

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
November

11

オススメのお店



串鳥 旭川本店

旭川市2条通7丁目左1号
プラネット2・7 1F
□営業時間/16:30~23:30(LO.23:00)
□TEL/0166-29-1194
□定休日/12月31日・1月1日 Pなし

旭川五・七店

旭川市5条通り7丁目 サクラビル1F
□営業時間/16:00~23:00(LO.22:30)
□TEL/0166-26-5757
□定休日/12月31日・1月1日 Pなし

2条通 昭和通
●至クリスタル橋
ローソン 旭川2条通店
遠軽信用金庫 旭川支店

5条通 買物公園通
45号通 至旭川駅



P 串鳥よりプレゼントがございます。
PRESENT PICK UP!をご覧ください。

鮮度抜群のお肉を炭火でじっくり
嬉しいハッピーアワーも利用して
旭川市で言わずと知れた人気の
焼鳥屋さん。市民だけでなく、観光
客の舌をも満足させています。おい
しさの秘密は独自の工場で新鮮な
質のよいお肉を串打ちし、お店で炭
火を使い丁寧に焼き上げること。店
内で焼き立てをいただくのはもち
ろん、テイクアウトも好評です。
豊富な焼鳥メニューがテイクア
ウト可能で、飲み会の帰りに家族へ
のお土産にする方が多いそう。電話
でご注文の場合は希望の時間を伝
えれば、お買い物帰りなどに寄っ
て持ち帰ることが出来ます。また、
サワーやハイボールが半額になる
ハッピーアワーが、毎日なんと20時
まで。お仕事帰りに入店してもゆっ
くり楽しめるのが嬉しいですね。
旭川本店は、カウンターにテーブ
ル席、小上がりの席数が多く、女性
のおひとり様から小さなお子様の
いるご家族まで幅広く親しまれて
います。これからの時期は宴会にも
便利。当日でも2名様から宴会メ
ニューが利用できます。火鍋や水炊
き、もつ鍋が選べるコースもおす
め。こちらは通常4名様から、2日
前までに要予約。詳しくはお問い
合わせを。



年末の大掃除のポイントはコレ!大掃除の進め方!

片づけと効率の良い掃除で気持ちよく新年を迎えましょう!

1 大掃除前の準備

項目	場所	掃除の方法
玄関	靴	玄関の靴は、玄関の靴箱に収納し、玄関の床は、掃除機で掃除する。
洗面所	洗面台	洗面台の洗面器、洗面器の裏面、洗面台の壁面、洗面台の床面を掃除する。
キッチン	キッチン	キッチンのシンク、キッチンカウンター、キッチン壁面、キッチン床面を掃除する。
リビング	リビング	リビングの床面、リビング壁面、リビング天井面を掃除する。
お風呂	お風呂	お風呂の浴槽、お風呂壁面、お風呂天井面を掃除する。

クレンジング剤を
つけ置き10分
してふきとる

▶チェックリストを作る

掃除をしたい場所と掃除内容、所要時間を書き出します。普段掃除の行き届かない箇所や汚れが溜まっている箇所は優先的にやります。家族で大掃除をする場合は役割分担を決めます。場所ごとよりも、作業ごとに担当を決めるほうが効率的です。不得意な作業をいやいやするより、得意な作業をこなしていくほうが続きます。

▶スケジュール表を作る

カレンダーやスケジュール帳などに掃除内容を書き込みます。ごみ収集日もあらかじめ書き込んでおきます。最初に取り組みたい箇所は外回りの掃除です。寒い中の外掃除は大変なので、窓拭きなどは早急に済ませたいですね。次に不要品の処分です。掃除をするためには物をよける必要がありますし、年末はリサイクルショップも込み合いますので早めの整理がおすすめです。



2 効率的に進める

▶掃除道具を揃える

雑巾(または古布など)、ゴム手袋、古い歯ブラシやスキマブラシ、古いスポンジ、ハンディモップ、フローリングワイパー、スプレーボトル、新聞紙など。



▶掃除洗剤を揃える

使い慣れた洗剤のほか、クエン酸、セスキ炭酸ソーダ、アルカリ電解水スプレー、キッチン用泡ハイター(塩素系漂白剤・アルカリ性)、衣類用の泡ハイター(酸素系漂白剤・酸性)があると便利です。

▶汚れの性質を知る

汚れの種類は4種類に分類されます!

- ①酸性汚れ
- ②個体汚れ
- ③アルカリ性汚れ
- ④カビ汚れ

汚れの性質と反対の性質の洗剤で中和することで汚れが落ちます。効率的に汚れを落とすには時間と温度をかけて汚れを落とし「つけ置き」が有効です。

▶掃除の手順を知る

上から下へ、奥から手前へ、軽い汚れから頑固な汚れへの順番で行うと効率よく進められます。

拭き掃除の基本
洗剤拭き
↓
水拭き
↓
乾拭き



3 大掃除の方法 汚れ別

▶①酸性の汚れ

皮脂や手垢、たばこのヤニ、油汚れなど。家の汚れの多くが酸性汚れです。酸性汚れを落とす洗剤は反対の性質であるアルカリ性の洗剤、重曹、セスキ炭酸ソーダ、アルカリ電解水、塩素系漂白剤(液体)など。アルカリ電解水スプレーなら二度拭きが不要ですからお手軽です。重曹はアルカリ度が弱いですが、研磨力があるので焦げ付き汚れに効果があります。

▶②アルカリ性の汚れ

水垢や石けんカス、鏡のウロコ、トイレの尿石など、白く固まった汚れで、結晶化して落ちにくいのが特徴。アルカリ性汚れを落とす洗剤は反対の性質である酸性の洗剤、クエン酸やお酢など。クエン酸は、電気ポット内の水垢やアルミ製の雪平鍋の黒ずみ落としにもできます。

▶③個体汚れ

ホコリ、毛や糸くずなど。水分や油分を含むとどンドン落ちにくくなります。

▶④カビ汚れ

お風呂や窓枠のゴムパッキンの黒ずみなど。カビ専用剤や漂白作用のある塩素系漂白剤が有効です。なお、ピンクカビと呼ばれるピンク汚れは、カビではなく酵母菌の一種で、スポンジでこすると簡単に落とすことが出来ます。

4 大掃除の方法 場所別

▶キッチンの頑固な油汚れ

焦げ付き汚れがひどい五徳や換気扇などはつけ置きが必要です。その場合は40℃~60℃くらいのお湯10Lに対しセスキ炭酸ソーダ100gを溶かし1時間ほどつけ置きます。汚れが緩んだらスポンジで汚れを落としましょう。



▶洗面所

皮脂や手垢、化粧品などの酸性汚れ、水垢などのアルカリ汚れ、カビ汚れが混在しているため、それぞれ順番に掃除するのがコツ。洗面ボウルの皮脂のカビ汚れは、キッチン用の泡ハイター(塩素系漂白剤)を全体に吹きつけ、5~10分放置してから水とスポンジでしっかり流します。細かい部分はブラシでこすりながら洗い流します。キッチン用泡ハイターで落とし切れない水垢や石けんカスを、衣類用の酸素系泡ハイター(酸性)をキッチン用泡ハイターと同じ手順で行います。キャビネットや収納棚はアルカリ電解水スプレー(またはシート)で掃除をします。

<https://www.plus-kataduke.com/>

取材協力 +PLUS K(プラスケイ)

旭川市末広5条11丁目5-10 tel:fax: 0166-76-5258
mobile: 090-5079-8001
mail: plus_k_sapporo@yahoo.co.jp
営業時間/平日10:00~17:00(土日・祝日はご相談ください)



のほほんお茶請けばなし

※個人の体験に基づく感想であり、汚れ落ちの効果を保証するものではありません。

今年も衣替えの時期がやってきて、夏の間よく着ていたカーデイガンを見てみたら、また袖のところが汚れが気になった。クリーニングに出すほどのものではないので、自分で洗うことにしたが、以前の失敗を思い出してネットで調べてみたら、ピンク色に変色するのは日焼け止め成分が塩素系漂白剤に反応するためだとわかった。効果的に洗うには、水と食器用の洗剤と粉末の酸素系漂白剤が重曹を同じ割合でよく混ぜ、汚れた部分に歯ブラシなどで叩き込み、全体的に気になる場合はバケツなどでつけ置きをして洗濯機で普通に洗濯洗剤を入れて洗うとよいとあった。これを投稿してくれていたのは、このかこのクリーニング屋さんで、こんなことを教えてくれたら商売にならないんじゃないかと心配しながら試してみたら、本当にキレイに白くなって、嬉しくて持っている白い服を同じ方法で洗いまわった。

これ来年の衣替えの時期に出してみても、黄ばんでいなかったら本当にありがたい。でも黄ばんでいてもまた同じ方法で洗えばいいのだから怖いものなしだと、得した気分浸る私であった。

夏になると白い服が着たくなり、汚れが目立つとわかつているのに、ついつい買ってしまう。汚れたらあきらめやすいように、安くて家で洗えるものを買おうようにしているのだが、気に入ってしまうと結局なかなか捨てられない。



11.23 THU ▶ 11.30 THU

— 正規販売店 —

Graces Ohnishi
JEWELRY & WATCH
グレイシス大西

X'mas ウォッチフェア

この機会に憧れの時計をあなたのものに……



特典 ご購入された方に **豪華ノベルティプレゼント!**



期間中、日専連旭川カードご利用で
10回払いまで手数料無料

上川郡東神楽町ひじり野南1条6丁目1-1
アルティモール東神楽店内
TEL 0166-73-8116 営業時間/10:00~18:00

日専連旭川

冬のポイントまつり

ドリーム
ポイント **2倍**

— キャンペーン登録が必要です。 —

日	月	火	水	木	金	土
2023年12月						1 2金
3 2金	4	5	6	7	8 2金	9 2金
10 2金	11	12	13	14	15 2金	16 2金
17 2金	18	19	20	21	22 2金	23 2金
24 2金	25	26	27	28 2金	29 2金	30 2金
31 2金						

12月の金・土・日の
ショッピングご利用分
全部で15日間 **ポイント2倍!**

さらに 抽選で、お買上累計額2万円毎を1口として

100名様に5,000Pt
プレゼント!!

今すぐ登録! 詳しくは同封のパンフレットをご覧ください。

※未登録の場合、キャンペーンの該当とはなりません。ご注意ください。



福本泰子
占星術研究家

ふくちゃん星占い
メルマガ ツクツク 検索



牡羊座

明るい気持ちで過ごせそう。流れに身を任せても良さそうですよ。



天秤座

あまり深く考えずに、周りの空気に合わせて動いた方が得をしそうです。



牡牛座

今まで頑張ってきたなら、そんなに落ち込む必要もないでしょう。



蟹座

待ったをかけたいところですが、待つことは、良い結果にならないかもしれません。



双子座

前向きな気持ちになれることが増えるでしょう。状況も良くなります。



射手座

自分ではどうにもならないことは、宇宙に身を委ねて任せてしまおう。



蟹座

夢を叶えるために、具体的な行動を起こしていくといいでしょう。



山羊座

今まで築いてきた土台が活きてくるでしょう。努力は無駄ではありません。



獅子座

今まで弱気だったのが嘘のように、自信を持って動いていける月です。



水瓶座

自由でいましょう。肩の荷が下りて、ほっと過ごせる時間が増えそうです。



乙女座

思っていた結果と違って、新しいやり方の方が馴染んでいきます。



魚座

どうにもならない状況も、なんとかなってしまうことが多いそうです。

HEALTHY COOKING



あったか
ミルクポトフ

一骨や歯を丈夫に一牛乳に含まれるカルシウムが骨や歯を丈夫にし、ウィンナーに含まれるビタミンB1が疲労を回復し、たっぷりの野菜に含まれる食物繊維が便秘を予防・改善すると言われています。具沢山のヘルシーポトフです。



1人分のカロリー

約210Kcal

所要時間

約25分

2人分の金額

約330円

ワンポイント
アドバイス!

●お好みで、きのこなどを
入れてもOKです。

材料 (2人分)

玉ねぎ…………… 1/2個(100g)
じゃがいも…………… 小1個(100g)
にんじん…………… 1/3本(60g)
ウィンナー…………… 6本(90g)
水…………… 1・1/2カップ
コンソメスープの素…………… 小1
ローリエ…………… 1枚
キャベツ(大きめのざく切り)…………… 大1枚(50g)
牛乳…………… 1カップ
塩、こしょう…………… 適量
パセリ(みじん切り)…………… 適量

作り方

- 玉ねぎはくし形切りにし、じゃがいもとにんじんは食べやすい大きさに切る。
- 鍋に①、ウィンナー、Aを入れて火にかけ、沸騰してきたら弱〜中火にしてキャベツを加え、ふたをかぶせて煮込む。
- ②の野菜に火が通ったら牛乳を加え、再沸騰したら塩、こしょうを加えて味をととのえ、パセリを散らす。

▶ MOVIE ▶

11.23 公開

翔んで埼玉
琵琶湖より愛をこめて

「埼玉県人にはそらへんの草でも食わせておけ」といった数々の埼玉ティスを連発するも、まさかの大ヒットにこの秋、再びスクリーンで壮大な茶番劇を繰り広げる!

©2023 映画「翔んで埼玉」製作委員会
休館型シアター4DX導入劇場
シネプレックス旭川
旭川市永山12条3丁目 ウェスタンパワース内
☎0570-783-882

11.23 公開

首

構想30年。北野武監督が放つ、前代未聞の“本能寺の変”。裏切りに次ぐ裏切り。刷り込まれた歴史観を覆す展開。第76回カンヌ国際映画祭で上映され世界の度肝を抜いた衝撃作。いよいよ日本公開。

©2023 KADOKAWA ©T.N. GON Co., Ltd.
スクリーン数 道北No.1
イオンシネマ旭川駅前
旭川市地下通丁目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んでまいります。当館の詳細情報はホームページをご覧ください。

11月のおすすめ映画

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 1003

◎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11月30日

ご連絡電話 0166-22-1505 (受付時間/平日9:00~17:00)

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


本人認証サービス3Dセキュア2.0ご登録のお願い

ネットショッピングが、より安心・安全に取引できるようになります。

現在、3Dセキュア登録が必要なインターネット上のクレジット決済が増えてしています。第三者の不正利用(なりすましなど)の防止を目的としたセキュリティサービスです。3Dセキュア対応のインターネット加盟店でショッピングをする時に、通常の取引情報(カード番号、有効期限など)に加えて「日専連旭川Webサービス」に登録したパーソナルメッセージ、ID、パスワードまたは本人認証の際に発行される1回限りの有効なパスワード「ワンタイムパスワード」を、日専連旭川にご登録されている携帯電話番号にSMS(ショートメール)にて送信する場合があります。(ご利用になるWEBサイトによっては従来のIDパスワードを認証要求される場合がございます。)

「ワンタイムパスワード」は携帯電話番号が日専連旭川にご登録いただいているお客様対象です。未登録のお客様は携帯電話番号をご登録いただきますようお願い申し上げます。

詳しくはこちらから



11月お買上計算書は**12月20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!

冬のポイントまつり、**〇月の金・土・日がポイント2倍**

正解者の中から抽選で**20名**様に
500ポイントプレゼント!!

① 12 ② 1 ③ 2

前月号QUIZの解答は「**①1日**」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 **ご飲食代金より15%OFFチケット**

おいしくてリーズナブルな串鳥のご飲食代金から、さらに割引していただける嬉しいチケットです。
※本券は串鳥「旭川本店」および「旭川五・七店」でご利用いただけます。
※本券1枚1回につきグループ全員の御飲食代を15%引きとさせていただきます。(宴会コース・飲み放題・お持ち帰りはご使用できません。)
※他クーポン等、割引優待との併用は出来ません。

20名様に

2 **シネプレックス 映画鑑賞券**

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**

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 11月30日** 消印有効

Emi11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。

Yのキリトリせん

クイズ 答えを選んでください	ドリームポイント 500P	A · B · C
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。