

あなたのでんき限定 レシピを楽しむおトククーポン

夏の簡単レシピ 納豆豆腐のまぜそば 542kcal!

- 材料 (2人分)**
- 納豆……1パック
 - 木綿豆腐…1/2丁
 - 蒸し焼きそば…2玉
 - ④長ネギ10cm
 - ④ニンニク、ショウガ…各1片
 - ごま油……大さじ2
 - 豆板醤……大さじ1
 - ⑤酒、しょうゆ(または「納豆のたれ」、砂糖、オイスターソース…各小さじ2
 - ⑥ニラ…1/2束(細かく刻んでおく)
 - ⑥鰹節、もみ海苔適量
 - ⑥卵黄……2個

- 作り方**
- 豆腐はキッチンペーパーに包み、しっかり水切りしておく。④はみじん切りにしておく。
 - フライパンにごま油(大さじ1)と豆板醤を入れて熱し、香りがでたら④を炒め、次いで豆腐を崩しながら加えて炒め、⑤と納豆を加えて混ぜ合わせる。
 - 耐熱ボウルに麺を入れてラップをふんわりとかけ、電子レンジ(600w)で3分ほど加熱して取り出し、残りのごま油をまぶして、麺をほぐしておく。
 - お皿に麺を盛り、②、③をのせる。



麺と具材をよく混ぜて食べてください!



料理監修
料理研究家・管理栄養士
坂下 美樹先生

あなたのでんき

夏の簡単レシピ 納豆豆腐のまぜそば



2022年9月30日(金)まで開催中!

2022 エアコンキャンペーン

対象機器ご購入のお客さまの中から
抽選で500名さまにグルメ カタログギフト

5,000円相当プレゼント!

2022年12月20日(※)まで受付中!

ほくでんガス お友達紹介キャンペーン

レシピや
ドライブを楽しむ
おトククーポン
付き
Seicomart



電気とガソリンも、電気と灯油も **セットでぐ〜んとおトクに!!**

エネモール会員募集中! 詳しくは

《ほくでん×道エネ》ガソリンが最大11円/ℓおトクに!



エネモール会員 **限定** おトククーポン 何度でも使える

Seicomart
Secoma

絹ごし豆腐/もめん豆腐
(各300g)



1点につき
お支払い
金額から **各10円引き** 複数OK

エネモールでレシピに使える
おトククーポン配信中!

ほくでん エネモール
Ene Mall
登録料・年会費 無料



※こちらのクーポンはサンプルです。
実際のクーポンは「エネモール」Web
サイトから入手してお使いください。



詳しくは



便利でお得な
セイコーマートアプリも!



ほくでんネットワーク

LINEで
停電情報をお知らせします!

お客さまにご登録いただいた
地域で停電が発生・解消した際に、
自動的にメッセージを配信します。



30秒で
かんたん
登録!

LINE公式アカウント
「ほくでんネットワーク」からご登録ください



停電情報自動応答専用ダイヤル

自動音声で停電の有無などについてご案内しています。

フリーコール **0120-165-597** (24時間対応)



発行 北海道電力株式会社 販売推進部
〒060-8677
札幌市中央区大通東1丁目2番地
ホームページ www.hepc.co.jp

私たちは応援します。



ウポポイ
NATIONAL AINU MUSEUM and PARK
民族共生象徴空間



2022 期間中に対象の機器をご購入されたお客さまの中から抽選でプレゼント!

エアコン キャンペーン



2022年
4/25(月)▶9/30(金)まで

抽選で
500名
さま
グルメ カタログギフト
5,000円相当
プレゼント!

さらに
チャンス!
抽選で
2,000名
さま
グルメカタログギフトに当選されなかった方の中から
オリジナルQUOカード
500円分プレゼント!



ほくでんガス ほくでんガスへの切り替えをご検討いただける
道央圏で都市ガスをご利用のお友達をご紹介ください!

お友達紹介キャンペーン

受付期間 2022年12月20日(火)まで

あなたにも! お友達にも!

2,000円分ずつ
QUOカードPayをプレゼント!!

※書面でお申込みの場合は、QUOカードとなります。

たとえば!
お友達どうして紹介しあうと...**総額8,000円!**

美味しい
食事!
2,000円 紹介 2,000円
2,000円 紹介 2,000円
楽しい
ひとときに!

ご紹介いただける人数に**上限はありません!** 詳細はこちらから▶

お問い合わせは ▶ ほくでんサービス(株)札幌支店
0120-980-323 受付時間/平日9:00~17:00 (土日祝日は除く)



キャンペーン対象機器

暖冷房 エアコン



対象メーカー

- コロナ ●シャープ ●ダイキン工業 ●東芝 ●パナソニック
- 日立 ●富士通ゼネラル ●三菱重工 ●三菱電機

※三相タイプ、冷房専用機種、冷風機は除きます。

応募要項

応募対象 キャンペーン期間中《2022年4月25日(月)~9月30日(金)》に、対象機器をご購入いただいたお客さま。
※既築住宅に設置されるお客さまに限ります(新築住宅は対象外といたします)。
※エアコンのご購入者が実際のご使用者かつ北海道にお住まいの方に限ります。

応募方法 対象機器をご購入時に販売店より専用申込み用紙を受け取りいただき、インターネットまたは専用応募ハガキでご応募ください。インターネットでご応募いただく場合は、専用申込み用紙に記載している応募フォームにアクセスいただき必要事項をご入力ください。専用応募ハガキでご応募いただく場合は、専用申込み用紙に添付の専用応募ハガキに必要事項をご記入ください。期間中のお申込みは、購入者1名さまにつき1回限り(複数台ご購入のお客さまについても1回)とさせていただきます。なお、「お名前」、「ご住所」、「お電話番号」、「ご購入したエアコンの「メーカー」、「型式」、「ご購入日」、「ご購入店舗名」の記入がないものは無効とさせていただきます。

応募締切 ●インターネット 2022年10月14日(金) ●ハガキ 2022年10月14日(金)当日消印有効

当選発表 応募期間終了後、厳正なる抽選の上、2022年11月末までに賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

気になる電気料金はエアコン用プランでおトクに!

夏季の冷房・除湿用としてご使用のお客さまにおすすめ!

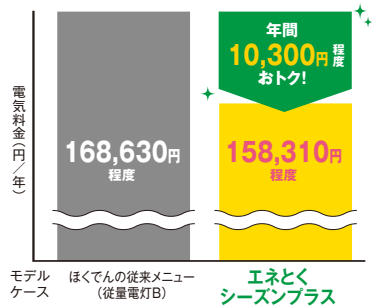
エネとくシーズンプラス

月々の電気料金が少ない月で11,000円、多い月で18,000円程度のご家庭では、

年間10,300円程度おトクに!

【試算条件】従量電灯B、40A、4,644kWh/年の場合(エアコン容量:1kW、エアコン使用量:372kWh/年)

こちらで
試算も
できます。



お問い合わせは ▶ ほくでんお客さま相談センター

0120-956-688

または ▶ ほくでんサービス株式会社 各支店 営業課

受付時間/平日9:00~17:00(土日祝日は除く)

北海道の電化情報ポータルサイトでも

でんポタ でんポタ

詳しい情報がご覧いただけます。



離れて暮らすご家族も
首都圏の電気も
ほくでんにおまかせください!

お引越先でも



お届けエリア:東京、神奈川、埼玉、千葉、栃木、茨城、群馬、山梨、静岡(富士川以東)

「北海道ベーシックプラン」なら
東京電力エナジーパートナーよりも**おトク!**

※従量電灯B・Cとの比較

新規ご契約で
基本料金20% **10ヵ月間** 割引!!

ご契約1年後から
毎年もれなく**道産品**をプレゼント!

「料金が安く、道産品までもらえるのはうれしい」とお喜びの声ぞくぞく!



長沼ジンギスカン

サッポロビールクラシック

富良野のスープカレー

など、5つの商品から、お選びいただけます!

「北海道ベーシックプラン」の詳細はこちらから!

