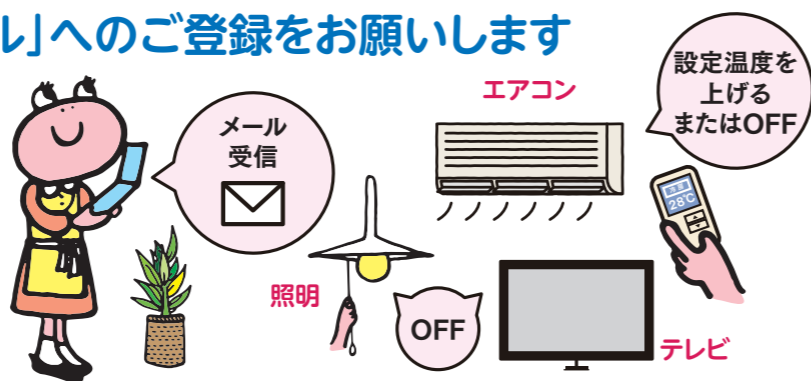


# 九州電力からのお知らせ

## 【緊急時の節電ご協力お願いメール】へのご登録をお願いします

電力の需給状況が大変厳しい見通しとなった場合、携帯電話やパソコンに「緊急時の節電ご協力お願いメール」を配信します。是非ご登録いただき、今夏の節電に、より一層のご協力をお願いします。



## 【CSR報告書2014】を発行しました

お客さまの関心が高い取り組みなどを掲載した「ダイジェスト」やイラストを多く使いながら、省エネ方法などもご紹介している「ブックレット」を冊子として発行しています。

当社ホームページから、[資料請求が可能](#)です。

ぜひ、ご覧ください



メールへのご登録やCSR報告書はコチラ



おいしく省エネ!

## ★電子レンジで 時短クッキング★

バターとローリエをプラスすることで、うま味がアップ!  
**ハヤシライス** | 調理時間 | 約20分(下準備除く)

### 材料(4人分)

- 牛肉(薄切り).....300g
- タマネギ.....2個(200g)
- エリンギ.....1本
- 塩.....小さじ1
- こしょう.....少々
- 小麦粉.....小さじ1
- バター.....大さじ1
- 生クリーム.....大さじ4
- パセリ(みじん切り).....少々
- ご飯.....茶碗4杯
- 市販デミグラスソース・1缶(295g)
- トマトケチャップ・大さじ3
- 赤ワイン.....200cc
- 砂糖.....小さじ2
- 醤油.....小さじ1
- ローリエ.....1枚

### 作り方

- 牛肉は塩・こしょうをして小麦粉をまぶす(一切れが大きければ2つに切る)。タマネギは縦に2等分し、幅1cmの半月切りに、エリンギはスライス。【省エネPOINT1をチェック】
- 耐熱ボウルに①を並べたら、Aを泡立て器で混ぜてかける。【省エネPOINT2をチェック】
- ラップをして約15分加熱する。フタを開け最後にバターを入れ、混ぜたら出来上がり。
- 器にご飯をよそい、③をかけて、軽く泡立てた生クリームをたらしてパセリをふりかけてどうぞ。

### 省エネPOINT1



材料を同じ大きさに切り揃えることで、均一に加熱でき、素早くおいしく仕上がります。

### 省エネPOINT2



材料の並べ方も重要。中央にタマネギとエリンギ、外側に火の通りにくい牛肉を並べましょう。

九州電力の思い

ずっと先まで、明るくしたい。

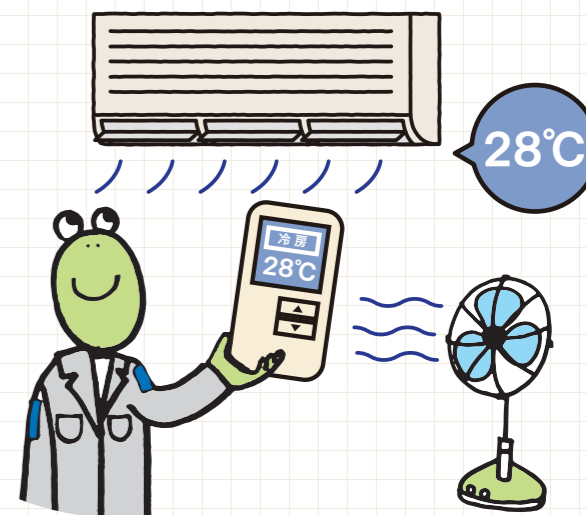
この思いをもとにさまざまな取り組みを行っています

最近の取り組みをご紹介します

## 今年の夏も節電へのご協力をお願いいたします

お客さま本部 総合企画グループ 北崎

暑くなると、つつい使う機会が増えるエアコンですが、夏の日中における電力消費の約6割をエアコンが占めているというデータもあります(在宅世帯の例)。エアコンの使い方を工夫することで、消費電力を抑え、省エネ・節約につながります。ぜひ、お試しください。



### エアコンの省エネpoint

- 温度設定は控えめにする(室温28°Cを心がける)
- 無理のない範囲でエアコンを消し、扇風機を使用する
- フィルターを月に1~2回清掃する

生活・健康や生産・経済活動に支障のない範囲で可能な限り、節電へのご協力をお願いします

省エネすることで、電気料金の節約にもなるね



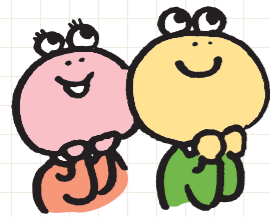
## 夏場のフル稼働に備え、限られた期間で徹底してメンテナンスしました

川内火力発電所 保守グループ 中山

川内火力発電所2号機では、3月中旬から6月までの約3ヶ月間、4年半ぶりとなる大規模な点検作業を行いました。

タービンやボイラーの内部など、運転中は開けることができない箇所も、破損した部分がないかチェックしたり、傷んだ部品を交換したりしました。

私たちにとって、この発電所は我が子も同然。我が子をいたわるような気持ちで、異常がないか慎重に点検しました。



長い間、ほとんど休まずに動いていたんだね



電力の消費が増える夏に備え、お客さまに安定して電気をお届けできるよう点検しました



## 1人前として、早く仕事を任せてもらえるよう1歩1歩昇っていきます

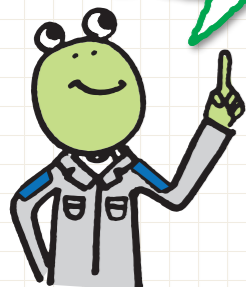
平成26年度 新入社員(電力輸送部門) 松岡

私は、電気を安定してお届けする業務に直接携わりたいという思いから、女性では珍しいですが、送電線や変電所の保全・運用などを担う電力輸送部門として今春入社しました。研修所では、安全の基本をはじめ、様々な知識を学びながら、実践的な現場作業の訓練も受けています。先日、高さ約20mの鉄塔に初めて昇る訓練がありました。不安や恐怖心を振り払い、「やるしかない」という気持ちで、何とか上まで昇ることができました。

男性に比べ、現場作業では体力的に遅れることがあるかもしれませんが、早く1人前になれるよう頑張ります。



電気のプロになるために、いろんな訓練を受けています



高い所でも平常心を保つには、訓練していくしかないもんね



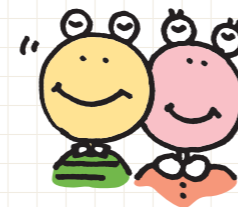
## 稚魚を放流することで河川を大切にすることを育んでいます

耳川水力整備事務所 防災・環境グループ 菊池

先日、地域の漁協の方々と協働で、地元の小学生に、アユ(1,000匹)やうなぎ(600匹)の稚魚放流を体験してもらいました。

子どもたちは「大きく育てて帰ってきてほしい」という思いを込めて、楽しそうに稚魚を放流し、元気に泳いでいく稚魚を、笑顔で見送っていました。

私たちは、耳川からの恵みを受ける者として、これからも耳川の環境保護に積極的に取り組んでいきます。



こういった体験ができると自然を大切に思うようになるね



当社では、環境月間の一環として、各地で様々な取り組みを行っています

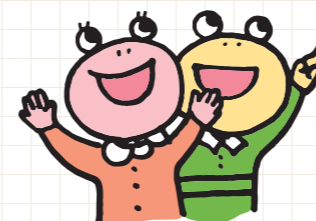


## バスケットボールを通じた子どもたちの育成に取り組んでいます

九州電力アーティサنز 坂本

先日、大牟田市でバスケ教室を開催し、約180名の中学生が参加してくれました。

子どもたちへ伝えることや、指導者の立場になって考えることは、とても良い勉強になります。また、子どもたちの表情から伝わってくる「バスケが大好き」という気持ちが、私たちの原点を思い出させてくれます。こういったバスケ教室は、年に数回しか開催できませんが、いつか子どもたちの可能性を咲かせることができればと思います。



実業団で日本一になったこともある強いチームなんだって～

九州電力アーティサنزは、九州電力グループで働く社員が活動するバスケットボールの実業団チームです

