



こんなお悩みありませんか？



灯油の補充
重くて大変!!



臭い

うるさい



10月末までの
ご契約で
シャワーヘッド
プレゼント!

ガス給湯器で 快適生活



Before

お気軽に
ご相談ください
0836-41-3355



静か

楽ちん

※ボタン1つで
湯張り・追い炊き可能

広い

After

Instagramとは？

Instagram

エネックスのアカウント
⇒ enex3355

写真や動画を投稿して、みんなと
共有することができる SNS だよ！
エネックスのInstagramはボクと
らちゃん頑張ってるよ！



メッセージで写真を送ろう！
ららいふの「ほっとたいむ」や
Instagramに掲載されるチャンス★

どんな写真でも
OK です♡





みーつけた!



らら&らいふのオススメSHOP



本格インド料理
ナマステ
サンパークあじす店

店舗情報

〒754-1277
山口市阿知須4825-1
サンパークあじす1F
TEL 0836-39-2066
営業時間 10:00 ~ 21:00
定休日: 無休



昨年12月にオープンした本格インド料理を
味わえるお店を紹介するよ★
店内にはキッズスペースもあって
辛いものが苦手なお子様でも食べることができる
甘口のカレーもあるから、ぜひ行ってみてね♪

人気メニュートップ3

1位

自分好みの組み合わせでチョイス♪
どれを選んででも同じ値段なので
お得に食べられるセットです!

2位

ナンがハーフな分
チキンやデザートも一緒に
楽しめるのが女性に人気♪

3位

2種類のカレーがこの
一皿で味わえるので
2度楽しめるのが嬉しい



好き好きセット 1,550円

- ・選べるカレー (24種類のカレーから)
- ・選べるナン (8種類のナンから)
- ・パープル・サラダ・選べるドリンク

レディースセット 1,480円

- ・カレー (エビとアスパラのカレー or ホウレン草
ポークカレー or ココナッツチキンカレー)
- ・ナン (ハーフナン or ハーフチーズナシ or ライス)
- ・パープル・マライチッカ・サラダ・デザート
- ・選べるドリンク

2種類のカレーセット 1,450円

- ・エビカレー & 野菜カレー・サラダ
- ・ナン or チーズナシ or ライス
- ・パープル・選べるドリンク

スープバー付きで
ナンのお替りも
なんと無料!!!

店長さんに聞きました!

Q ナマステってどんな意味ですか?

A 日本でいうと「おはよう」「こんにちは」「こんばんわ」
などの挨拶を表す言葉です。どんな時間にでも使えます。

Q 店長さんおすすめのカレーの味は?

A ホウレン草ポークカレーなど、ホウレン草系の
カレーがおすすめです。

Q 作る上でこだわっていることは?

A 山口県内にあるどのお店に行っても同じ味が
味わえるように、作り方を共有して提供しています。

Q 日本と本場インドのカレーの違いはありますか?

A 本場のインドカレーは日本の方には辛すぎてしまうので
マイルドに抑えたものから、辛い物が好きな方のために
辛さを調節できるようにしています。



カンデル店長

こ～んなにチーズが
伸びました! インスタ映え♪



タンドリーチキン
やサイドメニュー
もすごく美味し
かったです★



ボリューム満点で大
満足! テイクアウトも
できるので、お土産に
持って帰りました♪笑



キッズスペース

テイクアウトメニュー



カレー・ナン・タンドリー BBQ
テイクアウトメニューも豊富!



サンパークあじす店の他にも
宇部店・小郡店・長府店
防府店・山口薬店・萩店が
あります♪
お得なランチメニューもある
ので、ランチ
でもディナー
でもおすすめ
のお店で～す

バターチキンカレーランチ
1,050円 ※選べるドリンク付



ほっとたいむ



イチョシ写真館 お写真大募集 動物、植物、スコープ etc 楽しい写真をお待ちしてます!



イノキ
秋田犬のミックス犬。
逃亡癖があり、パトカーで帰ってきた
事もある強者!! ワイルドだろ~



コタロウ
やんちゃでむね坊...
そして食いしん坊 (笑)
クイクイおめめがとってもキュート♥



ZOOM!



アイガモ隊
宇部鴻城高校近くの用水路でアイガモ
のお散歩に遭遇。一人だけ自由な子
①が...はぐれちゃダメだよ!!

簡単 クッキング!



ソル・ポニエンテ料理長監修! ~ガスパチョそうめん~



<作り方>

- ① ★の野菜を炒めやすいように切っておく
- ② フライパンに①と㊦を入れてから強火にかけ加熱する
(※トマトから濃い水分が出始めたら火を止める)
- ③ ②と酢と食パンを入れてミキサーにかける
1 Point 食パンを入れることで、そうめんと絡みやすいトロっとしたタレになりますよ!
- ④ ミキサーから器に移して冷ます (冷蔵庫か氷水で)
- ⑤ タレを冷ましている間に、そうめんを茹でて、茹で終わったらしっかりと水ですすぐ。
- ⑥ ④とめんつゆを2:1の割合で混ぜれば、ガスパチョ風つけだれの完成
(※2:1の割合は、目安なので好みの味になるようめんつゆを調整してください)

材料 (2人分)



- そうめん 2束
- ★トマト 1個
- ★赤パプリカ 1/3個
- ★玉ねぎ 15g (約1/10個)
- ㊦オリーブオイル 小さじ2
- ㊦塩 小さじ1/3
- 酢 小さじ2
- 食パン (白い部分) 20g
- めんつゆ 適量
- ※お好みで大葉やバジルも!

<料理長からのアドバイス>



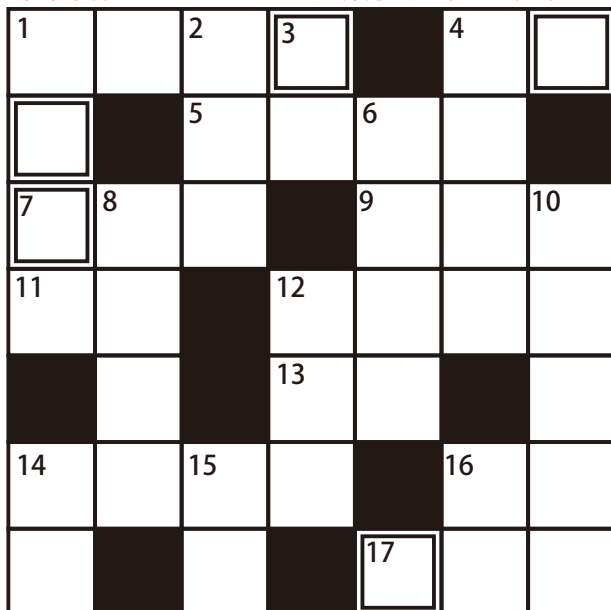
薬味でバジルを入れれば洋風に、大葉を入れれば和風にガラッ
と味が変わりますよ☆
沢山作って冷凍しておけば日持ちするので、まとめて作って
氷を作る容器で凍らせておけば、次に食べるときは、めんつ
ゆにそのガスパチョ氷を入れれば、解凍もせず融かしながら
食べることができて、見た目もGoodですよ♪

私も作ってみました!
ホームソリューション部
松富直人



クロスワードパズル

ヒントをもとにクロスワードを完成させよう！
二重になったマスの文字を並び替えて答えを見つけ
豪華景品をゲットしよう！応募方法は下をご覧ください。



<< タテのヒント >>

- 『特牛』なんと読む？下関にある駅名。
- 無料通話アプリ。これがないと困る人多数
- 色んな意味で使われる言葉。代表的な意味として好意を表す
- ベートーヴェンの代表曲『○○○○のために』
- 代表曲が『とんぼ』・『乾杯』などのシンガーソングライター ○○○○つよし
- 水中でプランクトンとして生活する微小な甲殻類
- 不思議なポケットで叶えてくれる♪
- ポリフェノール豊富で細胞血管の老化を防ぐ働きがある
- 赤土のような黄みを帯びた少し暗い赤色
- 風がやみ、波が穏やかになること
- 物事に積極的に取り組もうとする意気込み

<< ヨコのヒント >>

- 合唱団体
- お正月や祈願のときに神社で書きます
- ステーキ専門の飲食店チェーン ○○○○！ステーキ
- みやこの住民。特に東京都の住民
- 攻撃はアタック、防御は？
- これだけは譲れない！○○になる。
- 2010年のワールドカップで一躍脚光を浴びた南アフリカの楽器
- 仲間を表す名詞
- 悪い状態にすること。機嫌を ○○○○。
- ウナギに似たからだつきをしている海水魚
- スマートフォンのゲームなど利用するために料金をかけること

応募方法

住所・氏名・電話番号・地区担当者、らららふに関するご感想をご記入の上、クロスワードの答えと、ご希望の商品を選びハガキ・FAX・メール・インスタのメッセージのいずれかで応募下さい。
正解者の中から抽選で豪華景品をプレゼントいたします。

宛先

エネックス株式会社

〒759-0206
山口県宇部市大字東須恵 3840 番地 1
FAX 0836-41-6640 E-mail info@enex-inc.com

応募締め切りは
9月30日です！
たくさんのご応募
お待ちしております！



★当選者発表★

○松尾様 ○三浦様
○吉川様 ○岡本様

※前回の答えは『しんこうき』でした
※漢字ダイヤモンドの答えは『平成最後』でした

当選おめでとうございます！
たくさんのご応募ありがとうございました！

インスタの
メッセージ
にも対応



ららちゃんの介護講座

▼住宅改修制度とは？

介護保険の要介護認定で要支援1・2、要介護1～5と認定された人が対象。支給限度額 20 万円として住宅改修に要した費用の※7～9割が介護保険から支給されます。（※個々の収入によって負担割合が異なります。）

▼今回は床の張替えをご紹介します！



古い畳から

フローリング
へチェンジ！



この他にも洋式便器等への便器の取換えなど、住み慣れたお家でもより「快適に暮らす」為の改修が行えます。※市への事前申請が必要です。まずはご相談を…

6/8（土）・9（日）に開催された
県LPガス協会宇部・小野田支部
合同展示会。エネックス介護ブース
の様子の写真です！



靴も充実のラインナップ



介護担当には
女性社員
もいますよ

～次世代型車椅子
WHILL「Model C」
の展示も



インスタグラム始めました！



ららふくんとららちゃんがエネックスの日常や
耳寄り情報を拡散中！



エネックス株式会社

内容に関するお問い合わせは下記までお願いします

〒759-0206 山口県宇部市大字東須恵 3840 番地 1
TEL 0836-41-3355 / FAX 0836-41-6640
URL <http://www.enex-inc.com> E-mail info@enex-inc.com
編集・発行 エネックス株式会社 らららふ編集部
発行担当者 松岡知恵
編集委員
松富直人 野中留美子 吉田博昭 松岡 淳 田中雄一郎
高木政臣 竹村綾香 藤谷来香