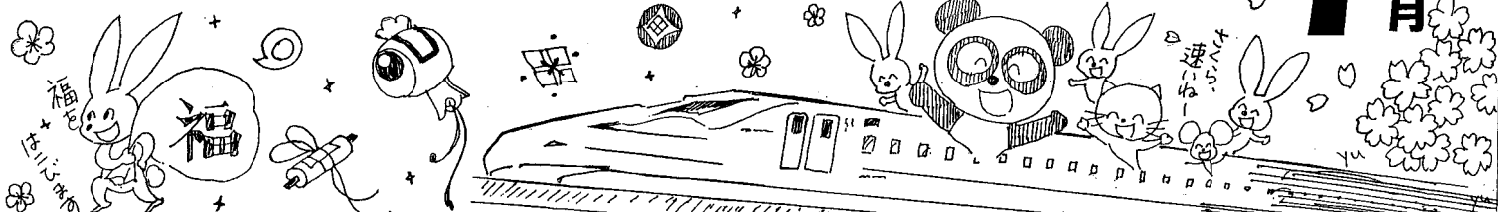


謹賀新年

新年おけましておめでとうございます。
今年はいよいよ九州新幹線が全線開業となります。
また、熊本市が政令指定都市になるなど、熊本にとって飛躍の年になりそうです。経済が活性化され景気回復になればいいですね！！

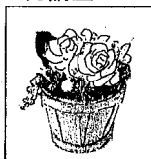
1月



2011年 星座でみるあなたの運勢

	仕事運	健康運	金運	ラッキーアイテム
おひつじ座 3/21~4/19	躍進の年。気力を高め一生懸命頑張れば間違いなく評価されます。意見も主張して	暴飲暴食、不規則な生活をすると体調は一気に崩れてしまうでしょう。	欲しくても借金してまで買わないように。お金の貸し借りも痛い目にあいそうです。	小物アクセサリ、植物、青、白、4、7、トレーニングセンター、テニスコート、スキー場
おうし座 4/20~5/20	後半に向かって運氣安定。いかに前半頑張るかが今年のあなたの評価につながります	不安定なので無理をしないこと。ストレスもたまりやすいので気分転換を忘れずに。	堅実にしていれば後半、運氣も安定し臨時収入などの期待もできるでしょう。	ピアス、健康グッズ、貯金箱、緑、茶、1、9、海、思いつきの場所、温泉、植物園
ふたご座 5/21~6/21	充実の年だが思わぬ失敗もありそうなので、睡眠不足に注意。休日は休息日に。	今年は忙しかったほうが運氣もアップ。遊びや恋愛を定期的にするれば運氣もアップします	無茶苦茶な使い方さえしなければ貯金も思った以上にできそう。貸し借りはしないように	手帳、キャラクターの時計、白、緑、2、6、映画館、温泉コンサート、コンビニ
かに座 6/22~7/22	迷う年。期待されて悩むことも。前向きに努力すれば実力以上の力が発揮できます。	前半はバイタリティ溢れる。後半運氣も下降するのでダイエットは前半にチャレンジしよう	お金の出ることが多く苦労するかも。出かけるときは財布の中を軽く。ギャンブルはNO	かわいい下着、金色の指輪、銀、赤、4、7、スポーツ観戦、駅、ボーリング、商店街
しし座 7/23~8/22	運氣はイマイチなので、じつとガマン。将来を考えて資格をとったり勉強の年にしよう。	安定。ただ気分転換を怠ると自律神経が不安定に。体を動かす遊びでフレッシュ!	お金を使いやすい年なので積立などでお金を置かないこと。高価な買い物も控えて	スポーティな服、携帯ストラップ、黄色Tシャツ、オレンジ、赤、海外、映画館、喫茶店
おとめ座 8/23~9/22	大きな飛躍が期待できそう無理だと思っていたことも今年なら頑張れるはず	精神面が疲れやすいので神経質にならないで楽天的な気分生活してみよう	前半、お金の出入り激しく金策に悩む。後半ダメされやすいので要注意です!	アロマオイル、空気清浄機、オレンジ、グレー、3、9、温泉、ホテルのロビー
てんびん座 9/23~10/23	やった以上の成果が期待できるので頑張り甲斐ありそう。遊びを犠牲にしてマル	事故やケガに要注意。ぼんやりして事故ったりハードなスポーツにも気をつけて	前半は衝動買いなどで出費が増えそう。後半は安定するが、大きなお金は期待薄	手帳、スポーツバッグ、ラジカセ、金、黄、2、6、スポーツ観戦、海水浴場
さそり座 10/24~11/22	5月頃までは対人関係で腹立つことも。後半は運氣高まり自分のペースでいける	不安定。体調を崩しそうなので規則正しい生活を心がけて。睡眠不足にも注意。	前半、金銭感覚が鈍り見栄を張ることが。よく考えて使わないと後半厳しいかも	観葉植物、香水、健康食品、茶、赤、1、8、海、山、川、水族館、100円ショップ
いて座 11/23~12/21	前半は不満も出そうだが後半は運氣も高まり活躍の場が増えそう。	心身ともに好調です。効果があがるので禁煙やダイエットに挑戦してもいいかも	今年についてはいいかも。ギャンブルもやり過ぎなければマズマズ。	運動器具、流行の服、5、9、紫、青、スキー場、スポーツセンター、遊園地
やぎ座 12/22~1/19	親しかった人と仲違いしそう。自分勝手な行動は控えめにして周囲の意見尊重!	安定。体力不足の人はスポーツをすると気力までUP無理をしてケガには注意。	積立預金などの金額を増やしてみると、その金額以上の充実感が味わえます。	かわいいアクセサリ、スニーカー、銀、黄、4、8、パッティングセンター
みずがめ座 1/20~2/18	ミスを繰り返しそう。しかしこだわらず頭をうまく切り替えればいいでしょう。	体の健康は好調ですが心の健康に注意。定期的な気分転換をしましょう。	心がけ次第の年。適当に使っていると借金地獄に。考えて使おうとラッキーな事が	キャラクターのぬいぐるみ、観葉植物、緑、白、2、5、100円ショップ、海
うお座 2/19~3/20	好調。コツコツと一生懸命頑張れば信頼度も高まります。	気力体力ともにパワーダウン。くだらないことに神経を使わないこと。	運氣は良いが収支のバランスが悪い。必要な物だけ買う習慣を。	赤いバラ、ハイヒール、オレンジ、ピンク、3、8、遊園地、スポーツ施設

プチ講座のお知らせ (写真はイメージです) お申し込み 378-3644 まで
1月講座 1/29 (土) PM1:30~ (約2時間ほど)



プリザーブドフラワーで作るバレンタインの贈物
永遠の花、プリザーブドフラワーは愛や感謝の心を伝えるのに最適。半永久的に飾っておくことができるのでお友達や自分用でもいいかも!
受講料 2000円 定員 10名

2月講座 2/19 (土) PM1:30~ (約2時間ほど)

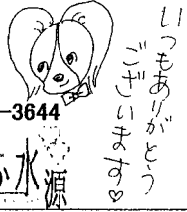


レース糸で編むビーズキラキラお花のストラップ
レース糸でお花のモチーフを編みます。ビーズを入れるのでとてもきれい! つないでバッグチャームにしたり、マフラーや帽子にアプケしたり工夫次第で楽しめます! 受講料 1200円 定員 10名

まちなか水源給水所にたこ焼き屋「たこっぺ」
がオープン! おいしいたこやきとおいしい
水で淹れたお茶でまったりされてはいかが
でしょう? ☺ AM11:00~PM9:00



2011年もよろしくお願
いいたします。無料給水はご好評に
つき、もうしばらくつづきます!



新・片づけ術

だん しゃ り

断捨離!

安いから買っておこう、いつか使いそうだからとっておこう...
で、家中にあふれているモノ、モノ! そういう思いを一切断って
片づける「断・捨・離」がひそかなブーム。
思い切って整理すれば家の中もこころも軽くなって、良い気も流れて
くるのだとか。春を迎える前にすっきりサッパリしてみる????

2月

ポイント

- 断・・・入ってくる要らないモノを断つ
- 捨・・・家にはびこるガラクタを捨てる
- 離・・・モノへの執着から離れる

断捨離とは...
物理的、精神的な意味で
自分にとって不要な対象を
切り捨てて身軽になって
シンプルなライフスタイルを
目指すこと

片づけのコツは①使う

②使わない→誰かにあげる(売る、寄付)

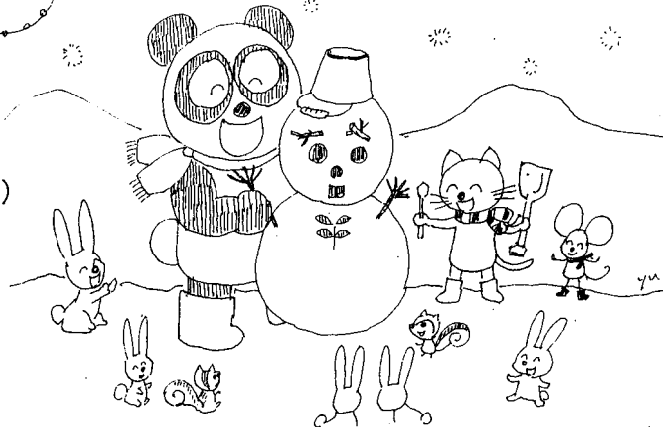
3R(リサイクル、リユース、リメイク)

- * 日本人の美德として、まだ使えるものは捨てられない~という考えがありますが、リサイクルしたり寄付をするということで使えるものでも処分できるようにしましょう。
- * 愛着と執着は違います。思い出深いもの、記念になるもの、大好きなものは愛着の品として、持っているだけでプラスの要因になりますが高かったから~、いつかは使うかも~、もったいない~などは執着。思い切って処分品に分別しましょう。

それでも難しいときは...

- ・海外に引っ越すとしたら、大事に持っていか?
- ・嫁入り道具に値するか?
- ・棺桶に入れてもらいたいのか?
- ・死後、残された人たちに胸を張って見せられるモノか?

究極の選別



さあ、これでずいぶんスッキリしました!
あとは日々の努力で、勿体ないからとっておくのはやめ、セールだから、安いからと不必要なものを買いきまない、ということです。
モノは使ってこそ生かされ、不要なものがなくなると気の流れるよくなり運気がアップします。
モノが少なくなってくると、収納術などいりません!

ホウレン草と卵の牛肉巻き (2人分)



材料:ホウレン草1/2束、固ゆで卵2個、薄切牛肉5枚、
マヨネーズ大さじ2、塩コショウ少々、小麦粉大さじ1
サラダ油大さじ1/2

作り方:

- ①ホウレン草は熱湯でさっと茹で冷水にとり、水気を切って粗みじん切りにする。
- ②ゆで卵はみじん切りにする。
- ③ボウルにホウレン草、ゆで卵、マヨネーズ、塩コショウを入れ混ぜ合わせる
- ④牛肉は長さを半分に切り塩コショウ、小麦粉を振り①を1/10のせ、しっかり巻く(10個できる)
- ⑤フライパンにサラダ油を熱し、牛肉の巻き終わりを下にして並べ入れ、転がしながら焼き色がつくまで焼く。

白菜のショウガスープ (4人分)



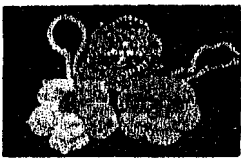
材料:白菜1/8株、白ネギ1/4本、ショウガ1片、ニンニク1/2片
顆粒チキンスープの素大さじ2、水800ml、水溶き片栗粉
(片栗粉大さじ2.5、水大さじ4)、ゴマ油小さじ2

作り方:

- ①白菜は長さ4~5cmに切り、さらに縦細切りにする
- ②白ネギはみじん切りにする
- ③ショウガは皮をむいてせん切りにする
- ④ニンニクはみじん切りにする
- ⑤水溶き片栗粉の材料を混ぜ合わせる
- ⑥中華鍋にゴマ油、ニンニク、ショウガ、白ネギを入れ中火にかけ香りがたってきたら白菜を加えて炒める
- ⑦全体に油がまわったらスープの材料を加え、白菜がくったりするまで煮る。水溶き片栗粉を回し入れトロミがついたら火を止める。

プチ講座のお知らせ

2月19日(土)PM1:30~
レース糸で編むキラキラビーズの
お花のストラップ(受講料1200円)



お申し込みは
378
3644まで
お気軽にどうぞ!

3月26日(土)AM11:00~
家庭用コンロ、魚焼きグリルを使った
お料理講習会(無料) 定員10名
※販売等は一切ありません
メニュー(鯛めし、ピザ、ローストビーフ、
アスパラベーコン巻きなど予定しています)
講習後は試食会もありますのでお楽しみに!!(筆記具をご持参ください)

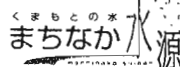
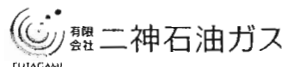
LPガス・ガス器具・ガイトール(浄水器)
・太陽光・太陽熱・ホームリメイク



有限会社 二神石油ガス

378-3644までお気軽にどうぞ!

たんぽぽ



焼きそば大好き!!

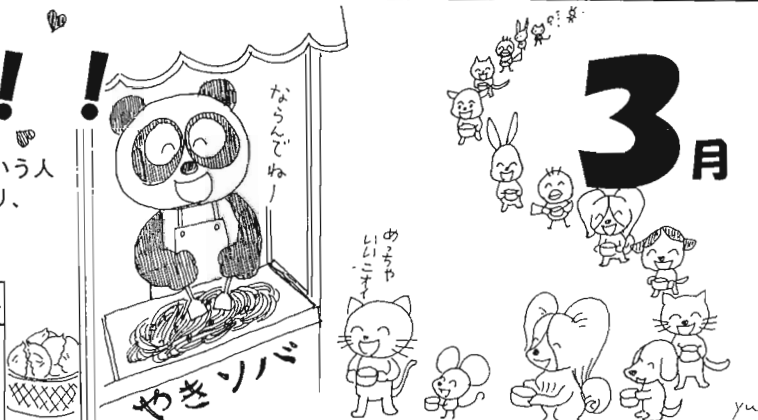
もはや国民食?な、焼きそば。子供から大人まで「大好き!」という人も多はず~。冷蔵庫の中の残り野菜で作ってお昼ごはんにしたり、豪華な具材で夕飯にしたりと、そのバリエーションも豊富です。もうすぐ春休み。子供さんと一緒に作ってみましょう♪

海鮮塩焼きそばの黒酢がけ (2人分)

材料: 中華麺 (2玉)・アサリ (200g)・イカ (1/2パイ)・セロリ (1/2本)・酒 (大さじ2)

中華練りスープの素 (小さじ1)・お湯 (大さじ1)・塩 (小さじ1/2)・コショウ (少々)・黒酢 (適量)・サラダ油

- ①アサリは下処理して、イカは幅1cmの輪切りにしておく
- ②セロリは筋を引き、斜め切り、葉はザク切りにしておく
- ③中華スープの素はお湯で溶いておく
- ④フライパンを強火にかけてサラダ油を加え、中華麺をほぐしながら入れ、焼き色がつくまでそのままに。ひっくり返して同様に焼き色がついたら取り出しておく
- ⑤フライパンにサラダ油を入れアサリ、イカ、セロリを炒め酒を加えてフライパンに蓋をする。1~2分蒸したら取り出した中華麺を戻し入れ炒め合わせる
- ⑥お湯で溶いた中華スープの素、塩コショウを加えて味を整え器に盛り、黒酢をたっぷりかけていただく



3月

ガーリックラー油焼きそば (2人分)

材料: 中華麺 (2玉)・ニラ (1/2束)・白ネギ (1/2本)・にんにく (2片)・ザーサイ (20g)・ベーコン (2枚)
オイスターソース (小さじ1)・酒 (小さじ1)・ラー油 (大さじ1)・ゴマ油 (大さじ1)

- ①ニラは長さ3~4cm、白ネギはみじん切り、ザーサイはせん切り、ベーコンは幅1cmに切る
- ②フライパンにゴマ油とニンニクを弱火で熱し、香りがたったら白ネギとベーコンを加え炒める。中華麺を加え、焼き色がつくまで炒める
- ③ニラ、ザーサイ、オイスターソース、酒を加え炒め最後にラー油を加え混ぜ合わせる

ゴーヤとタコのキムチ焼きそば (2人分)

材料: ゴーヤ (1/2本)・ゆでタコ足 (1本)・中華麺 (2玉)・酒 (大さじ1)・白ゴマ (小さじ1)・サラダ油 (大さじ1)
タレ・キムチの素 (大さじ1)・マヨネーズ (大さじ4)・しょうゆ (小さじ1/2)

- ①ゴーヤはスプーンで種とワタを取り除き、横に薄切りにして分量外の塩でもみ、しんなりしたら水洗いして絞る
- ②ゆでタコ足は水洗いして削ぎ切りにする
- ③キムチダレの材料を混ぜ合わせる
- ④フライパンにサラダ油を熱しゴーヤを炒め、全体に油がまわったら中華麺の酒を加えほぐすように炒める
- ⑤キムチダレを加えて全体に混ぜ合わせ、さらにタコ足を加えて手早く炒める
- ⑥器に盛り、白ゴマを散らす

※麺はいずれも中華麺焼きそば用を使っています



チーズ焼きそば (4人分)

材料: 中華麺 (4玉)・ゆでタコ足 (3本)・イカ (2枚)・キャベツ (1/4個)・塩こしょう (少々)・だし汁 (大さじ2) ピザ用チーズ (80g)・サラダ油 (大さじ2)・刻みネギ (大さじ6)
紅しょうが・かつお節・青のり・マヨネーズなど
合わせソース・ウスターソース (大さじ2)・焼きそばソース (大さじ4~5)・オイスターソース (大さじ2)

- ①タコ、イカは食べやすい大きさに切り、キャベツはザク切り、合わせソースは合わせておく
- ②中華鍋にサラダ油大さじ1、タコ、イカ、キャベツを炒め、塩コショウして取り出しておく
- ③残りのサラダ油を足して中華麺を加えだし汁をかけて中華麺をほぐしながら炒め合わせる
- ④少し焼き色がついたら合わせソースをかけて炒め②を戻し炒める
- ⑤ピザ用チーズを加えて手早く炒め合わせ、チーズが溶けたら器に盛る。刻みネギ、紅しょうが、かつお節、青のりを散らす

お金持ちになれる??風水のオハナシ♪ (金運UP!!)

☆家の中の溜まった水をなくす

古く溜まった水は「死に水」として金運を逃すモトになるので花瓶の水は毎日とりかえ、流しの洗い桶に汚い食器をつけたままにしておかないこと。

☆毎月1日にはお金を使わない

月の最初にお金を使うとその勢いがついてしまい止まらなくなります~。

☆お札が二つ折になる財布を使わない

お札にだって居心地があります。居心地が悪いとお札はすぐに逃げていくのでお札は曲げない方がいい。

☆コンロの火を使って料理をしよう

料理をするコンロの火は風水では水と同様に豊かさを表します。コンロの火を使えば使うほど家庭の豊かさは増していきます。

Welcome to Japan



~ 7千講座のおしらせ ~

「春のいけばな」4月23日(土)

PM1:30~ (2時間程度)

参加費: 1200円

春らしいお花を使いたいけばなです。

初心者の方もどうぞ~♪

LPガス・ガス器具販売、工事・水揚げポンプ・太陽熱・太陽光・ホームリメイク (水回りリフォーム) 浄水器 (ガイトール)・まちなか水源

そのほか、何でもご相談ください!

096-378-3644 お気軽にお電話ください♪