

目に良い食材でカンタン料理講座

寒い冬にピッタリ!ミキサーいらずの簡単レシピ
「にんじんのポタージュ」をご紹介します★



眼の角膜・結膜を保護する
ビタミンAとβカロテンを含む
にんじん、高血圧や
糖尿病予防に効果のある
たまねぎを
豊富に使います!



材料
(3人分)

●にんじん 2本
●バター 30g

●たまねぎ 1個
●生クリーム 50cc

●牛乳 300cc
●市販のコンソメキューブ 2個

1. 温めた鍋にバターを溶かします。
2. たまねぎはみじん切り、にんじんはすりおろします。
3. たまねぎとにんじんを、1.の鍋でバターと一緒に炒めます。
4. 牛乳を流し込み弱火で煮込みます。
5. 沸騰する直前に火を止め、コンソメキューブで味付け、生クリームを加えてなめらかに仕上げて完成!

にんじんを思い切って
使い切るので材料が
余りがちなひとり暮らしに
オススメです♪
ひとり暮らし7年目の
池田社員がお伝えしました!



ボンジョルノ内田の 東習志野ヨーカドー前店 お店訪問



広くて入りやすい店内にはお求めやすいフレームはもちろん、人気ブランドフレーム・高機能フレームなどを数多く取り揃えています。東習志野ヨーカ堂前店ではLINE@を始めましたとの事。友だち登録すればイイことあるかも



店長:鈴木 伸行(ススキ ノブユキ)

【お店のPR】

東習志野ヨーカ堂前店は店名通りイトーヨーカ堂さんの前に店舗がございます。お買い物ついでに調査やクリーニングは勿論、眼鏡をお作りしてお渡しする事もできます!



スタッフ:若狭 智宏(ワカサトモヒロ)

【私の健康法】

5階に住んでいますが、いつも階段を使ってます!
【私のオススメ!】
ルテイン効果で眼の疲れを和らげる、サプリクリップ。お持ちの眼鏡に簡単に取り付けることが出来ます!!



スタッフ:夏井 初(ナツイ ハジメ)

【休日の過ごし方】

心地よい朝寝坊をして英気を養っています!
【私のオススメ!】
好みに合わせて選べる豊富な品揃え!お洒落なデザインで静かな聴こえの小型軽量補聴器を是非お試し下さい。

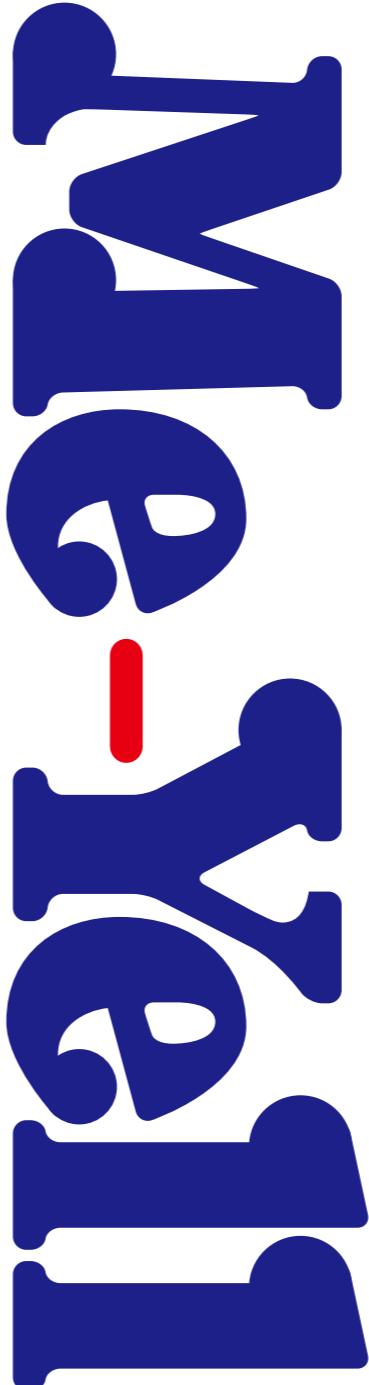


スタッフ:福田 純子(フクダ ジュンコ)

【マイブーム】

ピンク色のチューリップを育て始めました!
【私のオススメ!】
眼鏡だと目が小さく見えてしまうとお悩みの方!!サークルレンズなら素顔より大きな瞳に★たくさん種類から一緒にお選びいたします!

メガネハット



ご愛用の
メガネの写真
大募集



応募要領・応募規約

デジタルデータまたはプリントされた写真でご応募ください。
作品は発送されるか、メガネハット各店までお持ちください。
発送先
〒286-0036 千葉県成田市加良部6-5-2

「株式会社アーバン メガネハットニュースレター写真係」までお願いいたします。

写真の撮影や応募に際しての写真の送信に関する費用は応募者のご負担とさせていただきます。応募された写真は、返却いたしませんのでご了承ください。写真は肖像権やプライバシーなどを侵害していないものに限らせていただきます。応募作品に関連して法律上の問題が生じた場合は、その一切を応募者の責任および負担において解決するものとします。応募された写真は、本誌に掲載し、その他次項に定める利用をするために必要な一切の許可・承認が得られているものとみなします。撮影は地域ごとのルール、マナーなどに十分注意して行ってください。

ご自由にお持ち帰り下さい

第12号

発行年月:平成28年3月号



「スポーツストライク
でゴーグル



水戸市在住の
H.N様

たくさんのご応募ありがとうございました。今回掲載できなかった優良作品もメガネハットHPにて掲載させていただきます。
スマートフォン・PCよりアクセス可能です。メガネハットで検索か右記URLにアクセス☆ <http://www.meganehut.com>



英会話教室

サンセットイングリッシュアカデミー開校!!



短期間であなたの英語力を徹底的に伸ばす。
サンセットイングリッシュアカデミー

開校記念!オープニングキャンペーン実施中! 入学金0円 レッスン料金20%OFF

1日8時間マンツーマンレッスン

24,000円 → 19,200円

マンツーマンレッスン

海外留学と比較して安全

一人ひとりに合わせたカリキュラム

明るくて笑顔が素敵な講師陣をご紹介



リザ先生
文法、発音、ライティングなど担当



ミッセル先生
ビジネス英語、資格試験など担当



リーナ先生
会話、プレゼンテーションなど担当

アクセス

〒294-0047千葉県館山市八幡822



My style English!



▶ONE to ONE◀
国内留学
英会話 School

サンセット イングリッシュ アカデミー
受付時間 10:00~18:00 Tel. 0470-23-1900

お問い合わせ担当 蛭田佳世子
support@sunset-english.jp
詳しい情報はHPにアクセス☆
<http://sunset-english.jp>



海外で見た! 小売業最前線 メガネハット ~渡米日記2016~

第1回 メガネハット、アメリカの地に立つ

はじめまして!メガネハットの粟田(あわだ)と申します。突然のコーナーではあります
が、実はメガネハットでは“アメリカ流通視察研修”なるものを行って
いるのです!!今年は8回目の視察となり、山本社長はじめ総勢18名が参加しました。

なぜアメリカなのか?

アメリカは名実共に世界経済の中心!日本にもアメリカ発祥のお店やサービスは様々
ありますね。そして今も日々新しい事象が発生しています!



“アメリカの変化を実際に体験して メガネハットも、もっと変わっていこう”

そういう理由で世界最先端のお店やサービスを
学びに来ました



今回は研修の説明で終わってしまいましたが…
次回からはもっと詳細をお届けしますね



初めまして☆新入社員の萱森(かやもり)です(門)☆

眼鏡屋一年生奮闘記



皆さん初めまして!!新入社員の萱森です。
最近は昼夜の気温差が激しいですが、皆さん体調は崩
されていませんか?この時期を元気よく乗り切る秘
訣は“よく食べてよく寝ること”だと思います♪私は食
べることが大好きなのですが、最近はつい食べ過ぎて
しまい、周りの人からポツコリお腹を指摘されることも
しばしば…(^_^\n)沢山食べた分しっかり働いてエネルギーに替えていきたいと思います!!

時間が経つのは早いもので、入社してから1年を迎
えようとしています。

最近は補聴器について勉強しています。クリーニ
ングはもちろん、聴力測定・調整・商品知識など、覚
えることが多いです。お客様の“聞こえ”に役立
てるような一人前になれるように精一杯頑張ります!

来春からまた新たに後輩たちが入社しますので、お手本になれるように身も心も引き締めて努力していきたいと思います!

次の代の新入社員共々、応援の程よろしくお願
いします。

