

Yukai

2017
1
vol.184

日専連 **NiCC** 会員情報誌「ユカイ」です。
(パソコン) www.nissenren-nicc.co.jp/
日専連ニック 検索 ケータイQRコード

ニックのホームページにて過去のユカイで紹介したレシピを公開しています。ぜひ、ご覧下さい。



■材料(4人分)
●ひらめ(刺身用).....3枚
●菜の花.....1束
●昆布.....適量
■調味料
●塩.....少々
郷味津々 **ちさん亭**
料理長 山本 公さん



ひらめ菜の花昆布マキ

1. ひらめを3mm位に削ぎ切りにする。
2. 菜の花は葉を取り、穂先と軸を切り離す。
3. 穂先と軸はそれぞれ茹で時間が違うので、たっぷりのお湯に塩をひとつまみ入れて別々に茹でる。茹で上がったら氷水に入れて一気に冷めます。その後、たっぷりめの水に半日くらい浸して灰汁を抜いておきます。
4. 布巾に酢を湿らせ昆布を拭き、汚れやごみを取ります。
5. 昆布に塩を少々ふりかけ、ひらめを重ねないようにならべて塩を少々ふりかけ、昆布ではさみ、ラップで包み、一晩置く。
6. 菜の花は、しっかり水気を絞り、ひらめ同様、昆布ではさんで一晩置くと昆布マキの完成です。

ワンポイントアドバイス
●刺身用の白身魚であれば何でも代用できます。
●出汁1:醤油1の割合で食べてください。塩が効いていれば何もつけずに食べてください。あまった花と軸はおひたしや和え物などに有効活用しましょう。

郷味津々 **ちさん亭** 今月のおすすめメニュー

北見市北3条西3丁目 (ピアソンホテル3条側・地下1階)
TEL.0157-25-1164
●営業時間
昼/11:30~14:00
夜/17:30~22:00

●大海老天井...1,380円(ランチのみ・税込)

SHOP Information

新築移転し、設備も充実
昨年11月に北見市中央三輪2丁目に新築移転した北星記念病院は脳神経外科や循環器内科などの診療科目がある専門病院。今回の移転に伴い、検査・放射線部門を強化し、3T MRIを導入。高精度・高画質の画像で診断の質がさらに向上。また、リハビリテーション科も充実。365日リハビリが受けられる、広く開放感のある理学療法室のほか、心臓に特化した心臓リハビリテーション室など、あらゆる疾患に対して総合リハビリテーションを展開し、さまざまなサービスを提供しています。地域医療を担う新しい病院の誕生です。

医療法人社団 高翔会
北星記念病院
北見市中央三輪2丁目302番地1 TEL.0157-51-1234
受付時間/月 火 水 木 8:30~12:00 13:00~17:00
金 8:30~12:00
土 8:30~12:00 13:00~15:00
<http://www.nouge.gr.jp/>

Yukai プレゼントに商品提供をいただいています。ぜひご応募ください。

不動産トータルサポート「セクト」
2016年に創業20周年を迎えたセクト。節目の年に社屋も移転し、とん田東町にて現在営業をしています。セクトといえば、北見市内2店舗を含む計3店舗を展開し、賃貸・売買・管理までオホーツクの不動産のトータルサポートを行っています。新社屋はガラス張りになっており、開放的な空間を演出。小さなお子様連れでも安心してお部屋探しができるよう、キッズスペースも完備しています。これから転居や一人暮らしを考えている方、家やマンションの売買・管理をお考えの方はぜひ一度、不動産トータルサポートのセクトに相談してみませんか。

SECT 株式会社 セクト本店
北見市とん田東町404番地 TEL.0157-23-2103
営業時間/平 日 9:00~19:00
土 曜 日 9:00~18:00
日 祝 日 10:00~17:00

夏のボーナス一括払い

手数料0円で取扱中!!

ご請求は7月! お買物は日専連カードで!!

お支払いはご請求前でも、カード伝票の控えがあれば弊社窓口でご入金可能です。

もちろんポイントも貯まります!! 上手に使ってトクしよう!!

一括払い2回払いボーナス一括払い 手数料0円

※一部加盟店では取扱期間が異なる場合がございます。*加盟店のスタンドポップでご確認ください。

住所変更手続きのお願い

お引越し等で住所が変わられた際には、当社宛にお早目に住所変更の届出をお願いします。お届けいただけない場合、当社からの重要なお知らせが届かない場合もありますのでご注意ください。

申込みは **お子様の保険証** と **親御様の保険証または運転免許証** など 同一住所とわかるものをお持ちいただき **ドコモショップ日専連ニック店** にお越しください!!

docomo ドコモショップ 日専連ニック店
北見市北2条西3丁目ナップス駐車場ビル1F 営業時間/朝10時~夜7時
年中無休 ナップス駐車場2時間無料
☎0120-203-717 ●大丸様

ドコモで無料の子育て応援 始まりました!!

小学校以下のお子様がいる **お父さん、お母さん** 手続きはお済みですか?

特典1 お子様が12歳まで誕生月に毎年 **3,000dポイント** もらえる!!
もらったdポイントはローソンで **3,000円分** お買い物できる♡

特典2 毎月 **フォトブック無料** で送ってもらえる!!
アプリでお気に入り写真を選ぶだけでアルバムにして家に届くサービスです。
フォトコレクションプラス (最大13ヵ月無料)

家族の思い出づくりをドコモが応援!!

申込みは **お子様の保険証** と **親御様の保険証または運転免許証** など 同一住所とわかるものをお持ちいただき **ドコモショップ日専連ニック店** にお越しください!!

docomo ドコモショップ 日専連ニック店
北見市北2条西3丁目ナップス駐車場ビル1F 営業時間/朝10時~夜7時
年中無休 ナップス駐車場2時間無料
☎0120-203-717 ●大丸様

Yukai コカイプレゼント PRESENT

A イオンシネマ北見 ご招待券(ペア):5名様 提供/イオンシネマ北見様

B ニュー阿寒ホテル ペア宿泊券(1泊2食付):2名様 提供/ニュー阿寒ホテル様

C ポウル北見「1ゲーム無料券」(4枚):5名様 提供/ポウル北見様

D 今年は百年! 今年も、日清食品(株)をよろしくお祈りします。
日清 チキンラーメンどんぶり (1箱12食入):5名様 提供/日清食品(株)様

E 日専連ギフトカード 1,000円分:5名様 提供/親セクト様

F 本「蛇行する月」:1名様 提供/ひかりや書店北見店様

G 2017年 厳寒の焼き肉まつり開催!
厳寒の焼き肉まつりペアチケット:5名様 提供/日専連ニック
毎年恒例の「厳寒の焼き肉まつり」が開催されます。チケット1枚2,000円で肉セットと焼酎やソフトドリンクが飲み放題。370台の七輪を用意しておりますので、ぜひご参加ください。

応募方法は2通り!! お好きな方法でご応募ください。

ハガキで応募
プレゼント応募券をハガキに貼って【ご希望の景品】【郵便番号】【住所】【氏名】【年齢】【電話番号】【アンケートの答え(任意)】をご記入の上、ご応募ください。厳正な抽選の上、当選された方に各景品をご郵送いたします。

今月のアンケート
宛先: 〒090-8729 北見郵便局 私書箱57号
日専連ニック「ユカイプレゼント」係 **「卒業式の思い出」**
※今後の「ユカイ」に匿名にて掲載させていただく場合がございます。

ネットでご応募
<http://www.nissenren-nicc.co.jp> または「日専連ニック」検索
【ユカイなページ】→【ユカイプレゼントに応募する】
→【必要事項と応募番号を入力】→【送信】で応募完了

応募締切: 2017年1月31日(ハガキは当日消印有効)
※ご応募の際は、ご希望の景品の記入もれがないかご確認をお願いいたします。
※ご応募による個人情報については弊社からのご案内または景品発送のために利用させていただきます。

前月号(第183号)ユカイプレゼントの応募総数は807通でした。当選者様の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。たくさんのご応募ありがとうございました。