

料金後納

ゆうメール

プリア通信

2013 / 新年号

- P.2 新年のご挨拶
- P.4 ぶらり電車の旅～久留里線～
- P.8 フジ子のナンでもTRY⑤ ～太巻きレシピ～
- P.10 羊毛フェルトとは？
- P.12 知って得する病気のアレコレ～逆流性食道炎～
- P.13 わんちゃん・ねこちゃんのアレルギーが増えています
- P.14 クロスワード
- P.15 情熱社員&プレゼントコーナー
- P.16 イベント情報



Wool Felt Craft...



羊毛フェルトとは…？

羊毛フェルトとは、名前の通り羊の毛です。羊毛には、人間と同じくキューティクルがあり、ニードルと呼ばれる先端がささくれている針を差し込む事で、表面が内側に絡んで固まっていきます。この羊毛フェルトを利用して、色々な物を作りたいと思います。

用意する物

あると便利です☆



ニードル

先端に突っかかりがついた針です。2本や、3本タイプの方がオススメ。



羊毛フェルト

フェルトをチクチク刺して形を作ります。100円均一にも売ってるので要チェック☆



マット

ニードルが刺しやすくなります。針の飛散防止にも役立ちます。



専用指サック

ニードルの針は、細く鋭いので大変危険です。指サックをつけて作業しましょう。

ボールを作る 難易度：★

基本のボールが作れれば、色々チャレンジしてみよう☆



鉛筆2本分程の羊毛をとりわけます。



固めに巻きながら刺していきます。横に広がってしまう場合は内側に折り込みます。



ある程度まとまったら手で丸めながら形を整えます。



ケバケバが目立たなくなり、表面を綺麗にしたら完成☆

ピン止め 難易度：★

子供につけても可愛いよ！色々な柄を作ってみよう☆



内側に折りこみながら丸い形を作っていきます。



表面に好きな柄を刺していきます。今回は星柄☆



グルーガン、多用途ボンド等でピン止めとくっつける。



ボンドが固まったら、完成☆



ボール応用編～フルーツマスコット～ 難易度：★★

顔まわりをぶっくりさせると可愛いよ♪

ボールを作るを参考に、顔となる大きめのボールを作っておきます。(今回は、みかんちゃんを作ります。)



顔となるボールにみかん色の羊毛を巻き、顔の部分以外を差し止める。



全体がまとまったら、茶色の羊毛を巻き、顔の部分以外を差し止めます。



緑色で葉の部分を作ります。羊毛を折りたたみながら刺し、形を作ります。



根本を数回刺し、形を整えたら完成☆

ボール応用編～くまちゃん～ 難易度：★★★

細かい部分が難しいけど頑張って作ってみよう☆

ボールを作るを参考に、顔と鼻をつくらせておきます。



耳を作ります。根本の部分は固めず残し、つまんで形を整えていきます。



顔に耳を2つ刺し止めます。さらに、ピンクを耳の内側に刺していきます。



顔に鼻を刺します。隙間から針を入れるとくっつきやすいです。



鼻の先端に少し茶を差し込むと可愛くなります。



鼻の横に少し大きめの目をつけます。こげ茶の方が優しい雰囲気になります。



胴を作り、顔とつなげます。根本にフェルトを少し足すとくっつきやすくなります。



手と足をつくり、胴とつなげたら、完成♪



目打ちをし、金具をつけてストラップにも☆

アレンジすれば、色々な種類が作れるよ☆



目打ち 金具を通す穴のあけ方



太めのニードルを差し込み穴を広げるように回します。



専用の工具もありますが、この方法でもできます。

知って得する 病気のアレコレ？

No.04

最近、胸焼けや喉の違和感が続いたりしませんか？胸焼けや、喉の違和感、胃の張りが続いている方…これらの症状が頻繁に続く場合、逆流性食道炎という病気かもしれません。実は最近、患者数が増えている病気で、放っておくと大変な病気になる可能性もあります。



逆流性食道炎とは…

逆流性食道炎はもとも日本人には少ない病気でしたが、生活の欧米化やタバコ、飲酒、肥満などの生活習慣の悪化、ストレスにより、増えている病気です。また、高齢で腰が曲がっている方にも多くみられます。主な症状は胸やけや喉のイガイガした違和感、ゲップ、胃が重苦しい、おなかが張るなどがあります。これらの症状が頻繁に続く場合は、逆流性食道炎という病気の可能性があります。通常、食道下部括約筋は閉じていますが、加齢や食生活等の要因でしまりが悪くなると、胃酸が食道へ逆流してしまいます。それにもとない食道は逆流してきた胃酸や食べ物をも押し戻そうとする働きがありますが、この働きも低下し逆流性食道炎が起る原因の一つと言われています。しかし、胸やけや喉の違和感、誰にでもおこる症状のひとつです。その為、単なる胸やけと思いがちですが放置して



対策とセルフチェック…

上記の事から単なる胸やけと、軽く考えずに対策と早期発見が大切です。対策としては、

- 早食いや食後すぐに横になる事はやめて、腹八分目を心がけます。そしてお酒やタバコをほどほどにし、適度な運動も大切です。そして、意外なのが背筋を伸ばす事です。伸ばす事により胃の圧迫を避けることが出来ますので是非行ってみてください。
- さらに、早期発見のためのセルフチェックをご紹介します。
- 胸やけや、お腹の張りなどの症状が続く
- 胃酸が上がった感じがする
- 胃酸、胸焼けが原因で寝つきが悪い
- 肥満気味である
- げっぷが多い
- 胃を切除する手術をした
- 妊娠している
- 咳がとまらない
- 耳が痛くなる
- いかげでしたか？当てはまる項目が多いほど注意が必要です。
- しかし、これらの症状は一部にすぎません。あれ？ちよつとおかしいな…と思ったら、放置せず、病院へ行きお医者さんに見てもらいましょう。

わんちゃん & ねこちゃんのアレルギーが増えていきます！

アレルギー増加の原因

最近、子供たちがアレルギーに苦しんでいるのと同じ様に、ペットの世界でもアレルギー体質のわんちゃんやねこちゃんというのは、めずらしくない時代になってきました。アレルギーによる皮膚疾患や、下痢をはじめとする消化器疾患など症状は様々です。年齢に関係なく発症するので、ある日突然かゆがりだし、よく調べてみたらアレルギーだった。そんな話もめずらしいことではありません。原因としては、食事や植物、虫、かび、ほこりなどが考えられます。この中でも特に「食事」を気をつけなければならないと考えられています。人の世界では「ファーストフード」などの添加物入りの食事に原因があるのではないかとされていますが、ペットの世界にも同じことが言えるでしょう。なぜなら、ペットフードという便利なものが普及する前までは、「ペットがアレルギー」なんてことは、ゼロに等しいくらい耳にしなかったはずなのです…昔の犬や猫は、人間の残飯しか食べていませんでしたが、とっても元気でした。残飯という聞こえが悪いかもしれませんが、この中には野菜も肉も魚も海藻類など多種多様のものが、たくさん入っていて体にとっては、無添加でよかったのです。

手作り食のすすめ

手作り食を作る上で、作り方は「こうしないとイケない！」というものはありませんが、基本は温かく水分たっぷりで、消化がよいように十分火を通すことです。しかし、以前食べたことのある物の中でアレルギー反応を起こした食材や、アレルギー検査で「陽性」「強陽性」と判定された食材は使わないほうがいいですね。食材の種類としては、少量を多種類使うのがポイントです。アレルギー反応が起きるリスクをできるだけ低くするために、ご飯を手作りしてみましょう。

さきとロッコリーのちりかけごはん



材料

鶏ささみ	1本
ブロッコリー	約20g
キャベツ	約20g
片栗粉	少々
白飯	約50g
青のり	少々

キャベツ、ブロッコリーは、大きさを3cmの細切りに切ります。青のりは免疫能を高める成分を多く含むのでおすすめです。

- ① 食材を全て一口サイズに切っておきます。
- ② 水200~300ccを鍋に入れ、①を中火で煮て消化しやすいように柔らかくします。
- ③ 火が通ったら、片栗粉でとろみをつけます。
- ④ 冷めたら白飯に③をのせ、青のりをふりかけたら完成★
※白飯を減らして、無添加ペットフードをいれてもOK!
★ささみを減らして、マグロを入れて猫ちゃんにも◎

実際に家のわんちゃんに食べさせてみたら、いつもは嫌もうにご飯も食べてたの、あげたせんにペロリ!!15分程で出来るはずご飯なので、是非作ってみてよ小分けに冷凍してモロ!!食欲のないわんちゃんにもオススメ!

さきのからたろーきー



わんちゃん用

材料

鶏ささみ お好み
体の大きさに合わせて調整してください

- ① 鶏ささみを2、3ミリの幅に切ります。
- ② 150度のオーブンで45~50分焼きます。
- ③ 15分程冷まして完成★
※密閉容器に入れて10日程日持ちします。

ジャーキーも実際にあげてみました!!既成で売っているジャーキーと比べものにならないくらいおいしく食べてあつという感じになってしまいました。あげるとは注意!

クロスワード

下の「カギ」をヒントに、タテヨコに交差したマスに言葉を入れて全ての白マス埋めてみてね★さあ、できるかな～？

Q.1

1	2	3	4
5			
		6	
7			

《タテのカギ》

1. ブラントンの異常発生による、海水の変色現象。
2. 座る場所。机と〇〇。
3. 〇〇〇菜園。
4. あせが〇〇〇〇たれる。

《ヨコのカギ》

1. 漫才には必要です。
5. 長崎名物のお菓子。
6. 木を薄く、平らに加工した物。
7. 桃太郎の敵。あか〇〇。あお〇〇。

Q.2

1	2	3		4	5
9				10	
11			6		
12					7
13			14	8	
	15				

《タテのカギ》

1. 都合のいいこと。
2. 苺、花、苗の共通点は？
3. オレオレ〇〇。
4. 手があいていること、ひまなこと。
5. 桃太郎の仲間。
6. 星座〇〇〇〇。毎朝チェックしちゃいます…
7. 試験に〇〇〇。
8. どこかに〇〇。

《ヨコのカギ》

1. 物事が世界の国々に関係している様子
〇〇〇〇てき
6. 釣り糸につけて、水に浮かせ魚のくいこみを知らせる目印。
7. 耳が長い動物。さびしいがり屋です。
10. 物語などのあらまし。
11. 魔法〇〇い
12. ヴェネツィアの運河で使われている幅の狭い小船。
13. 出産のこと。赤ちゃんを〇〇。
14. 風邪をひいたら行きます。〇〇か。
15. 不用になったものをもう一度活用すること。

Q1は324人中217人が満点
Q2は18人中13人が満点
でした。
あなたは満点とれるかな？
答えは裏表紙にあるので
答え合わせしてみてください♪



氏名：ハッ橋 勇一
勤務：プレミア稲毛ホール
役職：支店長
趣味：ハーレーでツーリング
一言：見た目は悪いですが、とてもやさしんですよ♡

情熱社員

JOUNETSU・SHAIN



当社スタッフの紹介を勝手にさせて頂くコーナーです。様々な情熱をもったスタッフがおりますので、ご覧ください。No.01



氏名：伊藤 友章
勤務：プレミア成田ホール
役職：支店長
趣味：ルアーフィッシング
一言：感謝の気持ちを大切に『心に残るお葬式』を常に考え取り組んでまいります。

おかのえいせんどう

岡塾栄泉堂

木更津駅から徒歩10分程度。駅前通りの一本裏の通りにあり、大暖簾が目印です。あの有名な「岡塾栄泉」の暖簾わけの店で、駅のすぐ側のアクア木更津の中にも支店があります。こちらのお店は大正7年(1918年)創業で、TVドラマ『木更津キャッツアイ』でもお土産で登場するほど木更津では有名な老舗和菓子店です。

店内は数多くの和菓子が揃っていますが、特にオススメは木更津銘菓「金の鈴」。バリバリの皮種に中の粒餡が程よい甘さと硬さでとっても美味しいです！最中の皮とあんこが別々になっているので、食べる時に自分であんこを皮で挟むスタイルも楽しいですね♪

限定100名 プレゼント

木更津市中央 2-3-19
営業時間 / 9:00 ~ 19:00
定休日 / 火曜

また、可愛いイラストが目を引く「ポン太ゴーフレット」はあの某メーカーの有名ゴーフレットより美味しいと評判！素朴な甘さで食べやすく、優しい味わいです。ちなみにポン太は木更津駅前にある「きぬ太くん」の親友で、みんなを明るくしてくれるそうです。他にも木更津の地名や名産物の名前が付いたお菓子がたくさんあるのでお土産にピッタリです☆地元の方を中心に愛され続ける老舗和菓子店の味を、この機会にぜひご賞味ください☆

内容 木更津ポン太詰合せセット

①ポン太ゴーフレット6枚 ②金の鈴2ヶ
③ポン太の腹づつみ2ヶ ④きさらづの夜明け3ヶ

官製葉書に住所・氏名・電話番号・感想をご記入の上、下記宛にご郵送ください。2月10日消印まで有効です。皆様からのご応募お待ちしております。

〒263-0044 千葉市稲毛区小中台町356-13 富士典礼(株)

『木更津ポン太詰合せセット』まで

※ 当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。



★P14の答え合わせ★

Q1 《タテ》

1. あかしお 2. いす
3. かてい 4. たらたら
《ヨコのカギ》
1. あいかた 5. かすてら
6. いた 7. おに

Q2 《タテ》

1. こうつごう 2. くさかんむり
3. さぎ 4. てすき 5. きじ
6. うらない 7. うかる 8. いく
《ヨコのカギ》
1. こくさいてき 6. うき
7. うさぎ 10. すじ 11. つか(い)
12. ごんどう 13. うむ 14. ないか
15. りさいくる

震災孤児・震災遺児への
基金へ寄付を行っています

- *震災孤児・・・震災によって両親を失った子ども
*震災遺児・・・震災によってひとり親家庭になった子ども



がんばろうニッポン ～絆～
こども未来創造基金

当社では、御葬家様がお式に参列された方々へお返しする返礼品の商品の一部に『こども未来創造基金対象商品』がございます。御葬家様の金額面でのご負担はございません。岩手県・宮城県・福島県の基金へ按分されます。

←被災地の子どもたちが描いた絵です。

次回のイベント

1月20日(日)	成田・ボンベルタ	相談会	10:00~17:00
1月26日(土)	プレア市原ホール	相談会	10:00~15:00
2月11日(祝・月)	プレア稲毛ホール	相談会	10:00~14:00
2月17日(日)	成田・ボンベルタ	相談会	10:00~17:00
2月23日(土)	プレア市原ホール	相談会	10:00~15:00

※日時が変更になる場合がございます。詳細は下記へご連絡ください。

あなたの街の
プレアホール



お気軽にお立ち寄り
ご相談下さい



プレア稲毛ホール

〒263-0044
千葉市稲毛区小中台町356-13
☎043-206-4444



プレア茂原ホール

〒297-0073
茂原市長尾2532
☎0475-23-4444



プレア成田ホール

〒286-0046
成田市飯仲1-19
☎0476-24-4444



プレア市原ホール

〒290-0056
市原市五井1738-5
☎0436-23-4444



プレア若葉区民プラザ

〒264-0025
千葉市若葉区都賀3-30-8
☎043-231-6646



プレア茂原プラザ

〒297-0073
茂原市長尾2673-4
☎0475-23-4444



フジベットセレモニー

〒263-0051
千葉市稲毛区園生町552
☎0120-482-940