



お日様通信 47号



(株) 環境エンジニア
 〒400-0054
 山梨県甲府市西下条町 1000-8
 TEL : 0120-414-367
 FAX : 055-220-2859
<http://www.kankyo-engineer.com>
 Email:info@kankyo-engineer.com

今冬は例年よりも寒さ厳しい日が続いていますが、お変わりなくお過ごしでしょうか？
 寒さの中でも、このところ日が長くなったようにも感じる今日この頃です。梅のつぼみもそろそろほころび始める時期・・・春の暖かさが待ち遠しいですね。

ご挨拶

暦の上では春とはいえ、真冬の寒さが続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。
 平素は格段のご愛顧を賜り、厚くお礼申し上げます。

本年、弊社は創立 10 周年を迎えることになりました。設置件数 1000 件、売上は設立年の 2 倍の 6 億円と成長しております。これもひとえに、私達を支えて下さるお客様のご愛顧とご支援の賜物と感謝しております。

これを機に、弊社一同初心に戻って社業に精一杯の努力を傾ける所存でございます。

10 年という大きな節目を迎え、今後も従業員一同、更なる努力をしていきますので、皆様には引き続き、ご支援ご厚誼を賜りますよう、お願い申し上げます。

代表取締役 塚原 富久



花粉症対策 ~食事編~

いよいよ花粉シーズン到来です・・・花粉症の方にとってはつらい日々。
 食生活を少し見直してこの憂鬱な時季を乗り越えましょう。
 ストレスがたまっては意味がありませんので、あまり神経質にならずできることから始めましょう。

○良い食生活

- ◆ 炭水化物はご飯中心で。
 (パンは週 1 回までとし、菓子パンは避ける)
- ◆ タンパク質は肉魚大豆を 1 食 50g 程度。
- ◆ 野菜は赤白緑全色取り入れ、温野菜と生野菜をバランスよく。
- ◆ 揚げ物は避ける。
- ◆ 卵は 3 日に一度位に。
- ◆ 昔ながらの和食が理想的。

×良くないと言われている食生活

- ◆ 加工食品・インスタント食品など食品添加物を多く含む食品。
- ◆ 高タンパク・高脂肪な欧米型の食事。
- ◆ 辛い物・アルコールなどの刺激物。
- ◆ 水分の摂り過ぎ。

◎積極的に摂りたい食品

- ポリフェノールには強い抗酸化作用があり老化や健康を害する活性酵素を除去する働きがあります。
- ◆ 赤ワイン・お茶・大豆・そば・玉ねぎ・コーヒーには多く含まれています。



お客様ご紹介コーナー



今回ご紹介させていただきますのは、富士河口湖町にお住まいの M 様です。

M 様は、奥河口湖畔で『足和田ホテル』を経営され、一年を通して忙しい毎日を過ごしていらっしゃいます。

昨年 (平成 24 年) 当社に於いて、ご自宅に太陽光発電システム 5.18kw を設置していただいた M 様。そして今年 1 月、経営なさって

います『足和田ホテル』に太陽光発電システム 47.92kw を設置していただきました。電気料金値上げや全量買取制度が始まった事がきっかけとなり、高額な電気代支払いの足しに少しでもなればとの思いから、今回のシステム設置に至ったそうです。「社会貢献になりますよね。日当たりの良い屋根には是非設置を・・・決断力が大事です！」とご主人。

ホテル業のため節約はなかなか難しい中、電気スイッチ ON/OFF の切替えを徹底し、近々には館内の照明を全て LED に変える予定だそうです。社員全員で節約意識を持ち、実践なさっています。



自然豊かな『足和田ホテル』・・・目前の富士山と河口湖が四季折々の表情で迎えてくれます。この大地の恵みが日々の疲れをきっと癒してくれることでしょう。館内には、ダンスフロアが完備。衣装等ダンス用品も充実し、月に 1 度はダンスパーティーも開催しています。(東京など遠方のお客様からの予約や、老人クラブのダンスパーティーもあるそうです)

ホテル専用バス送迎無料 (関東圏域) です。

お日様通信をご覧下さいました方への“特別プラン”割引券を同封いたしました♪ご予約の際に「環境エンジニアからの割引券があります！」とお申し出下さい。

富士箱根国立公園・奥河口湖

足和田ホテル

山梨県南都留郡富士河口湖町長浜 395
 TEL 0555-82-2321 / FAX 0555-82-2548
<http://www.asiwadahotel.co.jp/>

