



Photo : Tさん

## ■ 2月の写真 「海月」

※読者の方からの投稿です。ご提供いただき、誠にありがとうございます。

## ・コラム

## サンタクロースになりたい！

きっかけは、最近はまっているポッドキャストで聴いた、「今なら、自分で自分のサンタクロースになれる」という言葉でした。もし自分がサンタクロースになったら、何を贈るだろう?誰かへのプレゼントだけでなく、未来の自分にちょっとした贈り物を用意するのも、素敵なものですね。そこで今年は、ウイッシュリスト(欲しいものや叶えたいことを書き出すリスト)を書き始めました。欲しいものだけじゃなくて、挑戦してみたいことやこれまでなんとなく先延ばしにしてしまっていた行動もリストに追加。クリスマスには、初の金沢旅行に行ってみた私や、スマホ料金を見直した私がプレゼントできていたらいいな~なんて思っています。年末に答え合わせするのが今から楽しみです!

「今月の写真」投稿フォームは[こちら](#)

メルマガ担当 A

◆ひつじ雲アンケート調査!  
教えて!みんなの「春メロ」!

## ▶ 「春になると聴きたくなる曲」はありますか…?

今回は、「春になると聴きたくなる曲」に関してのご意見を募集します。

春は新しい出会いやスタートの季節だったり、気分も自然と前を向きたくなる時期ですね。心が軽くなるようなメロディや、新しい季節に背中を押してくれる歌詞の曲など、春になると浮かぶ曲について、ぜひ教えてください!

2分程度でどなたにもご回答いただけますので、お気軽にご回答ください!

調査結果は、来月のひつじ雲に掲載予定です!お楽しみに!

※1 抽選にご参加の場合は、アンケートフォームで忘れずに発送先住所と氏名をご記入ください。

※2 抽選対象は、期間内に本アンケートにご参加いただいたお客様となります。

※3 当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

※4 副賞のアクリルキーホルダーの種類はお選びいただけませんので、ご了承ください。



▼ ご回答いただいた方に、感謝を込めて…!

## 抽選でプレゼント!

特賞:  
イコボぬいぐるみ  
3名さま副賞:  
イコボアクリルキーホルダー  
10名さま

## アンケートの回答はこちらから!

右の二次元コードを読み取るか、下記のURLへアクセスしてください。 ● アンケート回答締め切り: 2026 / 2/ 26 (金) 18:00まで

<https://forms.office.com/r/hSjdSd4Tn1>

◆適当でOK!簡単!おいしい! バレンタインれしご

手軽に作れるバレンタインれしごを… 次ページで紹介しています!



## ■ 今月のメニュー

01. チキンステーキ~ブラウンソースがけ~
02. キャラメルプリン風
03. ひとくちチョコバナナ

◆適当でOK！簡単！おいしい！

## バレンタイン れしひ



忙しい毎日でも簡単に作れるスイーツや料理をマスターして、おうちで特別なひとときを過ごしてみませんか？

今回は、すぐにチャレンジできる、

バレンタインレシピをご紹介！是非お試しください！

*Easy & tasty recipes within a short time \*\**

### 材料 1人分

・卵	1個
・牛乳	100ml
・砂糖	大さじ2
・市販のキャラメルソースやはちみつ	適量

### 作り方

- マグカップの中で卵を溶き、牛乳と砂糖を加えてよく混ぜる  
ラップをふんわりかけ、電子レンジ（500W）で約2分加熱  
\* 加熱時間は様子を見ながら
- 粗熱を取ったら、キャラメルソースやハチミツをかけて完成



ひとつくちチョコバナナ



チョコレートの隠し味がポイント！  
チキンステーキ～ブラウンソースかけ～

### 材料 1人分

・バナナ	1本
・チョコレート	1枚(50g)
・トッピング	好み
〈用意が必要なもの〉	
・ピック	
・クッキングシート	

### 作り方

- バナナを一口サイズの輪切りにすして、クッキングペーパーの上に並べる
- 板チョコを耐熱容器に入れ、電子レンジで溶かす。\* 加熱時間は様子を見ながら
- 溶かしたチョコをバナナに均等にかける
- トッピングをまぶして、串を刺したら、完成！

### 材料 2人分

・鶏もも肉	2枚
・塩こしょう	3個
・小麦粉	適量
〈ブラウンソース〉	
・赤ワイン	50ml
★ウスターーソース	大さじ2
★はちみつ	大さじ1
★ダークチョコレート	5g程度

### 作り方

- 鶏もも肉に塩こしょうをふり、薄く小麦粉をまぶして焼く  
皮目がパリッと焼けたら裏返して中火でじっくり火を通す
- 別の鍋で赤ワインを煮詰める  
★を入れて溶かし、ソースを作る
- 焼きあがったチキンにソースをかけ、付け合せの野菜を添えて完成！

日本トムソン株式会社



■ホームページ  
<https://www.ikont.co.jp/>



■お問い合わせ先  
<https://www.ikont.co.jp/ikohp/inquiry/index.html>