

贈り物には
日専連ギフトカード

お祝いやお返し・記念品に
おすすめいたします。

のし・包装など無料
にて承っております。

あなたの未来に輝きを
日専連 旭川

Emi エミイ

2023
May

5

オススメのお店



THE old CAFE (ザ オールド カフェ)

旭川市豊岡2条4丁目7-13

□営業時間/月~土曜日11:00~23:00
日・祝日 11:00~22:00

□TEL/0166-74-5556

□定休日/不定休 ※Instagram、
Facebookでご確認を

□25台



P ザ オールド カフェよりプレゼントがございます。
PRESENT PICK UP!をご覧ください。

待ち合わせをしたり、おしゃべりを楽しんだり、ひとりの時間をくつろいだり。建物だけでなく、楽しみ方もバージョンアップしています。

丹精込めて自家焙煎した10種類のコーヒー豆を、4種類の抽出方法から選べる従来のスタイルはそのままに、新店舗では抽出した器具で提供され、お客様がカップに注いでゆつたりと味わえるようになりました。コーヒーとミルクのソフトクリームや、ケーキの並ぶショーケースも新たに登場し、テイワアウトのみでもカジュアルに楽しめます。また2階には予約制の完全個室があり、7名様まで1時間6600円で貸し切りが可能。ランチ会や商談などさまざまにご利用できます。

ワンターテインメントをコンセプトに、ワクワクさせてくれるカフェとして、遠方からも訪れる人が絶えない人気店「ザ オールド カフェ」が、装いを新たに豊岡にオープンしました。店主の杉野さんが創業して間もない頃から、お客様にもっと楽しんでいただきたいとあたたためてきた思いが、ついにかたちとなったお店です。店内はこれまでの店舗よりさらに広く、おしゃべり。駐車場も25台分の嬉しい広さです。

ワクワクできるカフェが
さらにバージョンアップ!

いろいろ
アレンジが
楽しい

たけのこを食べてハジラジとー!



たけのこには、集中力アップ、
疲労回復などの栄養素が含まれています。
旬のおいしいたけのこ料理を食べて、
毎日を元気ハツラツと過ごしましょう。
お手軽に味わいたいなら市販の水煮でも。



中華おこわ

たけのこ、にんじん、も
どした干しいたけ、市販の
焼豚を大きさを揃えて角
切りにし、ごま油で炒め
しよゆ、砂糖、オイスター
ソースで味をととのえま
す。もち米を洗ってザルに
あげ30分ほどおき、炊飯器
の炊き込みモードにセット
して、具材を汁ごと入れて
炊きます。茶碗に盛り、三
つ葉をのせます。

たけのこのミニ知識

その1 たけのこの処理の仕方

生のたけのこは時間がたつほどえぐみが増す
ので、早めにあく抜きを。下のぶつぶつした部分を
削ぎ落とし、皮に切り込みを入れたら鍋に米ぬかと
赤唐辛子、かぶるくらいの水を入れ1時間ほど煮
て、煮汁につけたまま冷ましてから皮をむきます。

その2 たけのこの保存方法

たけのこは傷みやすいので、市販の
水煮でも開封後は使い切りしたいもので
すが、余ったら深めのタッパーにたけの
こが完全に浸かるように水を入れ、冷蔵
庫で保存すると1週間ほどもちます。

たけのこの白い粉は何?

たけのこの中に付着している白い粉のよ
うな物質、食べて良いのか気になりませんか?
これは実は「チロシン」というアミノ酸の1種。
アドレナリンやドーパミンなどの神経伝達物
質の原料となり、積極的に摂取すると、やる
気や集中力をアップする効果が期待できる
ので、ぜひ洗わずに調理しましょう。

疲労回復にも効果あり!

たけのこには疲労回復ドリンクやス
ポーツ飲料に使われている「アスパラギン
酸」や、うまみ成分として知られる「グルタ
ミン酸」も含まれています。どちらもアミノ
酸の1種で、疲労回復の効果があります。
またグルタミン酸は認知症の予防や皮膚
の保湿など幅広い働きをしてくれる栄養
素です。

食物繊維もたっぷり

水に溶けにくく、水分を含むと膨
らんで便通を良くする不溶性食物
繊維が、キャベツやレタスなどに比
べ2倍近く含まれています。ただし食
べすぎると排出するまでに時間が
かかり、消化器に負担をかけるた
め消化に悪いと言われるので、
食べ過ぎにはご用心を。



中華スープ

深鍋にごま油で豚ひ
き肉を炒め、水と鶏がら
スープの素を入れて沸
かし、薄切りにしたたけ
のこ、しんじょうを加え
て煮ます。塩こしょうで
味をととのえ、水とき片
栗粉でとろみをつけ、溶
き卵とニラを加えます。

たけのこ豚肉の エスニック炒め

フライパンにごま油
を熱し、薄切りにしたに
んにく、豚肉、たけのこ、
輪切りにした赤唐辛子
を炒め、火が通ったら半
分の長さに切った豆苗
を加えさっと炒めます。
塩こしょう、ナンプラー
で味をととのえます。

たけのこの天ぷら

市販のてんぷら粉を
分量の水で溶き、お好み
の厚さに切ったたけの
こと大葉などお好みの
野菜をくぐらせ、180℃
の油で揚げます。油を
切つて皿に盛り、大根お
ろしを添えます。天つ
ゆ、塩などお好みで。

たけのこの バターソテー

たけのこはたて半分
に切つてから6等分しま
す。フライパンにバター
を溶かし、たけのこを焼
き目がつくまで焼き、
しょうゆをまわしかけ
てからめます。器に盛
りかとおおしをふりカ
イワレ大根を添えます。

おもしろきこともなき世をおもしろく

遠いあの日のヒーロー

あの特撮番組の主人公も、
憧れの野球選手も、尊敬する
ミュージシャンも。

ここ数年、子どもの頃や学
生時代に好きだったヒーロー

が、立て続けに鬼籍に入る悲しい知らせに接する
度に、「一時が止まったような錯覚を覚える。」

自分の年齢が56なのだから、40年も50年も前
に憧れていた人たちがお年を召すのは当然なの
だけれど、現実ではないような、認めたくないよ
うな。

茄子や肉の脂身が苦手なのに、地球の平和を
守る使命を感じていた幼稚園時代。

プロ野球選手になるために、毎日近所の公園
で暗くなるまでボールを追いかけていた小学生
時代。

カセットテープに録音した最新のテクノサウン
ドを、巨大なラジカセで聴いていた中学生時代。

その頃は、憧れのヒーローがやがて年老いて病
に倒れ、この世に別れを告げる日が来るなど、ミ
リも想像したことはなかった。

やがて高校生、大学生、社会人と人生のステー
ジを進むにつれて、そんな憧れははるか記憶の彼
方に遠ざかっていき、市民として現実と折り合い
をつけていく日々を繰り返してきた。

そして、いま。会社員生活のゴールが見え始め
た頃、かつてのヒーローたちの訃報に接し、自らの
来し方を振り返り、複雑な想いとらわれる自分
がいる。

社内の人間関係、住宅や車のローン、子どもた
ちの進学や就職、年老いた親の介護、還暦を間近
に控えた自分たち夫婦の健康……まとわりつく
この世の諸問題に頭を悩ませながらも、このあた
りで少し立ち止まり、夜空を見上げてヒーローの
故郷である星を探したり、バッテリーセンターで
フルスイングしたり、ラジカセの代わりにスマホで
40年前のヒット曲を聴いたり、そんな時間も必要
なのかもしれない。

そして、こんな月並みな言葉が適切かどうかは
さておき、心の中で呼びかけてみたいのです。
「ありがとう。そしておつかれさまでした。僕は
もう少しだけ、自分なりに頑張ってみます」



新規会員様ご紹介キャンペーン

若者応援!

お申込時ご年齢が、
29歳以下の方は「分割12回」まで
分割手数料が無料!!

【期間】ご入会から翌年の12月末まで

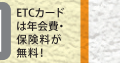
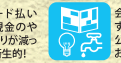


税理士・会計士もおススメ
このカード1枚で解決!
経営者・個人事業主の皆様必見!!

入会金・年会費永年無料 (経費精算がシンプル!)
社員様のカードも追加発行可!

コーポレートカード

オフィスで便利!業務がスムーズに!



お申込の際は右記の
確認資料の添付が
必要となります。

■商業登記簿謄本
■名刺
■本人確認書類

お問い合わせは
お気軽に

日専連 旭川
〒070-0032
旭川市2条通8丁目 ☎0166-23-2000



暗証番号の開示と変更について



暗証番号開示の際は、ご本人様が①日専連旭川カード②身分証明書(運転免許証・保険証など)をご持参のうえ、日専連旭川窓口にてお問い合わせください。また、ご本人様から下記お問い合わせ先へご連絡いただければ、暗証番号を書留でご郵送することも可能です。

暗証番号変更をご希望の際は、ご本人様が上記①・②をご持参のうえ、日専連旭川本店へご来店ください。窓口で変更いたします。また、ご郵送での変更をご希望の際は、下記お問い合わせ先までご連絡ください。

お問い合わせ先 ☎0166-23-2000

意外と知らない?

とっても便利!

コンビニでキャッシング



セブン銀行



ローソン銀行
LAWSON BANK

お近くのコンビニ設置ATMで、キャッシングがご利用いただけます。
コンビニは上記の他「銀行ATM」設置店でもご利用可能です。

■ご融資利率 実質年率18.00%

■遅延損害金 実質年率20.00%

■利息計算方法 一括払い及びリボルビング払いの初回利息

ご利用金額×融資利率×経過日数(ご利用日翌日~1回目支払月の約定日)÷365日

リボルビング払いの2回目以降の利息

融資残元金額×融資利率×約定日間日数÷365日

■ご返済日

日専連カード会員申込時に指定された約定日、または契約後の変更時に指定された約定日となります。

■ATM
ご利用料

弊社ならびに提携先の現金自動支払機を利用して受け取る場合、次回ご請求月に、右記に定める金額を利用料としてお支払い願います。

ご利用金額	ご利用料
1万円以下のご利用	1利用につき110円(税込)
1万円を超えるご利用	1利用につき220円(税込)

■ご利用可能なATMコーナー



日専連旭川 本店
旭川市2条通8丁目 9:00~17:00 (元旦を除く)



※利用可能時間は、店舗により異なります。※コンビニは「銀行ATM」設置店でのみご利用可能です。※セブンイレブンは「セブン銀行」のご利用となります。※ローソン・セイコーマート・ファミリーマートは「北洋銀行」又は「北洋銀行」のご利用となります。ご利用明細書をご確認ください。

【お知らせ】2023年1月4日から北洋銀行ATMにて「2か月後・3か月後一括払い」は北洋銀行のシステム移行に伴いご利用を終了しております。北洋銀行での「リボ払い」「一括払い」は引き続きご利用いただけます。2023年1月4日以降「2か月後・3か月後一括払い」のご利用につきましては、ゆうちょ銀行ATM及び弊社本店設置ATMにてご利用いただけます。



株式会社 日専連 旭川
〒070-0032
旭川市2条通8丁目
☎0166-23-2000

日本貸金業協会
苦情・相談受付窓口(借入や返済でお困りの方は、ご相談ください。)
受付時間
0570-051-051 9:00~17:00(土日祝日・年末年始除く)

※収入と支出のバランスを大切に★無理のない返済計画を
資金業者登録番号 北海道知事(5) 上第00453号 日本貸金業協会会員番号:第001535号
[当社が契約する貸金業務にかかる指定紛争解決機関] ●名称:日本貸金業協会 貸金業相談・紛争解決センター



福本泰子
占星術研究者

ふくちゃん星占い
メルマガ ツクツク



牡羊座

上手くいっていることも、振り返ることで、新しい発見があるかもしれません。



天秤座

気持ちを煽られていたりと感じることがあるかも。冷静に考える時間が必要。



牡牛座

コツコツと頑張ってきたからこそ、周りの人にもっとアピールしてもいいですね。



蠍座

混乱しても、深く考えなくてよし。関係のない事に首をつこまぬように。



双子座

知的好奇心が刺激され、出かける機会が多くなりそう。会話は弾む月です。



射手座

冒険心をくすぐられますが、前途多難かも。情報収集はきちんとしておいて。



蟹座

気持ちだけが先走ってしまうかも。仲間と入念に話をすり合わせて。



山羊座

しっくりこないと思ったら、話をしてお互いの気持ちを確かめましょう。



獅子座

一気に冷めてしまうかも。時間をかけて、良いところを探していこう。



水瓶座

割り切っていたつもりでも、割り切れていないと気付く瞬間があるかも。



乙女座

やるが増える手一杯になることも。誰かを頼って、協力してもらって。



魚座

あなたが優しいからこそ、不満や愚痴の聞き役になることがあります。

HEALTHY COOKING



アスパラとしいたけの中華風あんかけ

— 健康的なお肌に —

アスパラやにんじんに含まれるビタミンAが肌荒れを予防。アスパラに含まれるアスパラギン酸が疲労を回復させてくれ、葉酸と鉄分が貧血も予防してくれます。アスパラがおいしいこの時期ならではの中華風一品です。



材料(2~3人分)

- 塩.....少々
- にんじん.....小1本(100g)
(アスパラの長さに揃え5mm角の拍子切り)
- グリーンアスパラガス.....4本(100g)
(がくを取り長さ4等分に)
- サラダ油.....大1
- 生しいたけ.....1パック(100g)
(石づきを取り4等分に)
- 水.....200ml
- 中華スープの素.....小1
- 酒.....大1
- 塩.....小1
- 片栗粉(氷大2で溶く).....大1
- ごま油.....大1

ワンポイント! ●アスパラはバター炒め以外に中華風炒めにも合いますよ。

1人分のカロリー	所要時間	2人分の金額
約172Kcal	約30分	約525円

作り方

- 鍋に湯を沸かして塩を入れ、にんじんとアスパラを固めにゆでるに上げ水気を切る。
- フライパンにサラダ油を熱して①を炒め、しいたけを加えて炒め合わせる。
- ②に水200mlと中華スープの素を入れて沸かし、Aで味をととのえて水溶性片栗粉でとろみをつけ、最後にごま油をまわし入れる。

▶ MOVIE ▶

公開日は変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。



公開中
シナぷしゅ THE MOVIE
ぷしゅほつべにゆうわーるど
 テレビ東京系列で放送の乳幼児向け番組「シナぷしゅ」を映画化。番組のメインキャラクター「シナぷしゅ」が宇宙を舞台に繰り広げる冒険をオリジナルストーリーで描く。
 ©SPMOVIE2023/「シナぷしゅ THE MOVIE」483〜484「シナぷしゅ」制作委員会
 体感型シアター4DX導入劇場
シネプレックス旭川
 旭川市永山12条3丁目 ウェスタンパワーズ内
 ☎ 0570-783-882



公開中
TARター
 2度のアカデミー賞受賞経験を持つブランシェットが主演。ベルリンフィル初の女性マエストロ<リディアター>、芸術と狂気がせめぎ合い、怪物が生まれる。その衝撃に世界平伏!
 © 2022 FOCUS FEATURES LLC.
 スクリーン数 道北No.1
イオンシネマ旭川駅前
 旭川市宮下通7丁目2番5号
 イオンモール旭川駅前4F ☎0166-74-6411

イオンシネマは、お客さまにとっての安全・安心な映画館であるために、今後も感染防止対策に取り組みまいります。当館の対策詳細はホームページをご覧ください。

テレフォンラッキーナンバーズ
ドリームポイント プレゼント! 200P
 お買上計算書請求額の中で当月のご請求額がラッキーナンバーと一致された方に、**ドリームポイント200Pをプレゼント**いたします。
当月のご請求額の下4桁(赤枠)をご覧ください。 当月ご請求額合計 00x,xxx円
今月のテレフォンラッキーナンバー 下4ケタ 2023
 ◎ご当選の方はお電話にてお知らせください。◎当選ポイントは翌月のお買上計算書のボーナスポイント欄でご確認下さい。◎ご連絡締切日2023年5月31日◎
ご連絡電話 0166-22-1505 (受付時間/平日9:00~17:00)

日 専 連 旭 川 う ま い も ん 市 お電話でお取り寄せ
 期間中、掲載商品を **カード払い** または **ポイント交換** にてご提供いたします。

50セット限定 数に限りがございますのでお早め!

グリーンアスパラ
 サイズL (500g×2パック) 計1kg
 大雪山のふもとですくすく育った、新鮮で栄養たっぷりのアスパラガスです。

販売元/株式会社 平田農場

日専連旭川カードをご用意のうえ、お電話ください。
お申込み方法 0166-22-1505
[受付期間] 2023年5月22日(月)から6月5日(月)まで
 [受付時間] 平日9:00~17:00(土日祝休み) ※ポイント交換の場合は、ご注文時の交換、カード払いの場合は翌月にご請求いたします。
[内容量] サイズL (500g×2パック) 計1kg
[発送方法] 冷蔵(クール便) 【到着予定】1週間程度
 ※商品到着後、なるべく早めにお召し上がりください。

道内	販売価格 3,900円 (税込)	販売価格 4,500円 (税込)
	ポイント交換 3,800ポイント	ポイント交換 4,400ポイント

 ※離島・沖縄への配送は不可。

- 6月お買上計算書は**6月21日(水)**より配達予定です。郵便局(土・日・祝配達中止)の事情に伴い、到着まで日数がかかる場合がございます。ご容赦の程お願い申し上げます。
- ドリームポイントには有効期限がございます。毎月獲得したポイントは**3年間有効**です。お買上計算書内の“ドリームポイント明細”失効予定ポイント欄にてご確認ください。有効期限内の早めの交換をおすすめいたします。

QUIZ \ Emiを見てポイントもらおう!

うまいもん市の掲載商品 アスパラの種類は何?

正解者の中から抽選で **20名様** **500ポイント** プレゼント!!

①ムラサキ ②グリーン ③ホワイト

前月号QUIZの解答は「①100」でした。たくさんのご応募ありがとうございました。

PRESENT PICK UP!

1 THE old CAFE (ザ オールド カフェ) 20名様
THE old CAFE オリジナルドリップバッグ 4パックセット引換券
 コーヒー豆が一般的なドリップバッグに比べ、たっぷり入っています。店主おすすめの前味4種をバランスよくセットにしますので、お楽しみに。

2 シネプレックス 映画鑑賞券 4名様
 全国のユナイテッド・シネマ&シネプレックス共通の映画鑑賞券を4名様に!

3 イオンシネマ 映画鑑賞券 4名様
 全国のイオンシネマ共通の映画鑑賞券を4名様に!

お得な情報・サービス等については日専連旭川ホームページをご覧ください。

応募方法 ホームページの情報誌Emiのページ内にある応募フォームよりご応募ください。
 または下記応募用紙に、ご希望のプレゼント商品、クイズの答え、お名前等をご記入のうえ、FAXまたは封書はがきに貼り付けてご応募ください。
 ※厳正なる抽選のうえ、プレゼントいたします。
 ※尚、プレゼント当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

宛先 郵送 〒070-0032 旭川市2条通8丁目 日専連旭川内Emi編集室 **FAX 0166-26-0914**

締切 2023年 5月31日(水) 消印有効

≪ キリトリせん ≫

Emi5月号プレゼント&クイズ応募用紙
 FAXまたは封書、はがきにてご応募の際にご利用ください。

●今後のEmiに掲載してほしい特集、ご意見、ご感想などのメッセージをお願いします。

※クイズとプレゼントは、同時にご応募いただけます。商品は左記をご覧ください。

クイズ 答えを選んでください	A · B · C
ドリームポイント 500P	
プレゼント ご希望の商品番号に○印	① · ② · ③
お問合せ番号 (お買上計算書右上に表示しております。)	C
ふりがな	
お名前	年齢 男・女 歳
ご住所	〒

※ご記入いただいた個人情報は、プレゼント品の抽選・発送に関することのみに利用いたします。