

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。

Emi エミイ

2024  
January

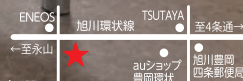
7

オススメのお店



メガネのヤマモト豊岡店

旭川市豊岡5条6丁目5-10  
 営業時間 / 10:00~18:00  
 TEL / 0166-73-8865  
 定休日 / 毎週水曜・第1・第3火曜  
 Pあり



大切なメガネを長く使うために  
親身に寄り添ってくれるお店

顔の部とも言われるメガネ。

一度あつらえたら、大事に長く使い  
続けたいものですね。同店はメガネ  
の新調からメンテナンスまで、お客  
様ひとりひとりのニーズに合わせ、  
しっかりと寄り添ってくれるので安  
心です。年に一度、誕生日のタイミン  
グでお手持ちのメガネの調整をし  
ていただけたらという思いを含め、  
お買い上げのお客様には毎年手書  
きのメッセージを添えたバースデー  
カードを送るなど、心配りのあたた  
かいお店です。

おすすめの「17,000円メガネ  
セット(税込)」は、豊富なメーカーや  
デザインから選べるフレームとレン  
ズのお得なセットで、レンズは近視・  
乱視・遠視・老眼・遠近・中近両用す  
べてに対応可能。物価高騰の昨今で  
も値上げをせずに頑張っている。消  
費者にやさしいプランです。

また、高温に耐え、湿度が高くても  
曇りにくいお風呂用メガネ  
「FORゆ」も人気のアイテム。お持  
ちのメガネに近い度数が選べるの  
で、メガネファンのお悩みのひとつで  
あるお風呂やサウナでの視界をワ  
リアにし、安全に楽しめます。

メガネライフをもっと快適に豊か  
に楽しみたいなら、メガネのヤマモ  
ト豊岡店をのぞいてみませんか。



メガネのヤマモト豊岡店より  
プレゼントがございます。  
PRESENT PICK UP!をご覧ください。

新年のご挨拶



代表取締役社長  
前田 昌己

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。  
カード会員の皆様には、お健やかに  
新年をお迎えのことお慶び申しあげ  
ます。

旧年中は「日専連旭川カード」を  
ご愛顧賜り誠にありがとうございました。

昨年を振り返りますと、長らく生活  
を脅かして、新型コロナウイルス  
感染症の5類移行に伴い、各種制限が撤  
廃され、ようやく日常の生活を取り戻  
して経済活動の復活へと舵を切り直し  
た年でありました。一方で、気候変  
動により農作物や水産資源に大きな影  
響をもたらし、熱中症に苦しむ人が増  
えた年でもありました。当社におきま  
しては、「昨年にSDGsの達成に向け  
た取り組みを宣言し、会員様のご理解  
とご協力のもと、利用明細書のWEB  
化を推奨して環境保護への取り組みと、  
インターネット取引のセキュリティ強化  
を推進いたしております。

本年もお客様に愛される地元カード  
会社として、各種サービスの向上をよ  
り一層図り、地域密着と地域貢献を目  
指して鋭意努力して参ります。

今後とも、日専連旭川カード並びに  
日専連加盟店を「愛顧賜りますよう  
お願い申し上げます。

本年が会員の皆様にとりまして  
素晴らしい一年となりますよう、ご祈念  
申し上げます、新年のご挨拶いたします。

令和六年一月



いろいろ  
アレンジが  
楽しい

食べて  
応援!



# 高たんぱくで低カロリー!!

北海道の特産品として知られるホタテ。旨み成分が豊富で、濃厚な味わいが魅力ですが、禁輸による流通の滞りが深刻な状況に。おいしく食べて、生産者を応援しましょう!



## 北海道の 恵みのプリル

じゃがいも、にんじん、ブロッコリー、鮭は大きめに切り分け、レンジチンして火を通します。フライパンにバターを溶かし、すべての食材とホイールホタテを入れ、焼き色がつけいたら皿に盛り、しょうゆをかけます。

## おいしさの秘密は 豊富な旨み成分

和洋中どんな料理に使ってもおいしいため、世界中で人気の高いホタテ。なぜどんな料理にも合うのかというと、ホタテにはグルタミン酸、イノシン酸、コハク酸、グリシンといった多様な旨み成分が含まれているからなのです。

## 体づくりに欠かせない 良質なタンパク質がいっぱい!

旨み成分のもとにはアミノ酸で、タンパク質を構成する成分でもあります。つまりホタテは筋肉や肌の材料となったり、体の機能を調整するホルモンの材料になったりし、体により働きをするアミノ酸をバランスよく含んでいるといえます。

## 栄養たっぷりなのに、 低カロリーが嬉しい

ほかにもホタテには、肝機能高め血圧や血糖値のコントロールに役立つタウリンや、貧血予防してくれる鉄、栄養素の代謝を助けるビタミンB12なども含まれています。また100gあたり66kcalと低カロリーなのも嬉しいところです。



## 冷凍ホタテをおいしく解凍しよう!

ボールに解凍するホタテと同量の氷を入れ、氷250gに対して小さじ1杯の塩をふります。そこに冷凍ホタテを入れてラップをし、常温で置きます。半解凍状態になったら取り出して水気を切り、時間はかかりますが、生のようなおいしさに。



## ホタテのひも(ミミ)もおいしく食べよう!

新鮮なホタテが手に入ったらウロ(黒い部分)を取り除き、貝柱と貝ひも(ミミ)に分け、貝ひももおいしく食べましょう。塩もみして水洗いしてヌメリをとれば、お刺身や酢の物、バター焼きや甘辛い煮付けなど、いろいろな楽しみ方ができます。



## ホタテと青梗菜の 中華炒め

フライパンにごま油を熱し、ニンニクのみじん切りと青梗菜の茎の部分、炒めしんなりしたら葉の部分と縦に切ったホタテの貝柱を加え、中華ペーストで味をつけてできあがり。

## ホタテとカブの カルパッチョ

カブは皮をむき薄切りにして塩をふり、しんなりしたら洗って水気を切り、皿に並べます。その内側に厚みを三等分したホタテの貝柱を並べ、生野菜を盛り、パイル、塩こしょうをふります。

## ベビーホタテ入り ポタージュスープ

小鍋に粉末のポタージュスープと分量の湯を加えてよく溶かし、ベビーホタテを加えて沸かします。少し煮立てたら器に盛り、刻みパセリをふります。

## ベビーホタテで 炊き込みご飯

炊飯器に米と分量通りの水、ベビーホタテ、小房に分けたシメジ、拍子切りにしたにんじんを入れ、めんつゆを加えて炊きます。茶碗に盛り、ゆでて斜め切りにしたサヤエンドウをのせます。

## 奇跡の接着剤

小さな幸せ、見つけませんか

## 父と二人旅

冷たい風さえ清らかに感じる、一年の始まり。年明けとともに、今年も受験シーズンの到来です。今、この瞬間にも、懸命に勉強している方もいることでしょう。その背中を見守っている親御さんの気持ちを思うと、胸がキーンとします。

ふと、自分の短大受験のときを思い出しました。志望校が東京だった私。その受験に父と一緒に来てくれたのです。今思えば、それが初めての、そして最後の、一生に一度の、父と二人きりの旅。もう45年前の、セピア色に滲む思い出です。

もちろん、最初は一人で行くつもりでした。それが入試の直前に母から「お父さんがついて行くから」と聞かされ、「えっ?そう?」とビックリ。

大正生まれの父は、無口で頑固で仕事一筋。私用で、仕事をお休みなするなんてもつてのほか。子育ては、全て母任せ。それが当たり前の時代。

そんな父が、私の受験のために、仕事を休んでまで一緒に行くなんて、思いもしませんでした。

いよいよ出発の日。羽田空港で、偶然、同級生の男の子に会いました。彼も、受験で東京に。一言、二言、言葉を交わして別れようとする時、父が「3人で食事しよう」と彼を誘ったので、またビックリ。

彼とは、めっちゃくちや仲が良い訳でもない、よくあるただの同級生。そんな女友達の父親に突然食事に誘われ、断るコトすら思いつかず、ただ促されるまま、緊張気味の彼。食事を終え、「じゃあ」と手を振る彼の安堵した表情に、思わず笑ってしまいました。

受験当日は、父の道案内で大学へ。試験が終わるまで、大学近くですと待っていてくれた父。

あの時、父は何を思っていたのでしょうか。娘の受験に付き添い、思いがけず遭遇した男友達にまで気を遣い、娘の未来を思い、その心は複雑だったはず。

申し訳ないことに、18歳の私は、父と一緒に来てくれたことに、感謝も、何の思いもありませんでした。末娘を案じてついて来た父の親心に気づいたのは、何十年も経ってから。そう言えば、お父さん、一度も「ありがどう」と言っていないからね。

ありがどう。そして受験生にエールを送ります。





日専連のJCBカードご利用で

賞金総額

1,300万円  
キャッシュバック

2,000名様に

エントリー制

2023年12月1日~2024年3月31日

利用額5万円(税込)を1口として抽選!  
抽選で2000名様にキャッシュバック!

期間中、日専連のJCBカード  
に新規ご入会の方  
さらに! 抽選口数 3倍!

1等 100名様 20,000円 キャッシュバック	2等 300名様 10,000円 キャッシュバック	3等 1,600名様 5,000円 キャッシュバック
------------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------

キャンペーン期間中にエントリーのうえ、日専連旭川JCBカードで  
カードショッピングをご利用いただくと、カードご利用累計額50,000円  
ごとに1口として、抽選2,000名様に総額1,300万円キャッシュバック!

キャンペーン登録が必要です

キャンペーン登録締切日

2024年  
3月31日(日)まで

キャンペーン登録はこちら▶

お手持ちのスマートフォン等で読み取ると  
キャンペーンページへアクセスできます。



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。※セブン銀行は「セブン銀行」のご利用となります。※ローソンセコマートファミリーマートは「北海道銀行」又は「北洋銀行」のご利用となります。ご利用明細書でご確認ください。

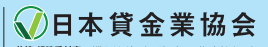
【お知らせ】2023年1月4日から北洋銀行ATMにて「2か月後・3か月後一括払い」は北洋銀行のシステム移行に伴いご利用を終了しております。北洋銀行での「リボ払い」「一括払い」は引き続きご利用いただけます。2023年1月4日以降「2か月後・3か月後一括払い」のご利用につきましては、ゆうちょ銀行ATM及び弊社本店設置ATMにてご利用いただけます。



★個人と企業のバランスを大切に★無理のない返済計画

株式会社 日専連 旭川

〒070-0032  
旭川市2条通8丁目  
☎0166-23-2000



百積・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)  
0570-051-051 9:00~17:00(土・日・祭日・年末年始除く)

資金業者登録番号:北海道知事(6) 上第00453号 日本貸金業協会会員番号:第001535号  
【当社が契約する資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  
占星術研究家

ふくちゃん星占い  
メルマガ ツツツ



検索



牡羊座

過去のトラウマが、  
人との距離を近づ  
けてくれるきっかけ  
になりそうな月。



牡牛座

相手にも理想がある  
けれど我慢している  
かもしれません。耳  
を傾けてみて。



双子座

感じるままに動いて  
みよう。口うるさく  
言われてもそっと受  
け流すとよし。



蟹座

義務感だけでは物  
足りなさを感じるか  
も。心から楽しく愛  
しいものに接して。



獅子座

現実には甘くないかも  
しれませんが、だか  
らと言って、諦める  
必要ありません。



乙女座

周りからのプレッ  
シャーを感じますが、  
あなたがどうしたい  
のが大事な月。



天秤座

渦中にいると、気分  
が重いことも多いの  
で、客観的に状況  
を見ることが大切です。



蠍座

もっと周りをよく見  
てみて。視野が広が  
ると、もっと自分に  
優しくなれます。



射手座

好きこそものの上手  
なれ。自分のやりたい  
ように、やってみ  
るといいでしょう。



山羊座

目標や計画は大事  
ですが、ワクワクす  
るかを指針にする  
と、もっと良さそう。



水瓶座

無理だと諦めていた  
ことに、思い切って  
チャレンジしてみると  
世界が広がります。



魚座

限界を感じたとして  
も、抜け道が見つかり  
ます。思い切って  
挑戦してみよう。

## 旭川の整理収納 アドバイザー プラスの魔法

寝具の収納どうしてる?

年末年始に実家に帰省した人も多いと思いますが、「布団の出し入れが大変だなあ。」と感じたことはありませんか?いざ布団が欲しい時、積み重ねた布団が雪崩のように崩れてしまうのはストレスです。そこで今回は、シーズンオフや来客用布団の収納を快適にするポイントをお伝えします。

①自宅用と来客用を区別する…来客用の布団は収納袋に入れて埃をよめます。

②来客用は敷布団以外を一人分セットにしてまとめる…掛布団・タオルケット・枕・シーツ・カバーなどをひとつの収納袋にまとめます。中身がわかるようにラベルを貼っておきます。

③掛布団や敷布団は立てて収納…圧縮袋や芯板が入って自立するタイプの収納袋に入れば型崩れせずに収納できてストレスなく取り出せます(シングルサイズの敷布団なら1枚、掛布団なら2枚入る大きさが丁度良い)。どうしても積み重ねたい場合はコの字ラックを入れるといいでしょう。

④シーツ類やタオルケットは衣装ケースに収納する…深さ30cmくらいの衣装ケースならタオルケットやシーツ類を立てて収納することができます。ぜひお試しください。



<https://www.plusk-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)





▶ MOVIE ▶

1月のおすすめ映画



**映画 ゴールデンカムイ** 1.19<sup>◎</sup>公開

明治末期の北海道を舞台にアイヌ埋蔵金争奪戦の行方を描いた大ヒット漫画。野田サトルのベストセラーサバイバルコミック「ゴールデンカムイ」が、山崎賢人や玉木宏を主演に迎え、待望の実写映画化!  
©野田サトル・集英社 ©2024映画「ゴールデンカムイ」製作委員会

特別シアター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



**サイレントラブ** 1.26<sup>◎</sup>公開

「夢を叶えてほしい、俺にはないから」ピアノとガムランボールの音色に導かれ、声を捨てた青年と、光を失った盲大生の密やかな情熱が交差する。世界でいちばん静かなラブストーリー。

©2024「サイレントラブ」製作委員会

スクリーン数 道北No.1  
**イオンシネマ旭川駅前**  
旭川市意下通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、お客様にとっての安全・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**

お買上計算書及びWeb明細の請求額の中で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 2024**

◎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ください。◎ご連絡締切日2024年1月31日◎

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

**インターネットショッピングでのカードご利用について**

クレジットカードでのインターネット取引による、様々な不正利用やトラブル等が全国的に多発しております。弊社では、モニタリング(不正の監視)等を強化し未然防止に努めておりますが、一部ネット加盟店でのカード利用を制限させて頂く場合がございます。インターネット・通信販売等をご利用されるお客様には大変ご不便をお掛けいたしますが、カードがご利用出来なかった場合には、お手数ですが、下記までご連絡をお願い申し上げます。

**ご連絡先 ☎0166-22-1435 審査部**  
(平日9:00~17:00/土・日・祝休み)

**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

- 2月お買上計算書は2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!**

1月のおすすめ映画  
**ゴールデン○○○**

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

- ① カムイ      ② カグラ      ③ ダイバ

前月号QUIZの解答は「③」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**

メガネのヤマモト豊岡店

**フレーム・レンズ 20%OFF**  
ご利用割引券

メガネを新調したい方、2本目をお考えの方に嬉しい割引チケットです(お買い得メガネセット品は10%OFF)。ぜひこの機会をお見逃しなく。  
※他の割引券、割引企画との併用はできません。  
※引換有効期限は令和6年3月31日までとさせていただきます。

**15名** 様

**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!

**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!

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

〒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

**2024年 1月31日** 消印有効

**Emi 1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

**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		年齢		男・女
お名前			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・発送に関わることにのみ利用いたします。