

# ニイヤだより

**営業時間**  
8:30~17:00  
**定休日**  
土・日・祝祭日

## 灯油の配達をご注文されるお客様にお願い

毎度ご注文いただき誠にありがとうございます。これまで、午前中にご注文いただいた灯油は当日配達していましたが、灯油配達業者の減少によりご注文が増加したことと人手不足により当日配達が困難になっております。灯油の配達をご希望の場合は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。

☆ 年末年始の灯油の配達のご注文は年内12月27日(水)まで、年始1月10日(水)より ☆

## 1年の終わりに

### 懺悔・1日に一度は反省を

(参考文献) 心がまるくなる禅の教え 建長寺派布教師会 ワニマガジン社 52p

懺悔は一般的には「ザンゲ」と読みますが、仏教では「サンゲ」と読みます。意味は「過去に犯した罪悪を悔いて、反省し、わびること」です。どの宗教でも、まず懺悔してから信仰への発心(はつしん)を起し、そして修行へと入ります。私も、僧堂に入門する際に、心の底より懺悔した経験があり、その時のことを「龍桂和尚随想記」として書き留めました。その一文をご紹介します。

『平林僧堂の旦過寮は、昼でも日が射さない独房のようなものだった。4月中旬というのに、この中にいると肌寒く、真つ暗な分余計に人恋しくなる。死ぬ気で入門を請け願った自分自身ではあったが、この部屋に何日も監禁されていると、だんだん気がめいつける。』

平林僧堂では庭詰2日間(入門の許可を得るために、玄関で終日低頭すること。通常2日ほど)、旦過詰5日間(庭詰の後、3~5日ほど狭い部屋で面壁(壁に向かって坐禅)を行うこと。)の計7日間が入門試験となる。(中略)実に厳しい禁固刑であった。しかも、私の場合7日間が過ぎ、8日目の朝になっても誰も呼びに来ない。昼が過ぎ、夕刻の昏鐘が鳴り、晩の開板がカーン、カーンと打たれる。何の音沙汰もない。「おかしい、確かに7日間のはずなのに、今日はもう8日目。おかしいぞ、これは。無視されたか、ああ…。これは一生ぼうっておかれるぞ」と思った瞬間、大粒の涙が止めどなくこぼれ落ちた。それから、ひと晩中記憶にあるだけの罪、悪業を思い起こし、畳に額を擦り付けて懺悔した。

翌朝、ようやく入門が許された。後で聞いたら、たまたま知客さん(禅宗寺院の役職のひとつ。外部の客や新しく入門した修行僧の世話をする。)が8日目に留守だったので、1日延びただけのことであった。そうとは知らない私は、苦悩に満ちたひと晩を過ごした。しかし、この1日は私自身の罪深い悪業を全て吐き出させてくれた、貴重な懺悔の1日だった。』と述懐しています。

古人云はく「私は罪深いと知る人、その人は仏と対面している」。我々人間は罪をつくらずには、生きていけない生き物です。だからこそ懺悔が必要なのです。何度も懺悔し、自分で自分の心を洗濯することが、清く正しい生き方や安心のある暮らしへとつながっていくのです。是非、1日に1度は懺悔をし、反省を心がけたいものです。

東学寺 笠 龍桂

2023年もあとわずか。今年も毎日が慌ただしく、自分と向き合う時間なんて無かったような気がします。1日の終わりに次の日の段取りは組みますが、振りかえるのは失敗した時くらいでした。やることに追われていても、何日かに一度くらいは自分の心や行いを振り返りたいと思います。

元プロ野球選手の松井秀喜さんの座右の銘でもある、「心が変われば行動が変わる 行動が変われば習慣が変わる 習慣が変われば人格が変わる 人格が変われば運命が変わる」この言葉もきっと自分の行動を見つめ直すことによって生まれた言葉なのかもしれません。『1日に1度は反省を』確かに大切なことですね。

## 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

Niya 株式会社 ニイヤ TEL 042-762-0320

### ニイヤガス料金 (2022.11現在)

基本料金	¥1,650(¥1,500)
0.0~10.0㎡	¥583(¥530)
10.1~20.0㎡	¥572(¥520)
20.1㎡~	¥561(¥510)
※()カッコ内は税抜価格です。	

## ふっくら親子丼



### 材料(2人分)

卵	2個
鶏もも肉	1/2枚(150g)
たまねぎ	1/2コ
絹さや	4枚
【合わせ地】	
だし	1/2カップ(100cc)
酒	大さじ1
さとう	大さじ1
みりん	大さじ1
うす口しょうゆ	大さじ1
しょうゆ	大さじ1
ご飯	丼2杯分(300g)
焼のり	適宜

### 作り方

- ①絹さやは、筋を取って塩ゆでし、水けをきって3等分に切ります。たまねぎは、縦に2~3等分にして横に5mm厚さに切り、ほぐします。鶏肉は、余分な脂と皮、筋の強い部分を取り除き、食べやすい大きさに切ります。
- ②フライパンに合わせ地の材料(だし、酒、さとう、みりん、うす口しょうゆ、しょうゆ)を入れて火にかけます。煮立ってきたら、たまねぎ、鶏肉の順に加え、全体に広げます。時々、鶏肉を上下に返しながらか3~4分煮ます。
- ③卵をボウルに割り入れ、ざっくりとほぐします。ざっくり溶きほぐすことでふんわりと仕上がります。
- ④たまねぎが半透明になり、鶏肉に火が通ったら③の溶き卵を中心から外側に向けて回し入れます。鶏肉とたまねぎの間に卵が入るように箸でつついて行きわたらせます。半熟の状態になったらふたをして、30秒~1分程度蒸らします。
- ⑤ご飯を丼に盛り、④を半量ずつのせ、絹さやと手でもんで細かくしたのりを添えます。

## LPガスの勧誘・給湯器点検にご注意ください

年末の慌ただしい時に、突然、自宅にきたり、電話で「LPガス料金が安くなる」「LPガスと電気をセットにすると安くなる」「給湯器の点検に伺います」などの勧誘をされると冷静な判断ができなくなります。そのような時は契約などはせず一旦断り、気になることがある場合は信頼のできる友人や家族、消費生活センター、神奈川県エルピーガスお客様相談所、弊社などに相談しましょう。

神奈川県エルピーガスお客様相談所 0120-244-566  
相模原市消費生活センター 042-775-1770  
厚木市消費生活センター 046-294-5800

## HOTな贈り物キャンペーン実施中

~2024年1月31日まで

暮らすうえで欠かせない『家事』ですが、毎日やるのはかなり大変。そんな終わりのない家事を最新の住宅設備に変えて少しでも楽しんでみませんか? 楽家事で余った時間は自分のために使ってみてはいかがでしょうか? お買い替えをご検討の際はお気軽にお問い合わせください。



## 年末年始の休業日のお知らせ 12月30日(土)~1月4日(木)

ガスが急に使えなくなったら『マイコンメーターの復帰方法』

- 1 器具栓と未使用のガス栓を全て閉めてください。
- 2 左側のボタンを押してください。●「ガス止」の文字が消えます。
- 3 液晶の文字とランプが点滅します。●1分間お待ち下さい。※ランプは、復帰ボタンにもあるものもあります。
- 4 液晶の文字とランプが消えます。●復帰完了です。●ガスは使えます。

## 年末年始の灯油の配達のご注文 年内12月27日(水)まで 年始 1月10日(水)より

年末年始の灯油の配達は大変混み合いますので、ご希望のお客様は恐れ入りますがお早目にご注文下さいますようお願い申し上げます。年末年始の休業期間は通常の営業・灯油の配達はお休みさせていただきます。緊急の際は弊社もしくは緊急時対応センター(自動転送)にて対応させていただきます。

## LPガス設備点検調査のお知らせ

日頃からLPガスをご利用いただきありがとうございます。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R5年12月~R6年1月より点検開始予定となっております。お受け下さるようお願い致します。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)にご連絡お願い致します。◇当点検調査費用は弊社負担となっております。点検料は無料です。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

◎相模原市中央区田名、上溝、大野台

◎愛川町三増、角田

◎特に、田名・三増・中津 地域の皆様

ガスの切替勧誘、給湯器の点検にご注意ください。

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 県央営業所

〒252-0328 相模原市南区麻溝台3-15-17

TEL 042-743-7420 フリダイヤル 0120-306-770

