今月は



すがしこ<mark>百</mark>ダター 。あてれ種イイ般 いらもの科的るはあ代のに り用魚鯛、品はと れあ まダ 0 どにダい いとがタイで ころげら付て、 ころげら付て、 タれくい日 イま魚る本のすはの産 とる形が約でのまた。

エエるを



### 鲷の豆知識

に8社グだる

日D会口んな

ビタミンB1が多く含まれ、他かにもタウリン、 ナイアシン、ビタミンB2、カリウム、EPA、 DHAなどが含まれており、食欲増進や疲労緩和、 冷え性緩和や二日酔い、また口内炎や生活習慣病 にもよいとされています。



大雪に

は 往

生

À

(03m

才士

長

りのいを軽た を事時今まで駐加ト エラ子ん す車 ズが私も `数雪バの修作 注がのたと気 先のが速にが 聞とわブ長話 月一株力浮気 皆口で いのりし 九S式タかに て事 ナパー き輪 でな

おな広ドは



ウチノ大幅型 MGNU 〈リフォーム MENU〉 ■水廻り改修工事全般 (お風呂・キッチン・トイレ・洗面) ■外壁塗装工事 ■内装工事 (壁・床・天井の張り替え) ■ふすま・障子・網戸の張り替え ■畳の表替え

■照明器具取り付け(LED も可) ■トイレ □トイレのつまり ■オール電化 □ボールタップ交換 □ウォシュレットの修理 □水漏れ補修 □手すり取り付け ■洗面台 □蛇口交換

〈お助け修理 MENU) ■お風呂 □浴槽まわり水漏れ補修 □タイル目地割れ補修 □シャワーヘッド・ホース取り替え □浴室内クリーニング ■台所 □換気扇・コンロのクリーニング □蛇ロパッキン交換 □浄水器取り付け □排水管清掃



ウチノショッピングではウチノでオススメの商品をご紹介します

□洗面台ヒビ割れ補修 □洗面台下の床補修

□排水ホース交換 □洗濯機パン交換

# 浴室暖房乾燥機

詳しくはお気軽に お問い合わせ下さい



体に負担がかかる冬の浴室。寒い浴室と熱いお湯の温度差に より急激に血圧が変動する「ヒートショック」が起こりやす いのもこの時期です。浴室暖房で、入浴前の浴室を足元から 暖かに。お年寄りも血圧の高い方も安心して入浴できます。

雨の日や夜など洗濯物が乾きにくい時でも浴室を衣類乾燥室 として活用できます。急ぎの洗濯物をドライヤーで乾かす… なんてこともなくなります。また。部屋干し独特の嫌なニオイ もなく花粉やホコリの付着の心配もありません。



〒359-1133 所沢市荒幡 425

おうちのウチノ 検索 http://www.ouchino-uchino.com

















1

# ORT S(GOOLSICHS)

# 周のカルパッチョ

旬の鯛の美味しさをそのまま味わえる一品です!



タイを薄くスライスしながら お皿に敷き詰めるように並べ



全体にまんべんなく塩をふる。



オリーブオイルをかけて、レ モンもしぼる。



ベビーリーフを中心に盛って 半分に切ったミニトマトを散 らす。

鯛(刺身用) 1冊 ベビーリーフ 少々 4~5個 ミニトマト 岩塩(塩でも可) 少々 オリーブオイル 少々 レモン(レモン汁)



# ! を注めてめる音楽をやふぶむ!

### 所沢市 F様

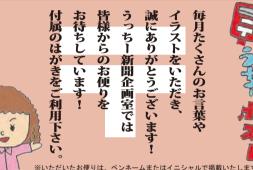
入間市 ままちゃん様

ご意見・ご感想・体験語・元気が出る話・ 語やイラストなどもお待ちしております!! 換え剤やキッチンク 持がエアコンの稀野 ララれは あちこちにまな

700段分 長神 あかない教し対 もうつき大分には 先夫時 二人で表力のませる「吸引対

2 0037-K034 ヨウジンイチパン ナノニル こ産民・ご感恩・仲略線・元素が出るは、オナカンドト NV 持やイラストなどもお待ちしており得け、エンレ 回は防なるに関する問題で 海木ドトけて 名をフリなくては いけなりいと、引き締めました。 年も月日か経フィか卑(際じ 一月一月至天切以至了了八四种的 と見りせかになってしまいました。 (連条で物いて 時間を上手に 使って天命で 趣味を楽しひ ことない イブチリス 孝せも見いるる. 年間当事和女人的游! うクロスワードの答え

ヨウンンイナバン



また、掲載するはがきは一ヶ月遅れになります。

幼稚園から始める英才教育!

正解者の方おめでとうございます!!





タテのキー

ヨコのギー

制書名でかり



















(1

1

4

かい

b

2 5

B

05

35







ま

る

5

### こんにちは。ウチノです! 今月もウチノでは、展示品大放出 セールを開催中です!! ショールームの展示商品がとっ てもお得なキャンペーンです♪ 今月末までの限定価格です。

詳しくはお電話、またはショー ルームへお問い合わせ下さい! お問い合わせはお早めに!!







人間でいうと524才です。 若い男の子が大好き♡

狭山市H様

才



ペット自慢のコーナーでは、我が家の 可愛いペットを募集中!

掲載ご希望の方は写真とコメントを

所沢市荒幡 425 株式会社ウチノ うっちー新聞企画室

勤 8:30~17:30

800円~

※詳細はお電話にてお問い合わせ下さい。 ☎04-2923-2443

週3日以上できる方

1日3時間より相談に応じます

顧客訪問(広報誌のお届け)

5pt プレゼント!







前回の答え ハジメガカンジン

■応募方法

付属のはがきにクロスワードの答えと 必要事項をご記入の上ご応募ください。 ※締め切り:2月28日