

旬の味覚

今月は かつお

「初鰹（はつがかつお）」と呼び、珍重されますね。

かつおは、スズキ目・サバ科に属する魚の一種であり、刺身やたたきなど食用にする他、鰹節の原料でもあり、日本の食文化とは古くから密接な関係があります。また、鰹の漁が盛んな地域では郷土料理として鰹料理が多く作られています。大型のものは全長1メートル・体重18キログラムに達するが、実際に漁獲が多いのは全長50センチメートル程のものです。日本の太平洋沿岸に生息するかつおは、秋に親潮の勢力が強くなると南下する。夏の到来を告げるその年初めてのかつおの水揚げを



旬 5~6月

かつおの豆知識

かつおは、血液をサラサラしてくれるEPAや、脳の働きを活性化するDHAを多く含んでいることでも有名です。またかつおには、コレステロールを減らし、肝機能を高めるタウリンが豊富に含まれている。

うちうち新聞

2014年
5月号
No.19

社長の小話

牟月



内野徳治

家の周りの樹木も、すっかり若葉が繁って参りました。五月晴の空に鯉のぼりが元気に泳いでおります。この風景も今となっては、とても懐かしく思いますね。エー八十八夜を過ぎると、霜は滅多に降りる事は無く、新茶の季節と成り、あちら、こちらで一番茶の茶摘み姿が見受けられます。これも東の間で、人手不足の解消でしようか乗用の茶摘み機や、大きなパカンのような機械であつという間に摘み取ってしまっています。

今月の十八日は恒例になりました。つファン感謝デーウチノ駅に開催されます。

リフォームをさせて戴いたお得意さま、又永年に渡り弊社を後押し戴いております上得意さまに感謝の気持ちで、スタッフ一同お待ちしておりますので、春の一日をご家族お揃いで御出で頂ければ幸いです。

ウチノ★修理 MENU

- (リフォーム MENU)
- 水廻り改修工事全般 (お風呂・キッチン・トイレ・洗面)
 - 外壁塗装工事
 - 内装工事 (壁・床・天井の張り替え)
 - ふすま・障子・網戸の張り替え
 - 畳の表替え
 - 照明器具取り付け (LEDも可)
 - 給湯器交換
 - オール電化



永谷裕美

- (お助け修理 MENU)
- お風呂
 - 浴槽まわり水漏れ補修
 - タイル目地割れ補修
 - シャワーヘッド・ホース取り替え
 - 浴室内クリーニング
 - 台所
 - 換気扇交換
 - 換気扇・コンロのクリーニング
 - 蛇口パッキン交換
 - 浄水器取り付け
 - 排水管清掃



平塚隆信

- トイレ
 - トイレのつまり
 - ボールタップ交換
 - ウォシュレットの修理
 - 水漏れ補修
 - 手すり取り付け
- 洗面台
 - 蛇口交換
 - 洗面台ヒビ割れ補修
 - 洗面台下の床補修
 - 排水ホース交換
 - 洗濯機パン交換

ガス・灯油 NEWS

ウチノの新しいスタッフを紹介します！



人見尚樹

はじめまして。こんにちは。
4月から入社しました人見 尚樹（ひとみ なおき）です。
エネルギー事業部に配属になり、皆様にガスと笑顔をお届けしていきたいと思っています。
まだ、右も左もわからない社会人1年生ですが、一生懸命頑張っていきますので、宜しくお願い致します！

☎ 04-2923-2443

〒359-1133 所沢市荒幡 425

おうちのウチノ 検索 <http://www.ouchino-uchino.com>



簡単! かつおのたたき

定番メニューをご家庭で簡単に♪



フライパンに油をひき、かつおを焼く。全部の面が白くなったらあげる。



焼けたかつおをすぐに氷水に入れ冷やす。キッチンペーパーで水気を取る。



好みの厚さでスライスする。



しょうゆ・酒・しょうが・んにくを混ぜてたれを作る。かつおを皿に並べ、刺んだネギをちらし、たれをかける。

かつお(刺身用) 1種 適量
しょうゆ 大きじ1
酒 小さじ1
しょうが 少々
んにく 少々



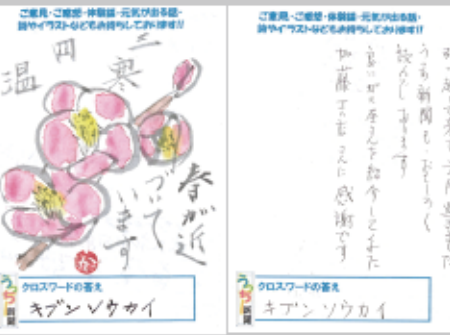
完成~!!



村本完実

おたふりをお待ちひてめます!

東大和市 M様 入間市 N様



毎月たくさんのお言葉やイラストをいただき、誠にありがとうございます! うっちー新聞企画室では皆様からのお便りをお待ちしています! 付属のはがきをご利用下さい。



内野順子

所沢市 T 様邸 浴室改修工事



クリナップ ユア시스 0.75坪

さわやかな雰囲気の、ブルーを選択。ミラーも通常長方形の物を追加オプションで楕円形の物に変更し、とてもおしゃれな浴室に変身しました!

お風呂のリフォームは「ショールームからこんにちは」のお得なキャンペーンをご覧ください。



内野茂広

ウチノ★リフォーム事例 今月はお風呂のリフォーム事例をご紹介します。



内野裕崇

ペット自慢



ちよーちりん 10才

5月2日で10才になりました! 相変わらずのんびりやさんです。

所沢市U様

ペット自慢のコーナーでは、我が家の可愛いペットを募集! 掲載ご希望の方は写真とコメントをうっちー新聞企画室までお送りください。



内野あけみ

ショールームからこんにちは

お風呂祭り 特典

その1 お見積りのご依頼でシリコンスチーマープレゼント!!

その2 期間中ご成約頂いた方にシャンプー&リンス 1年分

浴室換気乾燥暖房機

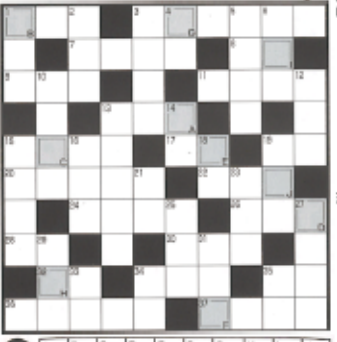
どちらもプレゼント

ショールームではおいしいコーヒーをご用意しています。



内野和泉

今日のクロスワード?



解題

前回の答え ヨルニアカライトウダイ

正解者の方おめでとうございます!!

■応募方法

付属のはがきにクロスワードの答えと必要事項をご記入の上ご応募ください。 ※締め切り: 5月31日

1 1 新登場の女性アイドル「あまのてら」は、花をモチーフにした「あまのてら」をテーマにした。...

奥様は文学少女でした 正解者にはウチノでつかえるポイントを15ptプレゼント!



内野瑠影