## ぽけっと倶楽部

お客さまから寄せられた四季折々に感じたこと、ガスやガス器具に関しての疑問、質問、暮らしの中のちょっとした出来事など、いろいろな情報・話題をご紹介します。

### 北ガスの電気ポイントサービス

北ガスの電気は、ポイントがたまるなどお得感がありそうです。
札幌市北区　石川さま

**編集部より** 4月よりポイントサービスのご利用を開始しております。商品交換・寄付などにポイントをご利用いただけます。この機会に是非ご検討ください♪

### 医食同源のコーナー

年を取ると毎日みそ汁が飲みたくなります。みそ汁の効果が今回「ぽけっと」に載っていましたので、とても勉強になりました。
札幌市北区　高橋さま

**編集部より** 医食同源のコーナーは私たち共々、身近な食べ物にこんなにたくさんの効能があることに驚いております。ぜひ一緒に勉強していきましょう。

### 北ガスの電気

以前の電気料金より毎月安くなり助かっています。
小樽市　橋本さま

**編集部より** 北ガスの電気をご利用いただきありがとうございます。皆さまがお得に感じられるようなサービスを、北ガスと共に提供していきたいと思います。

### グリル活用法

グリルで作る料理についてためになりました。いつも魚や鶏肉ぐらいしか焼きませんが、お菓子作りも好きなので、クッキー以外のお菓子も見たいです。
札幌市南区　鈴木さま

**編集部より** グリル活用法は意外にも色々ございます。お客さまのご要望通り、今後クッキー以外のお菓子でグリルを活用したレシピをご紹介したいと思います。

### ぽけっとについて

お料理レシピはいつも体に良さそうで、参考にさせてもらっています。お得な情報、生活、またクロスワードも無料でついてくるので、うれしいです。これからも期待しています。
恵庭市　宮下さま

**編集部より** 『ぽけっと』をお読みいただきありがとうございます。今後もお客さまに喜んでいただける内容の記事を作っていきたいと思います。
お楽しみに♪

ぽけっと倶楽部で採用された方には、グルメカードをお届けいたします。
掲載を希望されない方はハガキにその旨をお書きください。

### 沁みる言葉

「瞬間にその人が出る」

- 人から幸せな報告を受けたとき
- 自分より弱い存在を目の前にしたとき
- 酔っぱらったとき
- 疲れてるとき
- 命の危機を感じたとき
- お金がからんだとき
- 1人っきりのとき
- 車の運転をしているとき

参考／GirlsChannel

「ぽけっと」のバックナンバーはホームページでご覧いただけます。　北ガスジェネックス　ぽけっと　検索

2017年6月1日発行(夏号)　〒007-8733
発行／北ガスジェネックス　札幌市東区伏古8条2丁目7番1号　TEL.011-782-5111

マーク
スペース

2017 SUMMER　北の暮らしサポートマガジン

# ぽけっと

北ガスジェネックス

## ［医食同源］そば

グリル de クッキング トマトたっぷり無水カレー

北ガスの電気 電気料金の見直しは北ガスへ

気になるお店
日萬和里～土鍋ごはんとおいしいお料理～

暮らしのお得情報
50周年の感謝をみなさまに!

保安センター通信
お客さまの「安心」のために!

ジェネックスニュース
コラボ企画 北海道盲導犬協会

ぽけっと倶楽部
お客さまの声

50th ANNIVERSARY

# ［医食同源］そば

ヨコのカギ　1.「〇〇〇〇竜」と称される武将、伊達政宗。　4. 地中海と紅海を結ぶ、〇〇〇運河。



## 効果

### そばは、“健康ダイエット食品”

そばのカロリーは、さらしな粉・２番粉・３番粉・挽きぐるみなどに関係なく、そば粉100g当たりで約360kcal、白米100g（軽く１膳分）当たりで約340kcalと、ごはんとほぼ同じですが、そばに含まれる4大成分がダイエットに大活躍します。

【食物繊維】食事の量を減らす働きがあり、肥満防止に役立ちます。

【リジン】強力な血中コレステロール低下作用により、体脂肪をつきにくくします。

【ビタミンB1B2】脂肪を燃焼させ、エネルギーに変える働きにより、ダイエット効果があります。

【マグネシウム】腸に残っている宿便を体外に排出しやすくする働きがあります。

### そばでアンチエイジング

リンゴの切り口を放置しておくと茶色に変色するのも、鉄が時の経過とともに錆びていくのも、酸化によるものです。人間の細胞の外側の細胞膜も、活性酸素に触れたことにより酸化していきます。これがいわゆる老化です。そばに含まれるルチンは、抗酸化作用により、この活性酸素を体内から除去し、細胞の老化を防いでくれるようです。

### そばの主な栄養素と特徴

**ルチン**
老化防止ほか、ガンや心臓疾患、血管障害などの生活習慣病の予防、血圧や血糖値の降下作用があります。

**亜鉛**
欠乏すると味覚異常や不妊症、皮膚病にもなりやすくなります。

**ビタミンB1 B2**
糖質を分解しエネルギーに変換し、不足すると疲労・倦怠感・イライラなどを引き起こします。

**カリウム**
高血圧の予防になります。

**リノール酸**
動脈硬化を予防します。

**リジン**
肌荒れのない、艶やかな肌細胞を作ります。

**食物繊維（ヘミセルロース）**
排便を促進し、便秘の予防・改善に役立ちます。

参考資料／「食べ物のメリット・デメリット 早わかり事典」
・医学博士 川嶋昭司 能宗久美子／三笠書房
十割そば健康法普及協会WEBサイト

## ヘルシー・アレンジレシピ

### そば粉のクレープ“ガレット”

そば粥を偶然焼けた石の上に落としたところ、薄いパン状に焼きあがることを発見し、作られるようになったのです。ガレットは、フランス語で小石を意味します。

【作り方】
あらかじめ前夜にそば粉100%に水と塩を加えてペースト状にしておいた生地を、鉄板の上でヘラを使って薄いせんべい状にのばし、焼いていきます。

### サラダそば

ヘルシー＆簡単サラダ！ 冷蔵庫にある彩り野菜などを盛り付けて、ドレッシングをかけていただきます。

【作り方】※具材やドレッシングはお好みでアレンジしてみてね！
ヤマイモをすりおろしてそばにかけ、小さく切ったレタスとカイワレ、トマトを散らします。その上にしらすをのせて軽くゴマをふり、ドレッシング（めんつゆとオリーブオイルを混ぜたもの⇨約2:1の割合）をかけて出来上がりです。

※掲載写真はイメージです。

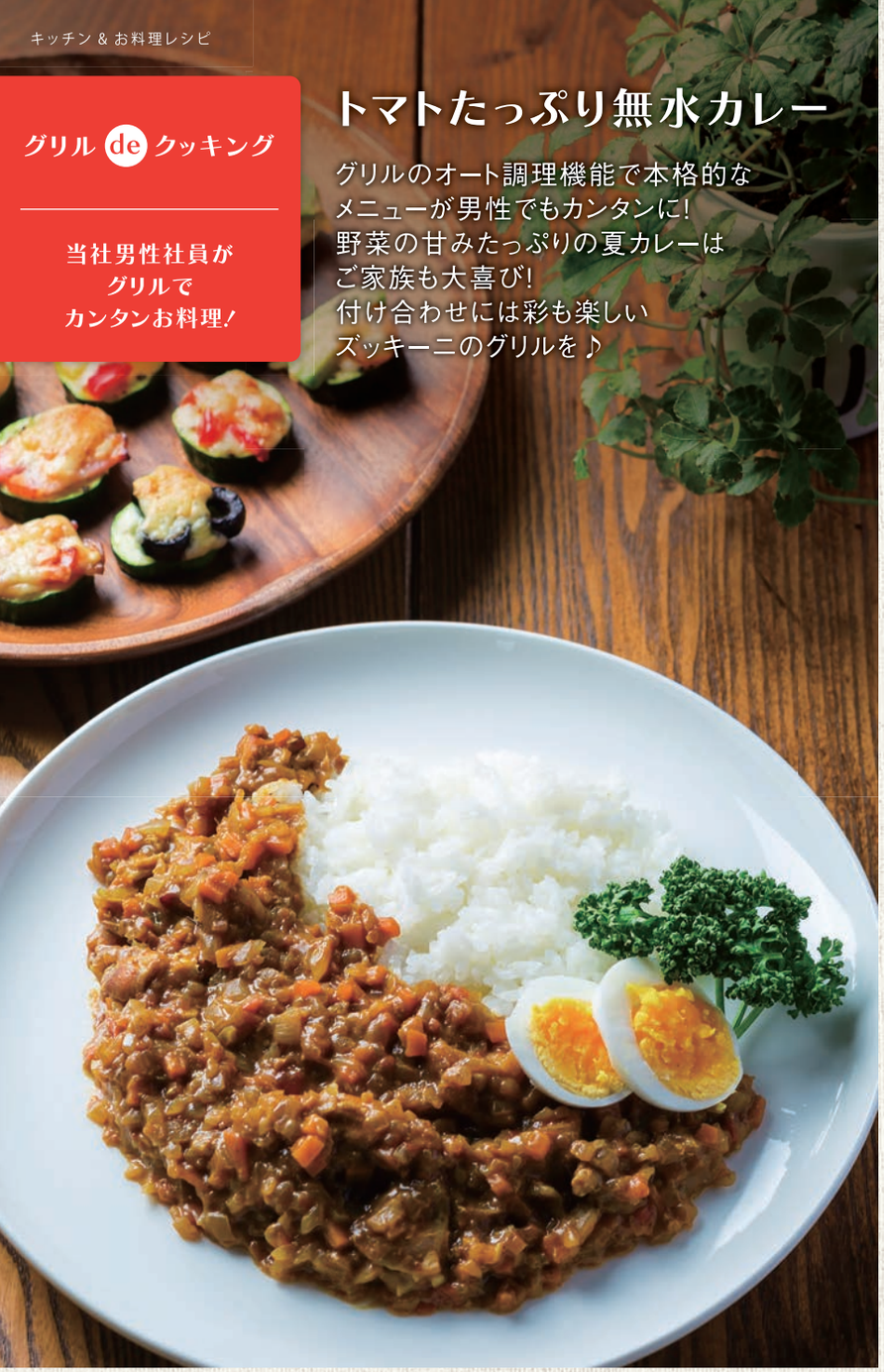
ヨコのカギ　7. 夏祭りの一風景「金魚〇〇〇」　8.「〇〇〇〇一過」。騒動が収まり、晴れ晴れとすること。

グリル de クッキング

当社男性社員が
グリルで
カンタンお料理!

# トマトたっぷり無水カレー

グリルのオート調理機能で本格的な
メニューが男性でもカンタンに!
野菜の甘みたっぷりの夏カレーは
ご家族も大喜び!
付け合わせには彩も楽しい
ズッキーニのグリルを♪



## ▼レシピ［5皿分］

鶏もも肉 …… 250g
（一口大にする）
玉ねぎ …… 2個（400g）
（みじん切りにする）
トマト …… 2個（400g）
（角切りにする）
にんじん …… 1本（180g）
（みじん切りにする）
A
- ヨーグルト …… 大さじ3
- 塩 …… 小さじ1/2
- こしょう …… 少々
- にんにく …… 小さじ1（すりおろし）
- しょうが …… 小さじ1（すりおろし）

カレールー …… 5皿分
牛乳 …… 100ml
サラダ油 …… 大さじ1

## ▼作り方

①鶏もも肉とAをビニール袋に入れよくもみこみ30分以上寝かせる。
②ココットダッチオーブンにサラダ油を塗り、玉ねぎ・にんじん・トマト・鶏肉（タレも一緒に）の順にいれて、蓋をしグリルに入れる。
③ココットダッチオーブンモードで加熱30分・火が止まってからグリルで20分放置する。
※デリシアプリを使えば簡単に調理時間を設定できます。
④蓋をあけて牛乳とカレールーを入れてよく混ぜ合わせる。

ヨコのカギ　9. 函館近海のイカは主に2種類。スルメイカと○○○○。　11.「長○○」「じゃが○○」「○○焼酎」






Rinnai デリシア DELICIA　洗練されたフォルムに先進の機能を搭載。

コンロオートメニュー／土鍋炊飯機能／鍋なし検知機能／感震停止機能／音声ガイド／連続オートグリル／レンジフード連動／遠赤外線バーナー／スモークオフ／ヒートオフ構造／麺ゆで機能／オートメニュー

リース料金（6年・72回）
月々2,490円（税込）

RHS71W22E1R-BW
メーカー希望小売価格 301,320円（税込）
一括購入価格 179,280円（税込）
※リース料金および一括購入価格は標準取付工事費込の価格となります。
※天板・フェイス部分は色が選べます。

ココットまたは
ココットダッチオーブン
プレゼント!

今なら! ぽけっと掲載キャンペーンで「5号炊飯鍋」をプレゼント♪
ガスで炊いたご飯でカレーをさらにおいしく!（8月末まで）

おトクで安心ECOリースはこちらから　北ガスジェネックス ECOリース　検索

さらに、
グリルプレートも付属!

男性社員の
橋爪・浅野が
つくりました!

普段料理をしない
僕でも、簡単に
おいしく出来ました。
ぽけっとをご覧に
なったご主人もぜひ
休日に挑戦して
みてはいかがで
しょうか?!

グリル調理って
とても簡単で
おもしろいです!

ココットで調理する付け合わせの
「ズッキーニの彩りグリル」は
ホームページでレシピを紹介中!


ヨコのカギ　13. 手術を別の呼び方で…。　14. 兄弟姉妹の息子。「○○っ子」　15.「時化」と書いて何と読む。

土鍋ごはんと美味しいお料理

## 日萬和里（ひまわり）

土鍋で炊いたごはんが主役!
つやつや、ぴかぴかを召し上がれ。

入口の横に「今日はごはん作らなくていいですよ」と掲げている日萬和里。2000年の開店以来、地域に愛されている土鍋ごはんのお店です。土鍋のふたを開けると、湯気とともに炊きたてごはんのいい香り。思わず「わぁー」と歓声をあげる客も多いそうです。お米は赤井川村石川農園の北海道産“ゆきさやか”。ごく一部の農家でしか作付けしていないお米です。ほかにも昼は定食もの、夜はお酒に合う一品料理などが豊富。毎週木曜に更新しているFacebookでは季節限定のメニューも紹介しています。

1

2

3

1. ひとくち食べたら誰もが驚く「土鍋炊きたて白ごはん」1～2人前500円、3～4人前800円。土鍋のごはんは全てみそ汁付きです。
2.「知床鶏の土鍋五目御飯」1～2人前1,150円、3～4人前2,280円。注文から40～50分かかるので、時間に余裕を持って来店を。
3. 母娘二人で切り盛りする。カウンターは8席のオープンキッチン。女性調理人の料理する姿を見ながら、気軽に「女子ソロ飲み」ができる店。

札幌市東区伏古8条3丁目8番27号 ビラ・サンライト第2 1F
（フリーダイヤル）0120-094-948
■営業時間／ランチ11:30～14:00、ディナー17:30～24:00
（ラストオーダー22:30）
■定休日／火曜（※日曜・祝日はディナータイムのみの営業）
■席／28席　■駐車場／2台
http://m-five.sakura.ne.jp/himawari/
※価格はすべて税込み表示です。

今回のECOラボは、“土鍋炊きごはん”日萬和里さんにご協力いただきました。

ヨコのカギ　17. 元素記号はS。火山で見られる黄色の物質。　19. 世界で最も深い海溝「○○○○海溝」





# Let's ECO ラボ

YouTube で絶賛公開中!

“ECOラボ”とは、ECO・快適・節約をキーワードにお客さまに楽しみながら
環境について考えていただき「おトク」もお届けする新しい形の情報発信ツールです。

## 今回の実験は「おいしい土鍋ごはんの炊き方」実験!

### ご自宅のコンロと土鍋で土鍋ごはんを!

毎日食べるごはん。
前ページでご紹介のお店「日萬和里」さんの
土鍋で炊く美味しさに感動した研究員たちが
なんとか家庭でできないか?と
「日萬和里」さんにご指導いただいたワザを基に
今回の実験に臨みました。

あの「土鍋ごはん」の感動を再現できるのか?
実験開始です!

- コツは?
- 実際の仕上がりは?
- 簡単にできる?

研究員 中山

結果はYouTubeからご覧ください

皆さまのご意見&ご要望は、アンケートハガキのご感想欄にご記入しお送りください。抽選で10名のお客さまにお礼の粗品をプレゼントさせていただきます。動画がご覧になれないお客さまは個別に対応させていただきます。

ヨコのカギ　20.「狢」と書いて何と読む。（ヒント／同じ穴の…）　22.「北○○ジェネックス」

北ガスジェネックス
創立50周年
ありがとうキャンペーン
第一弾

## みなさまとの「ご縁」を大切に いままでも、これからも

北ガスジェネックスは今年、おかげさまで50周年。
いままでも、これからも地域のみなさまへ
より良いサービスをご提供させていただきます。
50年間のご愛顧に感謝を込めて、
ありがとうのプレゼント。
奮ってご応募いただきますよう、
お願いいたします。

ぽけっと限定

抽選で 創立50周年の感謝をみなさまに！
# 素敵なプレゼント

当たる！ 当たる！

## A賞 札幌ドームで声援を送ろう！

北海道日本ハムファイターズ
札幌ドーム開催試合
ペアチケット

抽選で 合計5試合 ペア5組様

※試合日時・座席は当社指定とさせていただきます。
ご当選者さまがお選びいただくことはできません。
※ご当選チケットの転売は固くお断りいたします。

※写真はイメージです。

NIPPON-HAM FIGHTERS HOKKAIDO
©H.N.F.

## B賞 楽しく選べる カタログギフト VARIOUS

5,000円相当

抽選で 合計5名様

日用品やファッション、食料品までお好みで選べる賞品。
カタログ到着後、楽しくお選びください。

## C賞 おいしいプレゼント！ ゆめぴりか（3合）

抽選で 合計50名様

※写真はイメージです。

## Wチャンス！ BOXティッシュ

さらに！ 抽選に外れた方にもチャンス！

抽選で 合計100名様

5箱セット

### お申し込み方法

綴じ込みのハガキのご記入欄に必要事項をご記入の上、郵送してください。
(7-8pの間にございます)

### キャンペーン期間

◎応募締切：2017年7月31日消印有効

### 当選発表

厳正な抽選の上、賞品の発送をもって発表とさせていただきます。

### ご応募対象のお客さま

◎当社のLPガスをご利用のお客さま

別途、灯油新規お申し込み、北ガスの電気お申し込み、およびガス機器などのご購入による「創立50周年ありがとうキャンペーン」をご用意しております。
詳しくはお問い合わせください。

エネルギーから「おもしろい」を創造する
北ガスジェネックス株式会社
〒007-8733 札幌市東区伏古8条2丁目7番1号 北ガスジェネックス 検索

お申し込み・お問い合わせは
【受付時間】9:00～17:00（土・日・祝日を除く）
お客さまセンター ☎011-782-5111

ヨコのカギ　23. アメリカ合衆国で、面積最大の州。　24.「サッポロ」「アサヒ」「キリン」と言えば…。

タテのカギ　1. 相撲甚句のかけ声。「どっこい」が転じたもの。　2. ○×○=81

## ハウス クリーニング

**期間限定**

夏になる前に、レンジフードの清掃はいかがですか。
気温が高くなり、固まっていた油が垂れてくる季節です。

| レンジフード | 11,000円(税込)　通常12,960円 |
|---|---|

■お申し込み期限／7月31日まで
■掃除実施期間／8月31日まで

お問い合わせ フリーダイヤル 0120-535-130

※サービスの提供は札幌および札幌近郊になります。
※お申し込み状況によっては、ご希望の日時にお伺いできない場合がありますので、ご了承ください。
※事前に、下見にお伺いいたします。

**50周年ありがとうキャンペーンの対象になります!**
(7・8ページをご覧ください)

2カ所以上の清掃でおトクになるパックもございます。お気軽にお問い合わせください。

ホームページからもお申し込みいただけます。 北ガスジェネックス ハウスクリーニング 検索

創立 50周年 感謝企画 第一弾!!

**ハウスクリーニングをお申し込みの方限定**
**「これからもずっとキレイが続きますように」プレゼント!!**

PRESENT 1
**レンジフード掃除用シート洗剤プレゼント!**
高い清掃性でスッキリと簡単に汚れがとれます。

さらに PRESENT 2

| | |
|---|---|
| 初めてのお客さま | **お掃除10分間プレゼント♪** 冷蔵庫の上部など…下見にお伺いした時にお打ち合せさせていただきます。 |
| リピーターのお客さま | **ポイントシール1枚プレゼント♪** |

タテのカギ　3. 野球「ショートは内野手、センターは○○○手。」　4. 夏の風物詩「○○○割り」





# お客さまの「安心」のために!

保安センター通信

**ガス臭い・警報器が鳴るなどの緊急時、すぐに駆けつけます。**

## 万全の保安体制!
## 24時間365日対応!

保安力と安定供給力を確固たるものとし、
安心安全を提供するエネルギー事業者を目指しています!

ガスの残量、圧力などを監視しています。

安全を見守る通信システム!

ガス臭い、ガスが出ないなどの場合は、下記までご連絡ください。

保安力強化のために日々訓練に励んでいます。

緊急時に備え技術の向上!

毎年北ガスグループで実施される「合同訓練」へ参加し、保安力向上に努めています。

**北ガスジェネックス保安センター**
いつでも安心!24時間365日対応
**TEL 011-783-7724**

タテのカギ　5. 建物で地下階は「B」。では、地上階を表すアルファベットは?　6.「図体」と書いて何と読む。

# 電気料金を見直してみませんか?

## 北ガスの電気 の料金について

＜既存の電力会社との比較＞
以下は北海道電力(株)の「従量電灯B」と比較した場合の料金イメージです。

### おトクな“付帯割引”［以下のガス機器などをお使いの場合、いずれか1つに適用］

| 給湯・暖房・融雪割 | 給湯＋暖房割 | マイホーム発電割 | 灯油セット割 |
|---|---|---|---|
| 給湯器(10号以上)・FF暖房機・ロードヒーティングのいずれかをご利用 | 給湯器(10号以上)+FF暖房機、または、セントラルヒーティングをご利用 | コレモやエコウィルをご利用 | 灯油定期配送を家庭用でご契約 |
| 給湯 OR 暖房 OR 融雪 | 給湯 + 暖房 | コレモ(ガスマイホーム発電) エコウィル(ガス発電 給湯暖冷房システム) | |
| 1%割引 | 2%割引 | 3%割引 | 2%割引 |

※電気料金は、基本料金+電力量料金+燃料費調整額+再生可能エネルギー発電促進賦課金で構成されております。※上記割引率は基本料金・燃料費調整額・再生可能エネルギー発電促進賦課金を含まないため、実際のご請求額の割引率とは異なります。※付帯割引は基本料金・燃料費調整額・再生可能エネルギー発電促進賦課金を除いた電力量料金から割引いたします。

詳細に関しては、お問い合わせください。

ナビダイヤル
**0570-008800**
〈受付時間〉平日 9:00～19:00／土・日・祝日 9:00～17:00

←スマートフォンはこちらから
※スマートフォン以外の携帯電話・PHSからのお申し込みは対応できませんのでご了承ください。

※電話料金はお客さまのご負担となります。なお、一部のIP電話からはご利用になれません。固定電話は3分8.5円、携帯電話は20秒10円となります。
※上記ナビダイヤルがご利用できない場合は011-231-0472までおかけください。

タテのカギ　8. 台湾の首都。　10. カーニバルで有名な都市「○○・デ・ジャネイロ」





Tag Tag powered by KITAGAS

北ガスマイページ
## 「Tag Tag(タグタグ)」

# Tag Tagってな～に?

北ガスマイページ「TagTag」は
パソコン・スマホ・タブレットで使える
会員制Webサイトです。
ぜひ会員登録の上、ご利用ください。

### Tag Tagでできること

1. 電気のご使用量・料金照会サービス
2. 「エコライフのすすめ」省エネのコツをご紹介
3. 北ガスグループイベント情報・地域情報「まちインフォ」イベント・キャンペーン情報
4. アンケート お客さまの声を反映
5. 北ガスポイントサービスの保有ポイント数・ポイント履歴の確認、ポイントのご利用

北ガスポイントサービスは、わたしたちの地域の活性化や、未来につながるサービスを目指していきます!

### かんたん! 会員登録は3ステップ! 会員登録無料

STEP 1 TagTagの「新規会員登録」からメールアドレスを送信!
STEP 2 TagTagからのメールを受信!
STEP 3 メールに記載のURLにアクセスしてお客さま情報を入力

TagTag会員登録完了!

### TagTagに会員だけの特別コンテンツ、「エコライフガイド」が新登場!! 7月より!

「エコライフガイド」では、
それぞれのお客さまの
エネルギーご使用状況を分析し、
お客さまだけの省エネアドバイスを
ご提供いたします。

TagTagホームページURL ↓↓↓
https://tagtag.hokkaido-gas.co.jp

スマートフォンは→こちらから

タテのカギ　12. アイヌ語で「世界。国土。島。」を意味する言葉。(ヒント／母子里)　14. 「星の○○○様」「ハンカチ○○○」

# 北海道盲導犬協会＆北ガスジェネックス コラボ企画［第1回］

犬のスペシャリストである北海道盲導犬協会さまに
飼育についてのノウハウを教えていただき、皆さまへ3回に分けてお伝えする企画です。
第1回目は「しつけ」について、教えていただきました。

**Question**

甘がみや無駄ぼえ、拾い食い・・・
なかなか直らないワンちゃんの癖に苦労していませんか？ 決めた場所でのトイレもなかなか覚えてくれませんよね。しつけのコツってあるのでしょうか？

**Answer**

犬の問題行動を修正していく上では、様々なテクニックがありますが、犬の性格や生活環境によってその方法や程度などを使い分けていく必要があります。まずは次のページにある犬と付き合う上で大切な4つの本質的なところ（犬の特性）を理解してみてください。

**北海道盲導犬協会とは？**

1970年11月に設立され（日本盲導犬協会1967年8月設立）、これまでに530頭を超える盲導犬を、全国の視覚障がい者の方々へ無償貸与をされています。国内で盲導犬を希望される方は約4,000名と推定されていますが、実際に働いているのは1,000頭弱（北海道内50頭）と、まだまだ不足しているのが現状で、一頭でも多くの盲導犬を、と日々活動されています。北ガスジェネックスでは2016年5月よりサポート会員として、募金協力など行っています。

タテのカギ　16.「○○○○ミス」不注意による誤り。軽率なまちがい。　18. おにぎりを別の呼び方で…。





## 犬と付き合う上で大切な4つのポイント

### 1 人を見る

犬は人を見て態度を変える動物です。犬の表している行動は、人の態度や意思に反映されていることがほとんどです。ということは、犬の行動を変えようとする前に、人の態度を変える必要があります。
留守番をさせて帰った時に、「待ってて偉かったねぇ～」と言って興奮させ、犬に飛びつかせていたり、甘がみをされて痛い痛いと逃げ回ったりする。それは興奮をあおって、ますます甘がみを強くさせます。
「やめて」と言いながらも甘がみを許していないでしょうか？その時の「やめて」は犬にとってはOKと同義語です。

### 2 習慣が大切

犬は未来に希望を持ったり悲観して生きていません。過去の経験から学習しながら瞬間瞬間を生きています。
従って、犬の行動をより良くしていくためには、良い習慣を維持していくことが大切です。
盲導犬として排泄を定位置でする訓練は、決めた場所で排泄が済んでから散歩に出るという習慣を徹底しているだけです。すると、「排泄をがんばってすると散歩に行ける」と学習していきます。「今日はまぁいいか。でも明日はちゃんとするんだぞ！」は犬には全くわかりません。

### 3 タイミングが命

犬は瞬間瞬間で生きていると申し上げましたが、犬に何かを教える上では、まさにタイミングよく伝えていくことが必要です。
甘がみや無駄ぼえ、拾い食いに対して、何度言っても理解してくれないのであれば、タイミングを見直してみてください。何かをやめさせたいとき、それは正しいと褒めたいときは数秒でも遅れると犬に伝わっていない可能性があります。
褒める・叱るのタイミングを逃さないように、人もよ～く犬に集中しておく必要がありますね。

### 4 Step by step

犬の行動は急に変化するものではありません。根気よく、タイミングを意識しながら伝えていって、日々の習慣にしていく中で、じわじわと変化していくものがほとんどです。
また、甘がみや引っ張りなどは、ある程度大人になるまで続くものもあります。人の子供が大人と同じようなことができないように、犬もその月齢で求めるレベルも違ってきます。焦らず、少しずつ変化していく様子を見ていってください。

**ご存知ですか？「パピーウォーカー」**

将来、盲導犬になる仔犬を、生後50日から約1年間、飼育していただくボランティアのご家庭のことです。将来、立派な盲導犬になれるよう基本的なしつけや、愛情豊かな飼育をしてくださるご家庭を募集しています。

公益財団法人 北海道盲導犬協会　http://www.h-guidedog.org
札幌市南区南30条西8丁目1-1　TEL 011-582-8222／FAX 011-582-7715

タテのカギ　19. イエス・キリストの母。「聖母○○○」　21. エジプト文明を育んだ○○○川。