



My LaLa Life

みなさん
趣味を満喫
していますか？

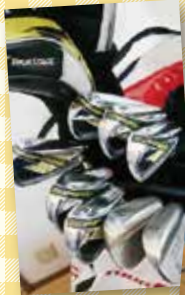


マツオカ アツシ
松岡 淳 経営総務部

○趣味 フェス参戦・ギター練習中!!

○2020年抱負

子供達が自分の夢に向かって飛び立とうとしています。「今を生きる」という言葉を胸に子供達に負けない様、仕事も私生活も「今」を大切にしていきたいです。



サカモト マサヒコ
酒本 将彦 ホームソリューション部 直売課

○趣味 ゴルフ・フットサル・スポーツ観戦

○2020年抱負

健康にチュー意する（ダイエット）
何事もチュー途半端はせずに全力で頑張り
マウス

僕の趣味は美味しいものを
お腹いっぱい食べることだよ！



3人とも年男!!



イソベ ヤスシ
磯部 哉寸志 介護

○趣味

ドライブ・史跡めぐり（写真は長崎の軍艦島と平和公園☆）

○2020年抱負

山登りに挑戦したいです!!



エネックスはリフォームも承ります!!

キッチンリフォームの施工事例

Before



After



全体的にスタイリッシュになって毎日のお料理が
楽しくなりそうだね!!

その他、システム
バス、トイレ、水
栓などの水回り、
ドア窓のリフォー
ムも行っておりま
す!!
お気軽にご相談く
ださい♪



InstagramもCheck!



enex3355

／ くいしん坊の
らいふくんと
観光大好き
ららちゃん
が
随時更新中!!

みつけた!

らら&らいふのオススメSHOP

ラフ カフェアンドバイク
LAUGH
CAFE & BAKE

2019年の6月にオープンしたカフェを紹介するよ★

ランチもおしゃれでとっても美味しいし、ケーキはイートインもテイクアウトもできるよ♪テラス席はペットとの同伴OKだから、自然の風景を見ながら一緒にゆっくりくつろげるよ★

Instagram f もあるからぜひチェックしてみてね!

店舗情報

〒757-0217

山口県宇部市矢矯331-1

TEL0836-67-1725

OPEN 11:00~19:00

定休日 火曜日・水曜日

Instagram laugh_cafeandbake

f LAUGH cafe and bake



ランチメニュー

今月のランチプレート ¥1,500+税

ポークヒレカツプレート ¥1,250+税



キッシュプレート
(スープ付) ¥950+税



自家製バターチキンカレー
(自家製ピクルス・サラダ付)
¥900+税

開店当初は、ランチを予約制で、一種類のみだったそうですが、お客様からの要望もあり、今では予約なしで数種類のランチが楽しめますよ♪外に広がる畑には夏はヒマワリ、秋はコスモスが咲くので素敵な料理も景色もどちらも楽しんでください♪

店長おすすめ ベスト3



1位
ショコラータ ¥440+税



2位
タルト
(季節のフルーツによって
値段が変わります)

+¥300でデコレーション
サービスもあります!



3位
MAGUプリン
¥380+税

どのケーキも
本当に美味しくて友人や
家族ともまた来たいと
思いました★

ランチもケーキもとっても美味
しかったぞ★私のオススメは
キッシュプレートぞ



今度、ペットを連れてテラスで
ゆっくり休日も満喫して
リフレッシュしていきます♪



店長に 聞きました!

Q お店の名前の由来は?

A LAUGH (ラフ) には、笑う・嬉しそうという意味があります。その意味通り、たくさんのお客様が笑顔で心地よく過ごせるようにとの願いをこめています。

Q お店を始めたキッカケは?

A いつかカフェをオープンさせてみたいと思い、休みの日にカフェめぐりをしていました。カフェ事業部を展開してみないかとの相談があったことがキッカケでした。

Q お店をはじめて嬉しかったことは?

A お店を始めてすぐに、リピーターさんがついてくれた事が嬉しかったです。



店長の角田さんご夫婦



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!



香紅亜
(ここあ)
キリッとクール
ビューティな
こちゃん。
お母さんの名前
もオシャレで
花魁(おいらん)
と言います。



かぐら
ピンッと立った
耳がステキな
かぐちゃん。
写真を撮る時は
いつも何かを
咥えてポーズ
グ!

ハッピー
くん

こちらパピヨ
ンで11歳の男
の子。
こんな愛くるし
い顔で見つめ
られるとキュン
としちゃう…!!



るいくん

生後45日でやっ
てきた豆柴の
赤ちゃん。
つぶらな瞳で
ぬいぐるみのよ
うなキュートさ
ですね。

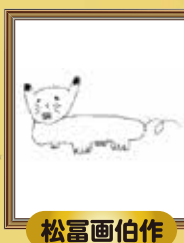


エネックスの画伯たち

多くの問題作を生み出してきた
このコーナー…今回のテーマは
今年の干支「ネズミ」



川上画伯作



松富画伯作



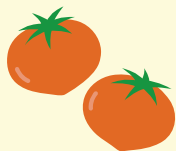
久保田画伯作



簡単クッキング♪ ソル・ポニエンテ料理長監修! もちとじゃがいもの ラザーニャ(ラザニア)

材料(2~3人分)

- もち……………お好みの量
- ミートソース材料
 - ・合挽ミンチ……………200g
 - ・トマト缶(無塩の4号缶)…1缶
 - ・塩……………小さじ1
 - ・コショウ
- ホワイトソース材料
 - ・じゃがいも……………1個
 - ・牛乳……………150ml
 - ・生クリーム……………50ml
 - ・粉チーズ……………10g
- ピザ用チーズ
- 粉チーズ
- オリーブオイル



1 point
ホワイトソースにコクを
足したいならバターをプ
ラス! あっさり食べたい
方は生クリームを入れな
くてOK!



<作り方>

- ① じゃがいもを薄くスライスし、水洗いする。
- ② ①を軽く水切りをして、ラップをふんわりとかけてレンジで加熱する。(約3分)
- ③ 温めたフライパンに合挽ミンチ・塩・コショウを加え、焦げ目をつけ
ては混ぜるを繰り返してしっかりと焼く。
1 point この段階でしっかり味付けしておかないと後から肉に味をつけることは出来ないのを忘れずに!
1 point 焦げ目をつけては混ぜるを繰り返すことで肉の食感が楽しめるミートソースになりますよ!
- ④ ③の余分な脂を捨てて、トマト缶を入れてしっかりと煮詰める。これで
ミートソースは完成。
- ⑤ ミキサーに②と牛乳を入れ、滑らかになるまで回す。
- ⑥ ⑤をフライパンに移し、生クリームを加えて火にかける。
- ⑦ ⑥を沸騰直前に火を止めて、粉チーズを入れて混ぜ、塩コショウで味
を調える。これでなんちゃってホワイトソースの完成。
- ⑧ おもちをうすく切る。
- ⑨ 耐熱皿に⑦→④→⑧の順に何層か層を重ねていく。
(※ホワイトソースが最後になるように重ねる)
- ⑩ 最後にピザ用チーズと粉チーズをのせてチ
ーズに焦げ目がつくまでオーブンで焼く。
(約10分)

1 point オープンがない場合は先にレンジで3~4分加熱してから
トースターで焼き目をつければ出来ますよ!

- ⑪ お皿に取り分けてお好みでオリーブオイル
をかければ完成。



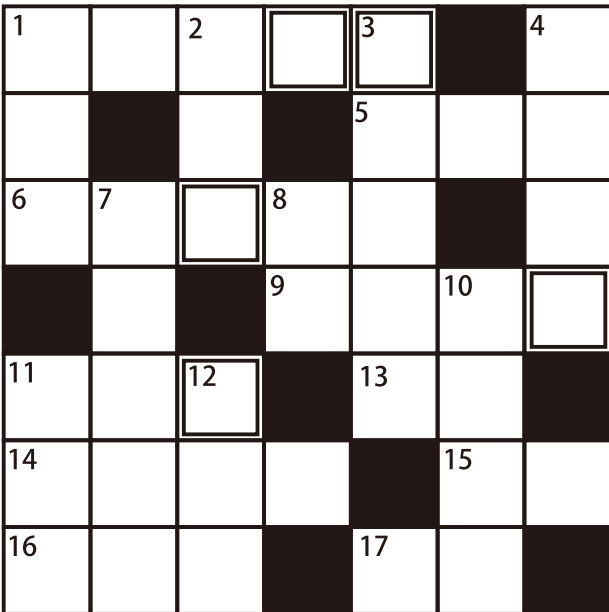
私も作ってみました!



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 >>

- 2020年。今年の干支は？
- 物事の道理や筋道が正しくわかること
- 守・宅・室・宝。共通する部首名
- 二つのものの優劣や利害損失などを比較すること
○○○○○にかける
- 小野田の銘菓
- 外来語の上に付いて、「新しい」「新」という意を表す
- コンピューターを利用可能な状態にしたり、
ネットワークに接続したりすること
- 鹿児島の芋焼酎の銘柄名
- 他人のほったてを平手で打つこと

<< ヨコのヒント >>

- 電気化学反応によって化学エネルギーから電力を取り出す
電池のこと。○○○○○電池
- 地殻の深部にあったマグマが地表または水中に噴出する
ことによってできる地形のこと
- 満20歳に達しない者
- 日本の大手電気機器メーカー
- お笑い○○○、名○○○、○○○ネーション
- 釣り用語。フームを使うための仕掛けのこと
- 悔しがって激しく足を踏み鳴らすこと
- 『pond』日本語で言うとき？
- 正月にみんなで遊ぶカードゲーム
- 宮崎駿監督のスタジオジブリ作品『○○と千尋の神隠し』

応募締め切りは
3月31日だよ！
たくさんのご応募
待ってま〜す！



☆当選者発表☆

○黒瀬様 ○岩田様
○一倉様 ○太田様
※前回の答えは『マスカット』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！



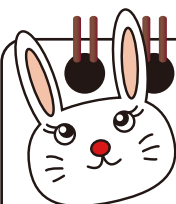
応募方法

住所・氏名・電話番号・地区担当者・パズルの解答・ららいふ
に関するご意見・ご感想をご記入の上、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して下さい。
抽選でギフトカード2,000円分を3名様にプレゼント致します。

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



ららちゃんの介護講座

猫背 首・肩こり 腰痛 など

こんなお悩みをお持ちの方に…

αPLA SLEEPピロー

医療・介護のスペシャリスト発、
すーっと眠れる枕

アルファプラ

SLEEPピロー

よく「枕が合わない」と言われますが、何故かという枕は形が決
まっているからです。

このスリープピローは中材の絶妙なバランスで
配合された「極小ビーズ」と「わた」が自由に
動く為、肩や首の隙間を埋めて頭の体重を優し
くしっかりと支えてくれます。



おすすめポイント

- ①あらゆる姿勢にフィットしそのままキープ
- ②優れた伸縮性のあるカバー（鹿の子生地）
- ③仰向け、横向き寝に対応
- ④ふわりと広い面で支える表面仕上げ

今なら「ららいふを見た」で
特価にて販売
させていただきます

パミラ・ピンク・ブルーの三色♪



ご興味のある方はご連絡ください。



クレジットカードでガス代のお支払いが出来るようになりました

- ①クレジットカード会社のポイントが付与！
- ②集金・お振込みよりも、簡単・便利！
- ③家計管理が便利に！

カード払いをご希望のお客様は
担当者が説明に伺いますので、
エネックスまでご連絡下さい。



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 ららいふ編集部
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