①御卒業祝
- ②御入学祝

【3】目上の方へのプレゼントに適さないのは？

- ①靴下
- ②日本酒
- ③お花

【4】出産祝いを届ける目安は？

- ①お祝いなので早いほうがいい
- ②出産後7日過ぎに持つていくのがいい

■回答■

【1】① 1回で良い祝い事には結び切り、何度あっても良い祝い事には蝶結びの水引きを。「あわじ結び」は結び切りの一種です。

【2】② 卒業と入学の場合、先(新しい)のほうを大事にします。志望校に入学したら「合格御祝」。

【3】① 肌着など毎日身につける品を贈るのは、「経済的にお困り」の「お祝い」という意味なので避けまじゅう。

【4】② 新しい命が安定するのは7日が目安。7日過ぎに届けるのをお祝いとある贈り方です。

編集後記

この一月に家族が増えました。と言ってもペットの犬ですけど。実はもう2〜3年前から「ペットを飼いたいね」という話は家族でしていたのですが「毎日の世話を誰がするのか」というところで国会論争と同じように結論の先送りを繰り返して来たという経緯があります。で、今回は結論が出たので飼うことにしたのかと言うとそれともまた違うわけで、ホームセンターに買い物に行ったらそのペットショップでかわいい犬を見つけてしまったというわけなのです。

以前から家族で飼うならば「丈夫でなるべく利口な犬」と話していました。病弱でバカなのはお父さんだけで十分という意見があったかどうかは別として、犬種は雑種か日本在来の犬と考えていましたが雑種の場合、利口かどうかは育ててみなければ分からない(どの犬種もそうかもしれない)ということになんとかなく柴犬なんていいなあと考えていました。子ども達がペットショップでかわいい柴犬を見つけてきたので「これも何かの縁でしょう」ということで家族に加わってもらいました。平成20年11月生まれオスの柴犬で名前はレオです。子ども達が世話をするといいことに一応、決まりました。

来月もおたのしみに！



『おかげさまで創立46周年
LPガス・水周りリフォーム』
有限会社 マルエムプロパン
〒242-0029神奈川県大和市上草柳533
連絡先 TEL046-261-3866
FAX046-263-9205