

# ニイヤだより

本年もたくさんのご愛顧をいただき誠にありがとうございました。来年もどうぞよろしくお願ひいたします。

## 年末年始の休業日のお知らせ 12月30日(火)～1月6日(火)

### 年末年始の灯油の配達のご予約は

年内 12月25日(木)まで 年始 1月7日(水)より

☆灯油の配達は予約制となっております。年末年始の灯油の配達は大変混み合いますので、ご希望のお客様はお早めにご予約下さいますようお願い申し上げます。

☆1月7日(水)のご注文分は、1月9日(金)の配達となります。

1月7日(水)の配達をご希望の場合は、12月中にご予約くださいますようお願い申し上げます。

**営業日**  
平日 8:30～17:00  
**定休日**  
土曜・日曜・祝日

### 修理等のご依頼はお早めにお問い合わせください。

メーカーの年末年始の休業期間中は器具の出荷も停止されるため、修理にお時間がかかる場合がございます。ご注意ください。



## 1年を振り返り 自分と向き合う

今年も残すところあとわずかです。どのような1年でしたか？私は体調を崩すことが多かったのですが、周りの方に助けられ感謝する一年でした。来年は、体調管理に気をつけ周りの方に迷惑をかけないようにしたいと思います。

### 【天上天下唯我独尊 人は皆それぞれが尊い】

命の尊さは、才能、学力、財産、地位、健康で決まるものではありません。お釈迦様が生まれた時に唱えたこの言葉は、「世界中のどこにも私の代わりになる物はなく、何一つ加えなくとも、この命のままに尊い」という教えです。生まれたばかりの赤ちゃんは、何も持っていませんし、何もできませんが、尊い存在です。命を授かった者には、みな尊厳があるのです。

自信をなくしたときは、この言葉をかみしめて、自分はかけがえのない存在なのだとこのことを思い出しましょう。もちろん、尊いのは自分だけではありません。自分を大切にするように、他人も尊重すべきです。自分と違う意見の人とも、理解し合えるように努めたいものです。

### 【明珠在掌 宝物は、自分の手のなかにある】

「明珠」とは価値のある宝物のこと。それは、あなたの手のなかにあるという教えです。人は、それぞれ素晴らしい宝物を握りしめているのです。人は、それぞれ素晴らしい宝物を握りしめているのに、なかなかそのことに気づきません。そして、違う場所に行けば、今より幸せになれるのではと考え「自分探し」の旅に出てみたり、これを手に入れれば、うまく生きられるのではと、やみくもに「資格取得」を目指したり、右往左往しがちです。

求めているものは既に自分で持っているのです。あなたがこれまで生きてきて、大切にしてきたことを考えてみましょう。家族や友達、仕事、それがあなたの宝物、才能の原石かもしれません。手にしている大事なものに気づいたら、それを磨いてきましょう。

### 【知足 幸せは、気づいた人だけが手にできる】

収入も、食事の家も、自由に使える時間も、まわりの人も、すべて今のままで、今よりもっと幸せになる方法があります。それは、今が満ち足りた状態にあると気づくことです。そのことに気づかなければ、人はどんなに好きなものやお金に囲まれていても、貪る心が残っている限り、幸せを感じることはありません。

いろいろな物が足りないと思っても、あなたはこうしてきちんと毎日を過ごしています。その事実を目を向ければ、自分がいかに恵まれているのかが分かるはず。幸せというのは、物を高く積み上げるのではなく、既に自分のもとにあるのです。

☆幸せとは探すものではなく、感謝、有り難いと思うことで気づくものとお話されていた方がいましたが本当にその通りですね。

「くり返し読みたい禅語」リベラル社

## 住まいのお悩みご相談ください

LPガス・灯油・給湯器・風呂釜・浄水器・水・太陽光・太陽熱  
キッチン・トイレ・浴室・水回りの設備・お家のリフォームなど

Niia 株式会社 ニイヤ TEL 042-762-0320

### ニイヤガス料金

(2025.6現在)

基本料金	¥1,650(¥1,500)
0.0～10.0㎡	¥638(¥580)
10.1～20.0㎡	¥627(¥570)
20.1㎡～	¥616(¥560)

※( )カッコ内は税抜価格です。



## 台湾風旨辛温玉ませうどん



材料 (1人分)

冷凍うどん	1玉
豚ひき肉	80g
【A】しょうゆ、みりん	各大さじ1
さとう	小さじ1
温泉卵	1個
長ネギ	1/4本
かつお粉	適量
ラー油、だししょうゆ	各適量
サラダ油	少々
(薬味はお好みで 刻みのり、おろしにんにく)	

作り方

- ①長ネギを斜め薄切りにします。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、ひき肉を炒め、【A】のしょうゆ、みりん、さとうを加えて汁気がなくなるまで炒めます。
- ③鍋にお湯を沸かし、うどんを茹でて水けをきり、器に盛ります。
- ④器に盛ったうどんの中央をくぼませ、温泉卵を割り入れます。まわりに、①の長ネギ、②のひき肉、かつお粉、お好みで薬味をのせ、ラー油とだししょうゆを回しかけます。全体を混ぜ合わせながらお召し上がりください。

温泉卵にチャレンジ (卵 4個分)

- ①20cmの鍋にたっぷり水を入れ火にかけます。
- ②水が沸騰したら火を止め1分待ちます。
- ③冷蔵庫から卵を取り出し、②の鍋に割れないように入れて、蓋をして12分おきます。
- ④ボールなどに卵を取り出し、流水で10～15分しっかり冷やします。

100ショップなどに売っている、卵のプチン穴あけ器で卵の殻に穴を開けてから鍋に入れると、割とうまく卵が殻がはがれます。よかったら試してみてください。

## 11月から4月にかけての寒い季節、入浴中に気を失い浴槽の中で溺れる事故が多くなります。「自分は元気だから大丈夫」と過信せず「自分にも起きるかもしれない」という予防意識をもち、家族みんなで入浴中の事故を防ぐ対策を心がけましょう。

- ①入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく
- ②湯温は41度以下、お湯に浸かる時間は10分までを目安にする
- ③入浴時はかけ湯をし、出浴時はゆっくり立ち上がる
- ④脱水予防のために入浴の前で飲水する
- ⑤食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避ける
- ⑥お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける
- ⑦家族は入浴中の高齢者の動向に注意する
- ⑧心臓の悪い患者さんはみぞおちまでの半身浴にする

## 石油情報センターは、公平かつ公正な立場で、一般消費者、産業界の石油製品ユーザー、石油関連事業者などに石油に関する情報を様々な形で提供しています。

一般財団法人日本エネルギー経済研究所石油情報センターでは、消費者の関心が高いガソリン、灯油、軽油、LPガス、オートガスの小売価格動向などを全国レベルで定期的に調査しています。常日頃から、情報を提供することにより、小売価格への理解促進をすすめ、石油製品の国内流通の適正化を図ることを目的としています。LPガス料金は販売店によって異なりますが、安全安心に使っていただくための保安管理費も含まれます。このデータを参考に極端に安いガス料金の売り込みなどにはご注意ください。 2025.11.28

平均価格(税込)	5㎡あたり	10㎡あたり	20㎡あたり
全国	¥5,660	¥9,205	¥15,898
関東	¥5,294	¥8,623	¥15,016
ニイヤ	¥4,840	¥8,030	¥14,300

LPガスについて困ったときは、弊社もしくは神奈川県LPガスお客様相談所  
☎0120-244-566 平日8:30～17:00 土10:00～16:00 ※日祝休

いつも、灯油のご注文をいただき誠にありがとうございます。

### 12～4月の灯油の配達日 毎週 月・水・金曜日 9～12時

配達は予約制です。前日までにご注文くださいますようお願い申し上げます。悪天候、休業日の場合は配達日が変更になります。

### 【灯油の配達日のお知らせ】

5～11月 金 9～12時

12～4月 月・水・金 9～12時

(株)ニイヤ 042-762-0320

営業日 平日 8:30～17:00

定休日 土曜・日曜・祝日

## LPガス設備点検調査のお知らせ

Ⓞ 悪質なガスの切替勧誘・給湯器などの点検詐欺にご注意ください。

保安センターの点検員は、社名入りの軽自動車に、背中に大きく保安センターの名前の入った制服を着用しています。点検を受ける前にご確認ください。ご不明な点等ございましたら弊社にお問い合わせください。

弊社では、LPガスを安全にお使いいただくために、法令に基づき4年に1度、LPガス設備点検調査を実施しております。

下記の住所のお客様はR7年12月～R8年1月より点検開始予定となっております。ご協力お願いいたします。

今回の点検は、国に登録された下記の調査機関に委託して実施いたします。訪問日は保安センターより事前に書面にてご案内させていただきます。ご都合の悪い場合は、弊社または下記の調査機関(保安センター)にご連絡ください。

◇当点検調査費用は弊社負担となっております。点検調査は無料です。費用をいただくことはありません。

◇点検内容は、ガス器具・配管のガス漏れ検査等。点検時間は、約15分です。

### 【点検該当エリア】

◎相模原市南区下溝 ◎厚木市下川入、山際

※10年以上お使いのガス器具は異常がなくても製品の劣化が進んでいます。点検・交換をしましょう。

ご連絡先(委託調査機関)

(株)神奈川県エルピーガス保安センター 相模事務センター

〒252-0328 相模原市南区麻溝台3-15-17

TEL 042-743-7420 フリーダイヤル 0120-306-770

