

# 情熱社員

JUNETSU・SHAIN



当社スタッフの紹介を  
させていただきます

No.22

ペットセレモニー・プレー



吉岡  
正枝

趣味 愛兎とのふれあい・観劇  
バレー・ボル・食べ歩き  
旅行・御朱印集め

好きな  
食べ物 スイーツ・フルーツ・お寿司

初心を忘れずに、心を込めて  
お手伝いさせていただきます。

プレー 稲毛ホール



北村  
美智子

趣味 フラ・ZUMBA・ゴルフ

好きな  
食べ物 最近はアジアン料理が  
お気に入りです

柔軟な対応を心がけ、ホスピタリティ  
を提供できるようにします。

発行元：株式会社プレー(千葉市稲毛区小中台町356-13)

発行日：2018年4月10日

問合せ：0120-00-4422



# プレー通信

2018 / 春 号



ゆうメール

## 改葬 墓じまい

「改葬」とは、お墓のお引越しのことです  
**お見積無料**



父母のお骨だけ  
近くの墓地に移したい…  
共同墓地などから  
管理の行き届いた  
霊園に移したい…



## 墓石解体・撤去

公営霊園取扱店 あんしん会員特別価格

1m<sup>2</sup>あたり **100,000円~**

※当社施工可能墓地に限ります。※墓石を移設する場合、これを許可しない霊園や寸法の違いによる制限があるため事前にご確認下さい。

お墓のお引越し(墓じまい)やリフォームなど、お墓のことなら何でもお気軽にお問い合わせ下さい



プレー 稲毛ホール  
〒263-0044  
千葉市稲毛区小中台町356-13  
**043-206-4444**



プレー 茂原ホール  
〒297-0073  
千葉県茂原市長尾2532  
**0475-23-4444**



プレー 成田ホール  
〒286-0046  
千葉県成田市飯仲1-19  
**0476-24-4444**



プレー 市原ホール  
〒290-0056  
千葉県市原市五井1738-5  
**0436-23-4444**



プレー 茂原プラザ  
〒297-0073  
千葉県茂原市長尾2673-4  
**0475-23-4444**



ペットセレモニー・プレー 千葉  
〒263-0051  
千葉市稲毛区園生町552  
**0120-482-940**



ペットセレモニー・プレー 松戸  
〒270-2214  
千葉県松戸市松飛台390-5  
**0120-700-054**



ペットセレモニー・プレー 東京  
〒121-0076  
東京都足立区平野1-14-15  
**0120-791-240**

P. 2 ぶらり電車の旅 ~東葉高速線~

P. 6 ぶれあちゃんのナンでもTRY<sup>⑯</sup>  
~ 簡単! さば缶レシピ ~

P. 8 1日5分で目の老化をストップ! “めだま体操”

P. 9 新しくなった案内用図(ピクトグラム)

P.10 ペットセレモニーご案内

P.11 プレー35周年特別企画  
読者プレゼントWチャンスキャンペーン!

P.12 情熱社員





魚の中でも特に目利きが難しいといわれる白身の特級鮮魚を毎朝4時に市場で仕入れ、独自の熟成法「塩氷水真空熟成法」で旨味を最大化させてから調理している、こだわりの白身魚専門店。

「四季のある日本ならではの“季節を感じられる魚”を食べていただきたい」と、一年中食べられる“あるのが当たり前のマグロ”を一切使わず、魚の中でも最も正確な目利きと、手入れや下ごしらえを必要とする『白身魚』に特化しています。

どの飲食店よりも早く市場に足を運ぶことで良質で希少な魚介と野菜を安定して仕入れ、こだわりの魚と素材を一番美味しい調理法とタイミングで、ランチ、ちょい飲みからフルコースまで、厳選された四季折々の素材をふんだんに使った料理を楽しめます。

**営** ランチ 11:00~14:00 (L.O.13:30)  
ディナー18:00~24:00 (L.O.23:00)  
※ランチは平日のみ  
※イベント時や年末年始は営業時間が変更になる場合があります  
**休** 定休日無し  
**交** 「東海神」駅 出入口1から徒歩2分



TEL 047-421-5560 住 〒273-0864 船橋市北本町1-4-4-101



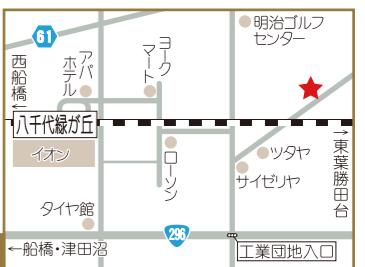
見事なバラの競演!  
(写真は5月20日頃に撮影されたものです)



▲バラ園の開花情報が確認できます

1959年の設立以来、美しいバラ園作りで多くの人を魅了してきた京成バラ園。30,000m<sup>2</sup>の園内には原種、オールドローズから最新品種まで1,600品種10,000株が植えられ、2015年には世界バラ会議にて優秀庭園賞を受賞。見頃は“春バラ(5月中旬～6月上旬頃)”“秋バラ(10月中旬～11月上旬頃)”で、咲き誇るバラの競演が見られるだけでなく、アーチやスクリーン、ポール等を使い、バラをより美しく見せる植栽等の展示方法、演出にも注目です。

施設内では1年を通して、コンサートなどのイベントや園芸に関する各種セミナーも開催。豊富な園芸用品を購入できるガーデンセンター、バラをモチーフとしたグッズなどを取り揃えるローズショップ、ガーデンレストラン、カフェ等、華やかな“バラの複合施設”で優雅な1日をお過ごし下さい。



**P** 駐車場完備(700台)

**交** 「八千代緑が丘駅」から徒歩15分  
または東洋バス八千代医療センター行  
八千代中央駅行「京成バラ園」下車

TEL 047-459-0106 住 〒276-0046 八千代市大和田新田755番地

## ぶらり電車の旅 22 東葉高速鉄道 東葉高速線 Touyou Kousoku Line



お得な「キッシュランチ」は  
お好きなキッシュが1カット選べ  
サラダ・スープ・ドリンクはアルコールも選べて  
¥1,000(税込)※写真はホタテとアボカドのキッシュ



▲ピスタチオとフォアグラ入りの  
特製“大きなロールキャベツ”は  
黒毛和牛の挽肉をたっぷり使用!

TEL 047-466-2440 住 〒274-0816 船橋市芝山3-12-15 メルベーユ1F

【答え】○…ライオンなどの肉食動物に襲われないように常に警戒しなければならないので、睡眠時間が短い。



家庭で作るには大変だけど、決して気取っているわけではない、そんな“ちょっと手の込んだ料理”をリーズナブルに味わって欲しいと、2015年に飯山満(はさま)駅前にオープンしたツッカーモ。

テラス席を抜け入った店内のガラスケースには、テイクアウトも可能なキッシュやピクルス、また、自家製サングリアなどが並びます。

新鮮な卵と上質の生クリームをたっぷり使用し、木の実や野菜、魚介などを優しく閉じ込めた絶品キッシュは、定番の5種に日替わりを加えた6種類。食事メニューはもちろん、お酒に合う前菜まで、季節や時季に合わせた料理はどれも素材の組み合わせから調理方法まで「料理好きな人がワクワクしながら考えているんだろうな」と思ってくれる、素敵なおもてなしで溢れています。

**営** ランチ 11:30~16:00 (L.O. 15:30)  
ディナー 18:00~22:00 (L.O. 21:30)

**休** 日曜・祝日

**交** 「飯山満」駅前



自家製グラノーラは店頭で販売中

コーヒーと相性の良い各種スイーツに  
飲物がついた「デザートセット」1,000円  
写真はグラノーラの入った“大人のアフォガード”



バリスタの出勤日やラテアート教室等  
各種イベントの開催日が確認できます

TEL 070-6630-8032 住 〒274-0060 船橋市坪井東1-2-31



オーガニック・フェアトレード等の厳選した豆を取り寄せ、オーダーに応じた最適な抽出方法による味の違いを楽しめると評判のコーヒーとグラノーラの店“ウォームハートコーヒー”。

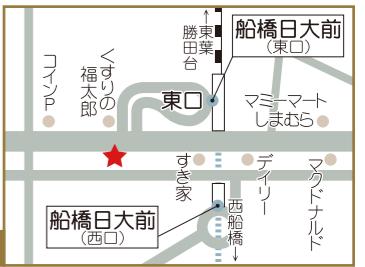
バリスタがお店にいる時には、目の前でラテアートを描いてもらえるパフォーマンスラテアート(800円)が人気で「お写真を撮る方が多いので、冷めても美味しさを損なわないコーヒーを選んでいます」と言う、バリスタ選手権全国第三位という経歴を持つ店主の奈美子さん。お店の2階で作っているサクサクと香ばしいグラノーラは、きなこ味、メープル味など各種フレーバーがあり、そんなコーヒーと相性のいい“モノ・コト・ヒト”をコンセプトに、ラテアート教室や様々なワークショップ等のイベントも開催しています。

**営** 10:00~17:30 (L.O.17:00)  
[ランチタイム11:00~14:00/L.O.13:30]

**休** 月曜日(祝日の場合は営業)

**交** 「船橋日大前」駅 東口から徒歩1分

**P** お店の裏に4台



【答え】×…A型、B型、AB型の3種類しかありません。





## さばに豊富に含まれるDHAやEPAを効率よく摂るには“さば缶”が有効！

※さば水煮缶の汁はプリン体が多めなので、摂取には注意してください。

# 簡単！ さば缶レシピ



## さば味噌缶の炊き込みご飯

- 米は洗って釜に入れ、2合の目盛りより少し少なく水を入れる。長ねぎ半分を粗みじんにする。さば缶を汁ごと入れ、粗みじんにした長ねぎを散らし、『炊き込みご飯モード』で炊く。
- 炊き上がったら、さばをくずしながら混ぜ、ふたを閉め少し蒸らす。小口切りにした長ねぎを散らして完成。



ネギには免疫力を高めるカロテンやビタミンC、抗菌・抗ウィルス作用のあるネギオールという成分が含まれており、特に青い葉の部分にカロテンやビタミンCが多く含まれています。

**材料**  
(4人分)

- さば味噌缶 ……1缶
- 米 ………………2合
- 長ねぎ ……………1本  
(半分は粗みじん)



## さば水煮缶と豆腐のチャンプルー

- 木綿豆腐は8等分にし、よく水気を切る。にらと人参を切る。
- フライパンにごま油、おろしにんにく、人参、しょうが(千切り)を入れて中火にかけ、①でよく水を切った豆腐を炒める。
- ②にさば水煮缶とにらを加えて炒め、しょうゆを加える。溶き卵を回し入れて半熟に火を通して完成。



トマトには老化やがんを予防するリコピンという抗酸化物質が含まれています。

**材料**  
(3人分)

- さば水煮缶 ……1缶
- パスタ ……………300g
- ホールトマト ……1缶
- にんにく ……大きめ2片
- オリーブ油 ……大さじ5



## DHA

アルツハイマー病や認知症を予防したり、血液中の中性脂肪を減らしたりする効果もあり、脂質異常症といった生活習慣病の対策にも有効です。



## EPA

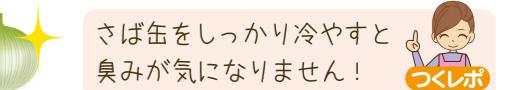
中性脂肪を減らし、血管を拡張する働きがあり、がんや動脈硬化、高血圧、脳卒中などの発症リスクを下げる効果があります。



## さば水煮缶と新玉ねぎのサラダ

- 新玉ねぎはスライスし水に浸し、数回水を取り替えザルに上げて水気を切る。かいわれ大根は根元からカットし水で洗ってから水気を取っておく。さば缶はザルに開けて水分を切っておく。
- 玉ねぎ、サバ缶、かいわれ、鰹節、ごま油、ポン酢を回し入れて完成。

さば缶をしっかり冷やすと臭みが気になりません！



**材料**  
(2人分)

- さば水煮缶 ……1缶
- 木綿豆腐 ……1丁
- にら ……………1/2束
- 人参 (千切り) ……4cm
- おろしにんにく ……小さじ1/2
- ごま油 ……大さじ1
- しょうが ……1かけ
- たまご ……1コ

**材料**  
(2人分)

- さば水煮缶 ……1缶
- かいわれ大根 ……1パック
- ごま油 ……適量
- 新玉ねぎ ……大1/2個
- 鰹節 ………………少々
- ポン酢 ……適量



## さば水煮缶の味噌汁

- 大根、人参はいちょう切りにし、しめじは石づきを切り取りればす。鍋にお湯を沸かし、沸騰したら大根と人参を入れ、下ゆでをする。
- さばの水煮缶は身と汁に分けておく。煮汁の半分で味噌を溶く。鍋にお湯を入れ、煮立たせさば缶の身を入れて5~6分煮る。  
①の大根、人参、しめじを加え、②の味噌を入れて馴染ませる。器に入れ、長ねぎを飾って完成。

さばの水煮を5~6分煮ることでさばの臭みが少くなります。  
大根、人参は下ゆでをしてから鍋に入れる。味噌は少なめがよい。



## さば水煮缶のトマトパスタ

- フライパンにオリーブ油と刻んだにんにくを入れて香りを出す。
- 酒とさば缶を入れ、さばをほぐしながら少し色が変わるものまで炒める。
- ホールトマトを手で握り潰しながら入れ、塩小さじ1/3、胡椒少々を入れる。中火で5分煮たら弱火にして、パスタを茹でる。
- パスタは大さじ1の塩を入れて茹でる。表示の1分ぐらい前(少し硬めの状態)であげる。
- パスタの水をしっかりと切り、フライパンに入れソースを全体に絡ませて完成。

トウガラシを入れる場合は③のトマトを入れるタイミングで入れる。



## さば水煮缶のリエット風

リエットとは  
パテに似たフランス料理。  
みじん切りや角切りにした豚肉を使い、保存食として生み出されました。

**材料**  
(4人分)

- さば水煮缶 ……1缶
- ヨーグルト ……大さじ4
- おろしにんにく ……少々
- 塩 ………………適量

- さば缶の汁を切り、身だけポールに入れる。
- ①にヨーグルトとおろしにんにくを加え、スプーンでつぶしながら混ぜる。
- 味をみて、必要であれば塩を加える。

# 1日5分でめだま体操！



始める前に、必ずメガネやコンタクトを外してください！

## 視力回復トレーニング



①手を前に伸ばし、自然な位置で腕を曲げた位置に出した指を「∞(無限大)」の形に動かし顔を動かさずに眼球だけで指先を追ってみましょう。  
(3周程度)

②腕を前に伸ばし、指を顔から離した状態から眼の前に指を戻し、奥から手前へ動く指を眼で追います。(3往復程度)

## 目玉まわし



④までいったら、今度は「左」→「上」→「右」→「下」と、逆回転して1セット(1日3セット程度)

## 一度にたくさん行わず、少しずつ毎日続けましょう。

眼に異常や疾患がある場合は行わないで下さい。また、無理をして動かしすぎないように注意し、違和感や症状を自覚した場合は、ご自身で判断せず、すみやかに眼科医の診察を受けてください。

## 基本運動 1日3セット程度

強めにぎゅっと眼をつぶります



ここまでで1セット



# ピクトグラム 新しくなった案内用図記号

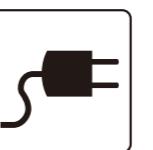
言葉によらない、目で見るだけで案内が可能な案内用図記号(ピクトグラム)が世に広がったきっかけは、1964年に開催された東京オリンピックだと言われています。2020年の東京オリンピック・パラリンピックに向け、日本人だけでなく外国人観光客にもよりわかりやすくするために、新しい案内用図記号が追加されたのをご存知ですか?



## 新たに追加された案内用図記号



無線LAN



充電コーナー



海外発行カード対応 ATM



オストメイト用設備  
/オストメイト



駅事務室  
/駅係員



一般車



レンタサイクル  
/シェアサイクル



コンビニエンスストア



列車の非常停止ボタン



ホームドア:  
たてかけない



ホームドア:  
乗り出さない



ホームドア:  
ドアに手を挟まないように注意



ヘルプマーク

身につけることで、援助や配慮を必要としているのを知らせることができるマークです。  
カードの中には助けて欲しいことが書いてあります。



## 2019年7月20日までに変更される案内用図記号

旧



駐車場



手荷物受取所



救護所



乗り継ぎ



ベビーケアルーム

適切な方を選択



温泉

温泉

# Pet博2018

2018年5月3日(木・祝)~5月6日(日) 幕張メッセ

- ゲストトークショー
- グルーミング教室
- 鳥のサークル
- 愛犬同伴しつけ教室
- ワンちゃん大運動会
- キャットショー
- ふれ愛コーナー
- お散歩体験コーナー
- 最新のペットグッズ展示・販売、お買い得なペット服のお店など



ペットとペットファンのための参加・体験型の人気イベント「ペット博」が、今年も5月3日(木・祝)~6日(日)の4日間、幕張メッセで行われます。

ブランドペットグッズのお店など最新のペットグッズをはじめペットフード、関連グッズの展示販売やグルーミング教室、愛らしい動物たちのステージパフォーマンス、飼い主が一緒に参加できるワンちゃん大運動会など趣向を凝らした催しが開催され、また、介助犬や災害救助犬の実演、セラピードッグ認定会など社会で活躍する動物たちも広く紹介しています。

もちろん、今年も「ペットセレモニープレア」のブースを出店予定です。動物好きなら誰でも楽しめるイベント目白押しの会場に是非ご来場下さい!

開催場所 幕張メッセ  
開催期間 2018年5月3日(木・祝)  
~5月6日(日)  
開催時間 10:00~17:00  
主 催 Pet博実行委員会  
入 場 料 大人1,300円  
(前売り1,100円)  
幼稚園児・小学生800円  
(前売り600円)

## 「インターペット」に初出店



東京ビッグサイトで2018年3月30日(金)から4月1日(日)の3日間、過去最大規模で開催された「インターペット」。毎年大人気の「イヌリンピック」「ペットみんなで撮影会」などのイベントや、防災展示「いっしょに逃げてもいいのかな?展」やマナーセミナー等が行われました。

インターペットには初出店となる「ペットセレモニープレア」のブースにはペットちゃん用のメモリアルグッズを展示し、家族としてペットちゃんと向き合う多くのお客様が足を止めてくださいました。今まで漠然と考えていた「ペットちゃんとお別れの時」を真剣に考え、スタッフに質問するお客様の姿が目立ち、ペットちゃんに「いつか」があるのは分かっていても、きっかけがなければ普段は中々見えていただけない「ペットセレモニー」のご紹介をさせていただきました。

**ペットセレモニープレア 通販サイトオープン**  
ECサイト(BASE) <https://shop.petceremony.jp/>



<http://www.petceremony.jp/konnako/>

## 株式会社プレア35周年特別企画



## W読者プレゼント Wチャンスキャンペーン

1982年に富士典礼として創立し、2013年に「株式会社プレア」に社名変更し今日に到るまで35年の間、社会情勢や世の中が大きく変化していく中で、葬儀の形も多種多様となっていました。

プレアでは、伝統を守りながら時代に見合ったセレモニーをお客様に提供できるよう、常にその先を見据え、新たなプランや商品の開発に精進して参りました。その結果、千葉県内に4店舗のセレモニーホールと、3店舗のペットセレモニーを要するまでに成長する事ができたのは、これも偏に皆様方のご支援とご愛顧の賜物と深く感謝し、ささやかながらプレゼントをご用意させていただきました。

読者プレゼント当選者100名様の中から、さらに抽選で2名の方に千葉の特産品セットを合わせてプレゼント致します。皆様のご応募お待ちしております。

### さざえ釜めしの素・あさり釜めしの素(2個セット)

### 抽選で100名様にプレゼント!

具材を贅沢に使い、丹念に味付けられた「釜めしの素」です。  
素材のおいしさが際立つ本格的な味をご家庭でも  
気軽に楽しめます!

さらに ▲プレゼント当選者 100名様の中から  
抽選で 2名様に ダブルチャンス!

### 釣きんめ・のどぐろセット

【セット内容】銚子産釣りきんめ秘伝干2枚/のどぐろ秘伝干1枚/花鯛秘伝干1枚  
あじ秘伝干3枚/花鯛極旨みそ漬2切/銀鮭2切/極上わかめ(110g)1袋

### 1万円相当プレゼント!

※一部、千葉特産以外の商品もございます

※ダブルチャンスに当選された方には、お電話でお届け日のお伺いをいたします(クール便)

ハガキの場合 官製葉書または切手を貼ったポストカード等(2017年6月から62円になりました)に  
郵便番号・住所・氏名・電話番号・ご意見等をご記入の上、

〒263-0044 千葉市稻毛区小中台町356-13  
(株)プレア『釜めしセット係』まで

スマートフォンの場合 左記のQRコードを端末等で読み取り  
プレゼント応募フォームよりご応募ください

※二次元コードをスキャンするには、専用アプリのインストールが必要な場合があります

応募締切 2018年5月15日消印まで有効 当選者の発表は発送をもってかえさせて頂きます(当選された場合5月末日頃発送予定)

※お客様からお預かりした個人情報は、賞品の発送のために利用するほか、マーケティング等の目的のために個人を特定しない統計情報の形でのみ利用させていただきます。  
また、お客様の同意無しに個人情報を業務委託先以外の第三者に開示・提供することはございません。(ただし、法令により開示を求められた場合を除きます)。



〒郵便番号
住所
氏名
電話番号
ご意見など