

余った「お餅」で アレンジレシピ

お正月、とんどの後で、お餅が余ってませんか!?

～ちょっとしたおやつに～

みはらいふ1月号は
ホームページで!
中川広告 検索

みはらいふ

1 ちょっとしたおやつに チーズパン

【材料】
餅 2つ
豆乳 70ml
ホットケーキミックス 100g
ピザ用チーズ 80g
塩 小さじ1/4
オリーブオイル 大さじ1と1/2

- 餅を2cmの角切りにし豆乳と一緒にふんわりラップをして電子レンジ(600w)で3分加熱してよく混ぜる。
- ①にホットケーキミックス・オリーブオイル・ピザ用チーズ・塩を加えて、全体がまとまるまで混ぜる。
- アルミホイルを広げて、オリーブオイルを塗り、②を12等分に手で丸めてアルミホイルの上に並べてオーブントースターで焼き色がついてふんわりするまで5～8分焼いて完成!

2 あったかいぷりん

【材料】
餅 1つ
水 小さじ1
砂糖 小さじ1
卵 1個
きび糖または砂糖 15g
牛乳 200ml
バニラエッセンス 少々
カラメル・黒蜜 お好みで

- お餅をピーラーで薄くスライスし、ボールに入れて水・砂糖をからめる。
- ①を耐熱カップに等分に入れる。
- 別のボウルに卵・きび糖または砂糖をしっかり溶き、混ぜる。
- 牛乳を煮立つ直前まであたため、③の中に入れる。
- ④の中へバニラエッセンスを入れ、ざるでこし②の容器へ等分に入れスプーンで上にある泡をすくい取る。
- キッチンペーパーを二重にしてその上にラップをし、蒸す。
- お好みでカラメル・黒蜜をかけて完成!

中国国家認定 気功師が
全身をじっくりほぐして痛みを消します。

体調不良は気功療法で改善します

広告見た方 初回のみ **2,500円**

施術時間 9:00～20:00
施術費 60分程度 3,500円
定休日 金曜日
土・日・祭日も営業しています

中国気功整体 本郷
三原市本郷南1丁目24-26

中国公式資格 中国医師(中気功師)福田 本郷団地内 西端 中央

TEL **86-4402** (0848)
詳しくはホームページ <http://seitai-hongo.com/>

一人と人の関わりを大切に親切・丁寧な塗装屋さんです。

外壁塗装・屋根塗装のことなら、エムズコートにお任せください!!

塗装をつうじて笑顔をとどけます

01 “綿密な打ち合わせ” 人と人の信頼関係を大切にしています

02 20年、30年以上の経験と実績のある塗装工場のプロフェッショナルが“快適な家に生まれ変わらせる工事”をします

03 広島県内・全国で数々の実績。代表が直接打ち合わせ・施工します。

笑顔をとどける塗装店 〒723-0046 広島県三原市明神1丁目4-13
M's Coat TEL:0848-36-5214
(株)エムズコート 広島県知事許可(般-2)第39584号

金・プラチナ 相場上昇中! **金相場過去最高**

2024.10.31現在 金かどうか分からない場合も無料で査定致します。

K18喜平 買取実績 330,000円
K24コイン 買取実績 73,000円
K18アクセサリ 買取実績 53,000円
K24印台リング 買取実績 60,000円

50度数 1枚 320円
105度数 1枚 640円 で買取!

ブランドウイスキーなど

ゲーム機等 高価買取致します!!

壊れていてもOK!

デジタルカメラ 高価買取中!!

壊れていても買取致します。

処分にお困りの壊れた パソコン 無料回収中!!
エアコン・自転車 無料回収!!
バッテリー・工具等 無料回収!!

ライター 高価買取中!!

買取専門 出張買取承ります

リサイクルマート フジグラン三原店

TEL **0848-38-7702**

三原市一町一丁目1番7号 フジグラン三原店内2F

営業時間 M9:00～P8:00

リサイクルマート 三原 検索

新年の目玉! 新古車ラインナップ! 大特価SALEしてます!

超目玉!! プラドTX レパッケージ 528万円

超目玉!! プリウスE 125万円

超目玉!! スペーシアカスタムHV Xスターボ 230万円

超目玉!! N-BOX 178万円

超目玉!! ムーヴキャンバス ストライプS 175万円

超目玉!! スペーシアカスタムXS 155万円

超目玉!! ワゴンR HV FX 69万円

超目玉!! ムーヴカスタムX SAI 49万円

中国運輸局長指定 民間車検工場

スズキ 副代理店

ダイハツ ベストピット店

和幸 車検の和幸 TEL(0848)60-2200 FAX(0848)60-2244

CAR BODY カーボディー イニシャル K TEL(0848)60-2700 FAX(0848)60-2244

CAR K&N カースケイアンドエヌ (有)ケイアンドエヌ 三原市宮浦 TEL(0848)67-7788

中川広告の
みはらいふプレゼントで
当たって観てきました!!

お写真ありがとうございました!

JACOB KOLLER
ジェイコブ・コラー
クリスマス ジャズピアノライブ
(プログラム)
ルパン三世のテーマ78
いとしのエリー ほか
※当日により曲目が変更になる場合がございます。

館町 Y.Yさん

思い出の宝くじおしゃべり音楽館
映画音楽の名曲の数々を
贅沢なオーケストラ演奏でお届け!

スクリーンミュージック

4歳以上
から
入場できます

トーク&ナビゲーター
春風亭小朝 島田歌穂 小原孝

ニュー・シネマ・パラダイス ピンキオより「星に願いを」 魅惑のワルツ ライムライト
風と共に去りぬより「タラのテーマ」 サウンド・オブ・ミュージックメドレー 渚のアテリーヌ 他 (予定)

読者プレゼント
ペア1組2名様

2025年
3月9日(日)
開演14:00 (開場13:15)

【全席指定(税込)】
一般 2,500円
高校生以下 1,500円

三原市芸術文化センター
ポポロ
☎(0848)81-0886

肩こり!
疲労!
腰痛!
等の症状に
※送迎可

家まで行きます!

出張整体 かいてき

ホームページ <https://www.kaiteki-seitai.jp/>

手もみマッサージ

※50分/(出張費込み) 予約制 駐車場あり

4,000円 定休日/月曜日 受付/9:30~20:00 担当/カミダ

2人以上40分3,000円(遠方を除く)
同じ場所、17:00まで 詳しくはまで

ご来店時には必ずお電話でご予約ください
(※非通知設定の方は受付ていません。)

携帯 090-1186-9301

当店

時広ランプ
三原バイパス

道の駅
神明の里

三原駅

糸崎駅

糸崎2丁目

GS

三原市糸崎3-20-18

読者プレゼント
1月号

ポポロ チケット
ペア1組2名様

【応募方法】ハガキかEメールにて
①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥当紙へのご意見・ご感想
⑦ご希望の商品(A)をご記入の上、下記までお送り下さい。
⑧の応募条件/当日の会場にて顔写真をみはらいふ・すばいすへのご掲載許可を頂ける方のみです。

【応募先】
ハガキ>〒723-0064 三原市西宮2-9-27
三原郵便局私書箱50号「みはらいふプレゼント」係
Eメール>info@nakagawa-koukoku.com
メール件名に「みはらいふプレゼント応募」と入力して下さい。

【応募締切】1月31日必着 ※当選者名は次号にインシャルで発表致します。
●R6年12月号当選者発表
■ポポロ0からのクラシック(中之町K・Y様/八幡町N・K様/宮浦C・T様)

天吉テイクアウトメニュー (価格変更・税込)

●刺身弁当 (消費期限2時間) ... 2,050円	●とり天井 ... 1,300円
●海鮮丼 (消費期限2時間) 1,400円	●たこ天井(瀬戸内産) ... 1,650円
●釜めし弁当 (とり、えび、山菜) 1,450円 (+200円で穴子の鯛かとり・えび・穴子が入ったミックスが牛肉が仕様に変更可)	●うな重 ... 1,600円
●エビフライ弁当 ... 1,200円	●特上うな重(特上鰻一匹) ... 3,150円
●からあげ弁当 ... 1,200円	●とり唐揚 単品 ... 1,300円
●チキンかつ弁当 ... 1,200円	●たこ天 単品 ... 1,550円
●天井 ... 1,050円	●かきフライ弁当 ... 1,450円
●親子丼 ... 1,020円	●かき天井 ... 1,500円

季節物 (11月~3月)

天吉 慶弔各種・仕出し御予約承り中
三原市南方3丁目4-12 パート・アルバイト募集中
☎(0848)86-2477 定休日/月曜日・火曜日(祝祭日は昼のみ営業)

2/2(日) 恵方巻ご予約承り中!

1本 800円 牛巻き 1,000円
海鮮巻き 1,700円 うなぎ巻き 1,200円

配達できません。店頭渡しのみです。

通勤 通学 用自転車好評発売中!!

今年も好評の
安心3年間

※充実のアフターサービス徹底サポート!!

3年間のパンク修理 無料!! 安全点検 無料!!

台数限定
アフターサービス付き
自転車をご用意
しております。

市内出張費 無料!! 部品交換をしない修理 無料!!

当店のマーク付き自転車は、三原市内は出張費無料!
自宅などに取りに行き、修理後、自宅や学校などご希望の場所までお届けします!

中学校通学自転車 電動自転車予約受付中!!

自宅などに取りに行き、修理後、自宅や学校など
ご希望の場所までお届けします。

忠海~尾道駅
出張OK

ずーっと乗るモノだから
安心のプロショップへ!!

修理受付
LINEからも
OK!

大切な自転車は満足のアフターと信頼の二輪車専門店
岡本自転車店
ユーショップ 岡本 宮浦2丁目2-21 (ポポロ横) TEL0848-67-6444

石焼ガーリックビビンバ

自家製
ガーリックバターを
使用した
人気商品!!

830円
(税込913円)

大福 三原店
営業時間
平日 11:00~15:00 (L.O.14:30)
17:00~22:00 (L.O.21:30)
土日祝 11:00~22:30 (L.O.22:00)

ご注文・お問い合わせは
☎(0848)67-8929

三原市円一町11-17 (フジグラン 別棟)

共楽堂の
柿中柚香

あんぽ柿の中に
「ゆず」や「すだち」が香る
さっぱりとした柚子あんを
詰めました

3個入 1,620円 (税込)
6個入 3,240円 (税込)

今が旬のお菓子たちをどうぞ!!

広島チョコラ

広島を代表するお土産の定番

4個入 648円 (税込)
8個入 1,296円 (税込)

和洋菓子
製造販売

工場/三原市皆実2丁目6-10 ☎0848-62-2838
イオン店/三原市城町2丁目13-1 ☎080-3081-5402

(有)共楽堂 定休日/イオン店・年中無休