











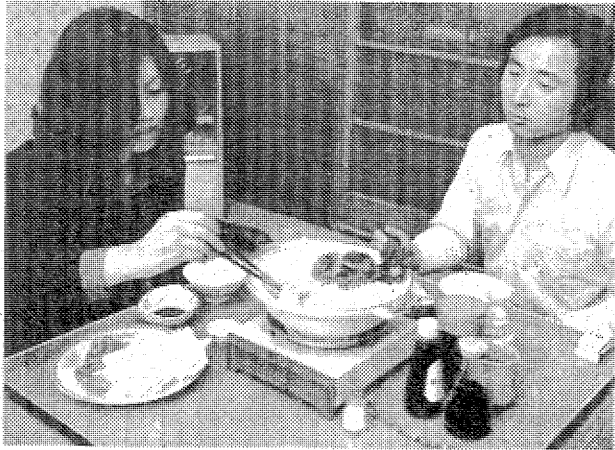






# 寒い日に最適デス 食卓に 自慢のナベ物を

ナベ物に使う野菜が、こまごまは豊富で安くて、野菜高騰で泣いた昨冬とはかわって、こまごまは冬野菜が安値で、主婦にとっては白菜をたっぷり入れた各種のナベ物が楽々です。



おいしいナベ物で冬をホカホカに...

日増しに寒くなると、ナベ物が恋しくなる季節です。寒さの中をコートのおおききで帰宅した主婦に「お帰りなさい。今晚のおかずナベ物だけよ、1本つけましょうか」なんて優しくひと声かければ、仕事の疲れも吹き飛んでしまおうというもの。サラリーマンにとってはささやかな楽しみ、おもしろいナベ物の1つや2つは自慢料理に加えてみてはいかがでしょう。

## 家庭 婦人

銭湯はいつから? 1カ月児でも... 湯ぎめに注意を

家門口がない場合、赤ちゃんを銭湯に連れて行くから連れて行く。育児書には生後三ヶ月すぎまで銭湯に行ってもよいと書かれています。



### 育児手帳

まず、いつまでも銭湯のことがあつた。次に赤ちゃんの専用のかせ、洗面器、バスタオルを用意する。また、カギをつけて入れるのもエチケット。抱っこしている赤ちゃんをすすべり落とさないように注意する。お湯が熱すぎないように配管のそばに入り、一緒に入る。お湯が熱すぎないように配管のそばに入り、一緒に入る。お湯が熱すぎないように配管のそばに入り、一緒に入る。

ナベ物ほと種類の多い料理もありません。スープの味、入れる材料によって名前もかわります。家庭独自のナベ物もあるわけですが、工夫次第でいろいろなナベ物を食べたいですね。

### 素材の味生かす/煮え具合はハシさばきで

ナベ物を使う料理は、素材の味を生かす料理加減が大切。手抜き料理のようにならないように、おもしろい材料の味が保たれていなければなりません。ナベ物の味を生かす料理加減が大切。手抜き料理のようにならないように、おもしろい材料の味が保たれていなければなりません。

ナベ物は火加減に注意を払い、材料の補給をこまめに、煮え具合を教えるハシさばきをする人がいれば申し分ありません。スープの味、材料、中に入れる具、煮え具合、食べかたを教えるハシさばきが必要。

ナベ物を使う料理は、素材の味を生かす料理加減が大切。手抜き料理のようにならないように、おもしろい材料の味が保たれていなければなりません。

お歳暮は贈り物ではない、この一年お世話になった人に対しての心からの感謝の方法として考えた方がいい。それだけに贈る品物を選ぶことが大切です。その心得を。

喜ばれるお歳暮。お歳暮は贈り物ではない、この一年お世話になった人に対しての心からの感謝の方法として考えた方がいい。それだけに贈る品物を選ぶことが大切です。その心得を。



### 暮り百科

お歳暮は贈り物ではない、この一年お世話になった人に対しての心からの感謝の方法として考えた方がいい。それだけに贈る品物を選ぶことが大切です。その心得を。

### いっすんぼうし

一寸法師のお話。一寸法師は、お月様を見ながら、一寸法師は、お月様を見ながら、一寸法師は、お月様を見ながら。

### 味あふれる物語

一寸法師のお話。一寸法師は、お月様を見ながら、一寸法師は、お月様を見ながら、一寸法師は、お月様を見ながら。

## あしやれた人は出世す

### 12月のクリーニング

今月はクリスマス 歳末の歳暮 年末のあいさつにと多忙な季節です。洋服その他は正月にクリーニングしておきましょう。いろいろなことがあった一年、もうすぐ終わります。ありがとうございます。

**私共の目標**

- お客様の声を大切にいたします
- お客様の大切な衣類の勉強をいたします
- お客様に愛される店を目指しています

**いわきクリーニング協議会員**

- ハガクリーニング 平・七丁目 ☎74-2535
- 植野クリーニング 好間病院入口 ☎36-2371
- いわきサンアイ 湯本本店 ☎44-2421
- あさひクリーニング 小名浜 ☎92-3734
- ミドリカワクリーニング 小名浜 ☎53-2507
- 森クリーニング 平・新川町 ☎74-4958

●あなたの大切な衣類はもよりの会員店にどうぞ!!

旬の素材を生かした

平・大通り ホテルサンルートいわきBF  
電24-2213代

## 和食園 及び 寿

HAIR SALON

## あなたの個性を創る!

※年末は混み合います  
十分な技術で満足して頂く為にもお早めにお出掛け下さい

駐車場完備 小名浜本町通り松之中 TEL・54-9932

## 住宅プランのご相談は当社へ

一般建築材・新建材・住宅機器

銘木センター  
いわき木材住宅ローン特約店

## 株式会社 山三材木店

いわき市平字童子町3の2  
電☎7852・☎0364

ビュティサロン

## 澄

成人式着付予約承り中!!

平・鍛冶町24-0783

















