

すてきなお店紹介

淡路島で生まれた美味しいお肉



株式会社 嶋本食品

住所 / 南あわじ市松帆志知川154 嶋本食品 HP
 営業時間 / 10:00~15:00 定休日 / 土・日曜日
 ※ご来店・ご購入の際は前日までに電話またはFAXにてご予約ください
 電話番号 / 0799-36-2089 FAX/0799-36-3989

嶋本食品では、神戸ビーフ・淡路ビーフや金猪豚（ゴールデンポアーク）を中心に、淡路島の食材を販売しています。一定の基準を満たした兵庫県産但馬牛だけが名乗ることを許される『神戸ビーフ』。嶋本食品では淡路島で生まれたA4以上の雌牛の神戸ビーフを取り扱っています。また、生産から管理している『金猪豚』は、甘く融点の低い脂身と高いうまみ成分が特長。猪、黒豚、デュロック種、ゴールデン神出の4種を掛け合わせた、自慢の猪豚です。そんなこだわりのお肉が、嶋本食品本社では少しお得な直売価格でご購入いただけます。淡路島で生まれたおいしいお肉をぜひ、ご賞味ください！

株式会社 嶋本食品 直売価格

神戸ビーフ		
すき焼き用 赤身	100g	¥900
焼き肉用 カルビ	100g	¥800
淡路牛		
しゃぶしゃぶ用 ロース	100g	¥1000
金猪豚		
しゃぶしゃぶ用 ロース	100g	¥400
ステーキ・カツ用 ヒレ	100g	¥400
モモ 切り落とし	100g	¥200
加工品		
金猪豚 ウィンナー	5本入 200g	¥800
金猪豚 焼豚(モモ)	100g	¥300

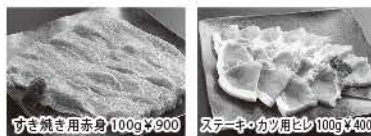
要予約 前日までに電話またはFAXにてご注文ください！
 ※価格は全て税別です。配送は行っておりません。



左側から事務所に
お入りください。



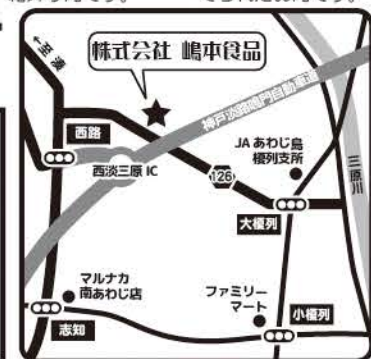
▲精肉のほか、加工食品も充実。焼豚やローストビーフはグラム指定とスライスしてお渡しが可能です。



▲赤身に脂肪がまんべんなく網目状に入った神戸ビーフ。最高級の霜降り肉です。

▲金猪豚は生産から管理。飼料にこだわりストレスなくのびのび育てられたお肉です。

南あわじ市を元気に！
PayPay
 で最大 **20%**
 戻ってくるキャンペーン
 開催期間：2021年2月28日(日)まで
 ▶キャンペーンの詳細は右QRコードからご確認ください。



「いかなごのくぎ煮」といえば、もうすぐ旬がやってくる「いかなご」を使った兵庫県南部の郷土料理。語源は諸説ありますが、「炊きあがったいかなごが釘に見えるから」という説が有力とされています。釘と一緒に煮ているわけではないのです。ちなみに、黒豆を黒く美しく仕上げするには、鉄分が重要。そのため「釘と一緒に煮る」ということもあるそうです。



IMOTO

井本産業株式会社

〒656-0143
 兵庫県南あわじ市中条中筋1578-2
 TEL. 0799(45)1031(代) FAX. 0799(45)1035
 [ホームページアドレス] http://www.imotosangyo.jp



ハートでおつきあい



井本産業 HP



リファイン HP

リフォームなら **リファインあわじ緑** TEL: 0799(45)1555

2021.2

ユ-カリ通信

まるっと先取り! 2021年

1月

◆淡路島の人口
 南あわじ市：44,008
 淡路市：41,170
 洲本市：41,021
 合計：126,199
 (令和2年12月兵庫県HP調べ)

2月

◆124年ぶりに節分が2/2に
 太陽の自転と暦のズレを修正するため。今年以降しばらくは4年に1度のペースで節分が2/2に。
 ◆緊急事態宣言解除予定 2/7

3月

◆東日本大震災から10年 3/11
 ◆淡路花博20周年記念「花みどりフェア」春期 3/20~5/30

4月

◆「富士ゼロックス」が社名を「富士フィルムビジネスイノベーション」に変更 4/1
 アメリカ・ゼロックス社との技術契約終了によるもの。
 ◆第93回アカデミー賞 4/25

5月

◆日本におけるマクドナルド創業50周年 5/1
 同年7/20には東京・銀座の三越1階に第1号店がオープン。当時はまだ珍しかった「ハンバーガー」を求め、長蛇の列ができたそうです。

6月

◆セガのソニックシリーズ誕生30周年 6/23
 現在も根強い人気を誇るセガの看板シリーズ。海外での評価が非常に高く、アメリカの子供人気調査ではミッキーマウスを上回ったことも。

7月

◆東京オリンピック 7/23~8/8
 ◆オリンピック開催に伴い今年に限り祝日が移動 4連休に 7/22~25
 ※「海の日」7月第3月曜 → 7/22(木)
 「スポーツの日」10月第2月曜 → 7/23(金)

8月

◆オリンピック開催に伴い今年に限り祝日が移動
 ※「山の日」が8/11(水)から8/8(日)に
 ※8/9(月)が振替休日
 ◆東京パラリンピック 8/24~9/5

9月

◆淡路花博20周年記念「花みどりフェア」秋期 9/18~10/31
 ◆日清食品カップヌードル発売から50周年 9/18

10月

◆第37回住まいの設備展示会「りんご感謝まつり」
 10/15・16・17

11月

◆国産車の自動ブレーキ搭載義務化 11/1~
 11月以降新規に販売される車種が対象。今使っている車が自動ブレーキ非搭載でも買い換える必要はありません。

12月

◆愛子さまが20歳の誕生日を迎え、成人に 12/1
 ◆日本の国連への加盟から65周年 12/18

お家の給湯器 こんな症状ありませんか？

- お湯の温度が熱くなったり冷たくなったり安定しない
- 給湯器から大きな音がる
- 給湯器から水漏れしている
- お湯にならないことがある
- 給湯器の排気口の周りが黒くなっている



こんな症状が出ていたらそろそろ交換の時期かも
お気軽にご相談ください！



ガス給湯器 を交換するなら

ECOジョーズ



購入の場合.....

給湯専用 ￥82,000- (税込)

追い焚き機能付き ￥161,700- (税込)

リース(7年)の場合.....

給湯専用 月々 ￥1,300- (税込)

追い焚き機能付き 月々 ￥2,300- (税込)

標準工事費(※部材費別途).....

給湯専用 ￥13,200- (税込)

追い焚き機能付き ￥24,200- (税込)

石油・電気

の給湯器もお任せ下さい！

Panasonic リフォームClub リファインあわじ緑

IMOTO 流 リフォームの知恵袋



リフォームで出来る介護のお手伝い！

今回の「リフォームの知恵袋」では、高齢者にやさしい家づくりのヒントをご紹介します。リフォームの仕方を少し工夫することで、介護の負担が軽くなり、事故防止にも繋がります。

～トイレ編～

- ① 和式便器は洋式便器に変更する。
- ② 扉は開き戸から引き戸に変更する。
- ③ 手摺を取り付ける。 「手摺」だとより安全・安心に！
- ④ 素足のまま使えるような清潔で滑りにくい床材に変える。 「スリッパは滑ったりつまづいたりして意外と危険！」
- ④ トイレに段差がある場合、段差をなくスロープなどを取り付ける。

介護リフォームをご検討の方はいつでもご相談ください。お客様のご意向をしっかりと聞き進めてまいります！



介護リフォームには介護保険を利用しよう！

介護者と介護者のゆとりある暮らしのために、住まいのバリアフリー化はとても大切。介護保険には「高齢者住宅改修費用助成制度」という制度があり特定の介護リフォームを施工する際、最大18万円の補助金を受けることができます。

～助成金の対象となる介護リフォーム工事～

- ① 滑りの防止及び移動の円滑化などのための補強や給水設備工事
- ② 和式→洋式便器への取替
- ③ 手摺の取付
- ④ 段差の解消 など



※介護保険の補助金を受けるには、事前の届出が必要です。担当のケアマネージャーさんに相談してから進めていきましょう。

あご入り 鰹ふりだし クッキングレシピ



牛肉とクレソンサラダ

<材料> (2人分)

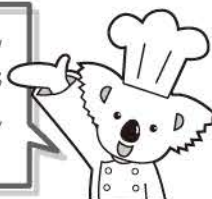
- 牛薄切り肉...160g
- クレソン...1束
- アボカド...1/2 個
- ミニトマト...4 個
- 黒こしょう...少々
- オリーブオイル...少々
- あご入り鰹ふりだし...1袋

<作り方>

- ① オリーブオイルで牛肉とクレソンの茎の部分を炒める。
- ② ①にあご入り鰹ふりだしの中身と黒こしょうを入れて炒め、火を止める。
- ③ クレソンの葉の部分は余熱で炒める。
- ④ 小さく切ったアボカドと半分に切ったミニトマトを入れて混ぜる。

春に旬を迎えるクレソンは、カルシウム・βカロテン・ビタミンCがたっぷり。オランダガラシとも言われるアブラナ科の野菜です。またシニグリンという成分が胃もたれを防いでくれます。ビタミンCを壊してしまわないよう、加熱は控えめに！

※あご入り鰹ふりだしは当店でお取り扱いしています。



Σ やってみよう！ 食べて備える防災対策

ローリングストック



災害時に備えて購入しておいた非常食の消費期限が、いつのまにか大幅に過ぎていたので仕方なく廃棄してしまった…。そんな事態を防ぐのが「ローリングストック法」。非常食を定期的に消費し、食べた分を買い足すことで、非常食の鮮度を保つ方法です。

③ 買い足す

消費したものを買い足します。色々なタイプの非常食を試してお気に入りを探してみるのも楽しいかも。



② 食べる

1カ月に1～2回程度の頻度で、1食分の非常食を食べます。消費期限の近いものから食べましょう。



① 備える

家族の人数×3日分(できれば7日分)の食料を用意します。食べながら備蓄するので、缶詰やフリーズドライのような保存食のほか、レトルト食品のような消費期限の短いものでも非常食になります。



過去のユーカリ通信でも防災対策を紹介しています。参考にご覧ください！



▲災害時の家族ルールについて



▲備蓄品等チェックリスト

ノンカフェインでおなかをやさしい 眠気ざましドリンク



冷たい水.....

朝起きた時の強い眠気は軽い脱水症状が原因かも。起きてすぐに冷たい水を1杯飲むと、さっぱり目覚めることができます。他にも腸の動きを良くする、自律神経を整える、等の嬉しい効果が。



リンゴ酢.....

リンゴ酢大さじ1～2杯にお湯を150ml注いで混ぜます。飲みづらければお好みでハチミツを加えましょう。お酢の酸味とりんごの疲労回復効果で頭も体もスッキリ。続けて飲むとダイエット効果も。



ハーブティー.....

紅茶と違ってノンカフェインのハーブティー。ペパーミントやレモングラスなど、ハーブ独特の爽やかな香りが眠気覚ましに役立ちます。ペパーミントはこれからやってくる花粉対策にもO。



カフェインを摂る時は.....

適量ならば眠気覚ましの効果があるカフェインですが、過剰摂取すると吐き気や心拍数の上昇を引き起こしてしまうことも。健康な成人の場合1日最大400mg(コーヒー2.5杯程度)を目安に、それ以上摂取してしまわないよう気を付けましょう。