

ぽかぽか

通信 7月号



抽選で5名様に1,000円分の
商品券をプレゼント!

クイズに
チャレンジ!

空欄に当てはまる言葉はA~Cのうちどれでしょう。

毎日楽しく過ごすためのポイントは?

- A 映画を観る
- B 料理をする
- C 笑顔の自分を想像する

応募番号 > **0807** 応募の際に必要となります。必ずご記入いただきますよう、よろしくお願いいたします。

郵便番号、住所、氏名、電話番号、応募番号、クイズの答えをご記載の上、下記のいずれかの方法でご応募ください。

はがきによる応募

応募先 | 〒484-0073 犬山市天神町1-17しろひがしマンション1F
犬山ガスサービスセンター「クイズ係」

メールによる応募

応募先 | pokapoka@inym-gas.co.jp

※ご応募には別途通信料がかかります。※お使いの機種によってはアクセスいただけない場合がございます。その場合は他の方法にてご応募ください。※本メールアドレスはクイズ応募専用です。お問合せ等は弊社へご連絡ください。

FAXによる応募

応募先 | **FAX 0568-62-8501**

応募締切日: **2022年 7月 31日まで**

※当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。
※応募いただいた個人情報、厳重に管理し、プレゼント発送及び機器のご案内以外の目的では使用いたしません。

クイズのヒントは中面に!

生活応援セール 開催中!

ショールームで
展示中のガス機器を
特別価格で一挙放出!

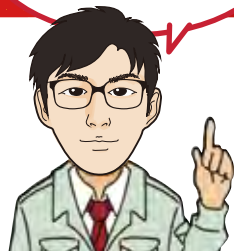
セール期間 **2022年8月31日(水)まで**

メーカー
小売価格(税込)より

最大 **55% OFF**

※一部割引対象外の商品があります。

感染予防対策をして、
お待ちしております。
安心してお越しください。



営業部 熊崎

開催場所

犬山ガスサービスセンター
犬山市天神町1-17
(駐車場はお問い合わせ下さい)

営業日

月・火・木・金
午前9:00~午後5:30

日
午前10:00~午後4:30
※水・土・祝はお休みします。



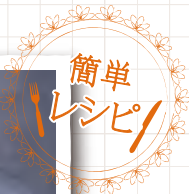
お客さまへ

※取付費・取付部材費・ガス工事費が別途必要になる場合がございますので、予めご了承ください。
※当セールは、弊社のガスをご利用いただいているお客さまに限定させていただきます。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ご来店の際は、事前にお電話でご予約をお願いいたします。

お問合せ
犬山ガス株式会社
犬山市犬山中野2番地
TEL.0568-61-0002
<http://www.inym-gas.co.jp/>

犬山ガスサービスセンター
犬山市天神町1丁目17番地しろひがしマンション1F
TEL.0568-62-8500



簡単!やみつき!

たくあんときゅうりのマヨ和え

材料(2人分)

- きゅうり.....1本
- たくあん.....8枚程度
- マヨネーズ.....大さじ2
- 白ごま.....適量

つくり方

- 1 たくあんは5mmの厚さに切り、千切りにする。
- 2 きゅうりは5mm程度の厚さの斜め切りにしてから、千切りにする。
- 3 ボウルにたくあん、きゅうり、マヨネーズを入れて混ぜ合わせる。
- 4 お皿に盛りつけ、白ごまを振りかければ完成!



ちょこっと
健康術

毎日快適♪
健康ライフをお手伝い!

毎日を楽しむ
たったひとつのこと

おもしろきこともなき世をおもしろく
住みなすものは心なりけり

高杉晋作

笑っているときの心の状態

上の句は有名な句ですね。楽しくない世の中を楽しく過ごすのは、自分の心次第だと言っています。

毎日楽しく過ごしている人には次のような特徴があります。

1. ポジティブ思考
2. 当たり前のことにも感謝できる
3. 周りの人を大切にしている
4. 人の良いところを認め共感できる

これらは、考え方であり行動です。私たちの考え方や行動は、心の状態に左右されます。では、どんな心の状態であればよいのでしょうか？色々思い浮かびますが、シンプルに言うと「笑顔の時の心の状態」です。笑っている時は、誰でも明るく、穏やかに優しい気持ちですよね。

笑っている自分を想像する

笑顔は自然と出るものですが、この「笑顔の時の心の状態」は、自分で作り出すことができます。

方法は、とっても簡単！それは、笑っている自分を想像すること。それだけで、ふっと穏やかな気持ちになり、顔の筋肉も緩みます。常に、心の中で笑っている自分を想像しながら、毎日を過ごしてみてください。そうすると、物事の見え方や、家族/周りの人への対応が自然と変わってきます。リラックスしている状態と同じなので、視野が広くなり、アイデアも湧き、仕事もはかどります。ストレスも減るので、健康にもよい効果をもたらします。結果的に、毎日が楽しいと感じられるようになるんです。

心の中で、にっこり笑っている自分を想像する。初めは戸惑うかもしれませんが、3日間続けてみてください。コツが掴めるはず♪

行ってみたい!

犬山の気になるお店

ご来店時にほかほか通信をご持参ください



ホームページをご覧ください!
<https://gotou-sushi.amebaownd.com/>
検索 五とう

五とう

住所▶犬山市東古券 659-2
電話▶0568-40-1227 定休日▶不定休
営業時間▶11時30分~16時



五手箱会席(1,650円)ご注文の方
コーヒー or 紅茶サービス

※本券1枚につき2名様まで
8/11~8/15を除く



使用済

豆腐かふえ 浦鳶

住所▶犬山市東古券 726-2
電話▶0568-27-5678 定休日▶火曜日
営業時間▶11時~15時(L.O.14時) ※コロナ時短営業



ピザといったら末広商店!!
グラスビール or グラスワイン
or ウーロン茶 サービス

※1ドリンクサービス
本券1枚で4名様まで



使用済

末広商店

住所▶犬山市犬山富士見町 11-4
電話▶0568-62-0293 定休日▶日曜日 第3月曜日
営業時間▶17時30分~23時



ういろだんご
130円→100円

※本券1枚につき2本まで



使用済

ういろの大野屋

住所▶犬山市犬山南古券 166
電話▶0568-61-2100 定休日▶水曜日 第3火曜日
営業時間▶8時30分~18時



~オススメ~
ほろ酔いセット
「地酒と小鉢」500円



松の里

住所▶犬山市犬山富士見町 11番地
電話▶0568-61-1464 定休日▶火曜日
営業時間▶11時~20時



登録商標 犬山げんこつ
オススメです!!

厳骨庵

住所▶犬山市犬山南古券 266
電話▶0568-61-2117 定休日▶水曜日
営業時間▶8時~17時



1,000円(税込)以上お買い上げで
かがり火1個プレゼント



使用済

かがり火は犬山成田山のお茶菓子として
ご利用いただいています!!

wa_kamatuya

若松屋阡巻

住所▶犬山市犬山南古券 186
電話▶0568-61-1001 定休日▶日曜日
営業時間▶(月~土)9時~18時 (水)9時~12時

