

●●●アリさんからのお知らせ●●●

## 地域社会のみなさまのお役にたてれば嬉しいです！

献血などの社員ひとりひとりができる小さな社会貢献はもちろん、企業として持っている技術力・環境をフル活用し、地域密着型の企業として、これからも『私たちにできること』を考え、行動していきます。



液体窒素やドライアイスなどを使った実験教室はいつも好評です♪  
学年行事などで実施しています。



救命訓練を年1回実施しています。

小学校や保育園での実験教室

田島祇園祭りの前には、会場周辺の清掃をさせて頂いています。



年2回献血も続けています！



会津ガス本社（神指町）に夏と冬に献血車がやります。一般の方のご協力も大歓迎です！



★実験教室のお申込みはに関してはお気軽にお問合せください。

勝手にパワースポット！

## 第96回 - はぐろじんじゃ 羽黒神社

編集員が勝手に認定した「福島県のパワースポット」をご紹介します  
信じるかどうかはあなた次第！

羽黒神社は信夫山の頂上に鎮座しています。毎年2月10日、11日に開催される信夫三山暁参りでは、長さ12m・重さ2tの日本一の大わらじ(現在は片足分)を約100人で担ぎ上げて奉納します。江戸時代から400年以上に渡り受け継がれている行事です。また、奉納に合わせて「暁まいり 福男福女競走」も開催され、配布されたわらじを持った参加者が羽黒神社への参拝一番乗りを競います。8月のわらじ祭りでは、大わらじのもう片足分を奉納し合わせて一足(両足分)とすることで、より一層の健脚も祈願します。



3年続けて「暁参り」にお参りすると恋が成就すると言われてるよ！

■所在地：福島市御山谷8

2020年1月号

### ★アリさんの 難読地名クイズ！★

クイズの答え

お名前	【ペンネーム: _____】	必ずチェック ✓願います 当選及び投稿記事・ご意見掲載の場合名前・住所の □掲載OK □ペンネームでOK □掲載ダメ
ご住所	〒 _____	
TEL	( _____ ) - _____	年齢 _____ 歳

Q. 今回の「アリさんのおつかい」の記事で「なるほど」と思ったものを順番に3つお答え下さい。

- ①社員全員であいさつ
- ②アリさんの快適生活なじよ？
- ③おいしいお店はこちら！
- ④暮らしの雑学
- ⑤アリタ食堂
- ⑥アリさんの知恵の泉
- ⑦アリさんからのお知らせ
- ⑧勝手にパワースポット！
- ⑨アリさんの難読地名クイズ！

1	2	3
---	---	---

アリさんの 難読地名 クイズ！

福島県内の難読地名にチャレンジ！

この地名の読み方は？

## 『飯 寺』

葺名直盛氏が本光寺で飯を食べたことから「飯寺」という地名がつけられたといわれています。

A にいでら B めしでら

どちらの読み方が正しいか答えてね

<応募方法>左記のはがきに必要事項を明記し切り取って切手を貼らずにご応募下さい。FAX・E-mailで応募される方はご感想・ご意見もよろしくお願いします。正解者の中から5名様に【今回お邪魔したさとうや様併設カフェの木の葉様のお食事券1,000円分】をお届けします。  
応募締切は【2020年1月末日】です。

木の葉様お食事券1,000円分

おめでとうございます。

## 11月号当選者発表！

会津若松市神指町	PN:じゅんさんさま
会津若松市北会津町	PN:wakiaiaiさま
会津若松市一箕町	PN:ふみさま
喜多方市塩川町	PN:みいちゃんさま
会津若松市東千石	PN:黒ひげさま

11月号の問題  
「飯盛山」の読み方は？  
B.いいもりやまでした！

【Quoカード 1000円分】  
重宝しますよ！をお届けします

当社がお預かりしているお客様情報に関しましては、詳しくは当社のホームページ(<http://www.aizugas.com>)をご参照下さい。

会津ガスからの生活情報誌

# アリさんのおつかい

2020年1月号 Vol.298

今年もよろしくお願ひ致します





# ガス衣類乾燥機で家事を効率的に!



「今の時期なかなか洗濯物が乾かない…」という方も多いのでは? もっと家事をラクにしたい方にはガス衣類乾燥機がオススメです。洗濯にかかる時間を短縮できますよ。



5kgタイプ  
定価140,800円(税込)  
(部材・工事費別途)

お得なキャンペーンもございます。担当者までお問合せください!

## ガスのパワフル温風で乾燥時間短縮



## 洗濯物5kgの目安

ガス衣類乾燥機なら5kgの洗濯物も1時間弱で乾燥。電気式よりも短時間で済むので家事の時間を大幅に短縮できます。

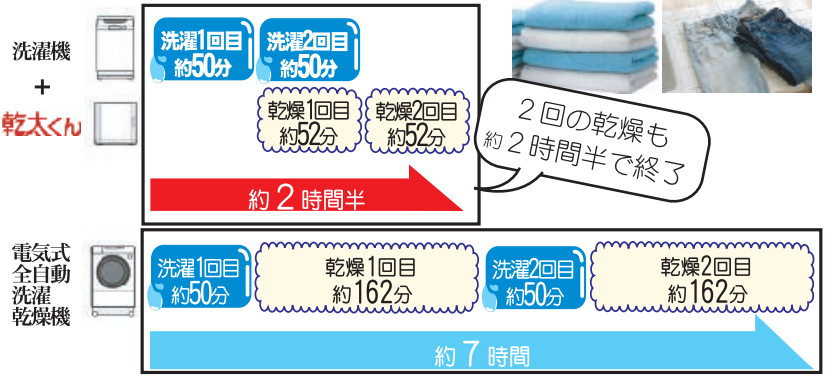


※生地や素材などで乾燥時間は違ってきます。

## 仕分け洗濯も効率よく!

例えば、洗濯を1日2回行う場合、ガス衣類乾燥機なら2回目の洗濯が終わる頃には1回目の乾燥が終了。仕分け洗濯や連続洗濯もラクに行えます。

## 乾燥時間の比較イメージ



## 暮らしの雑学

### 暖かく眠ろう

寒くなってくると、お布団に入っても体が暖まるまで時間がかかり、なかなか眠れなかったりしますよね。真冬も暖かく眠るためのちょっとした工夫をご紹介します。

- **お風呂は湯船に浸かる**  
▼シャワーだけで済ませたりせず、37℃~40℃のぬるめのお湯にゆっくり浸かると体の芯から温まります。しかし、湯上り後すぐに布団に入るのは体温が上がりすぎて逆効果。入浴後30分以上おきましょう。
- **寝具をちょっと工夫してみる**  
▼布団の中の熱の多くは下から逃げていきます。敷布団を2枚にしたり、敷布団の上にボアやフリース素材の敷きパッドを使うと、熱が逃げにくくなります。▼羽毛布団と毛布をかけて眠るときは、毛布を布団の上にしきましょう。羽毛布団を毛布で包むことで、羽毛の中の熱がより逃げにくくなります。ただし、羽毛がつぶれないよう、毛布は軽いものを使いましょう。▼窓や壁に近いと外の冷気を感じやすくなります。寢床は窓などから20~30cm以上離しましょう。
- **「首」を温める**  
▼「首・手首・足首」が冷えると寒く感じるため、寝巻は袖口や足首がすぼまっている方が、暖かく眠れます。また、レッグウォーマーやネックウォーマーを使うのも効果的です。▼靴下は素材によっては蒸れてしまい体温調節がうまくいけなくなる場合もあるので、注意が必要です。

## 食べて痩せる アリタ食堂 糖質制限のおかず

### カンタン! 美味しい 高野豆腐の肉巻き



#### 材料(約4人分)

- 高野豆腐...5枚 豚バラ肉...10枚
- 塩、こしょう...適量
- おろし生姜...小さじ2 ★水...100ml
- ★顆粒だし...小さじ1 ★醤油、みりん、砂糖...各大さじ2

高野豆腐に含まれる糖質は白米の1/20でタンパク質は卵のなんと約4倍! 脂肪の代謝を促す成分やコレステロールを低下させる成分、鉄分やカルシウム、ビタミンなども豊富に含まれる健康食品です!

- ①高野豆腐は50℃くらいのお湯※に10分ほどつけて戻す。(※熱湯と水を半々に)
- ②戻ったら1枚ずつ水に取り、押し洗いして濁りを取る。最後にしっかり押し水分を取る。
- ③高野豆腐を横長に置き、縦に4等分する。
- ④豚バラ肉に塩コショウし2等分する。それを1枚ずつ高野豆腐に巻く。
- ⑤巻き終わりを下にしてフライパンで焼く。転がしながら全面に焼き色を付ける。
- ⑥★を加えて転がしながらタレを絡める。煮詰まってきたら生姜を加えてひと混ぜして出来上がり。

## 会津ガスのお客様をご紹介

### おいしいお店はこちら!



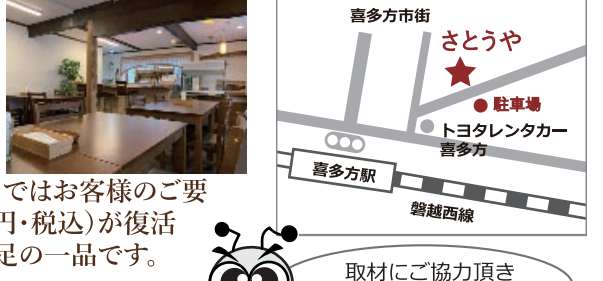
喜多方駅前にある「さとうや」は昭和20年に旅館として営業を始め、その後平成12年から料理屋になりました。風情ある和室でゆったりとお食事ができるお店です。最大50人が入る大広間と25人が入る中広間があり、歓送迎会やお食事・慶事の集まりにぴったりです。



◀「花籠膳」2,000円(税別)(要予約)  
新メニューの華やかなお膳で、ランチで頂けます。籠の中には天ぷらや焼き物、揚げ物、グラタン、キッシュ、甘味など和洋の料理がぎっしり! もちろん人気のお蕎麦が付いています。  
お食事・慶事のお膳は5,000円(税別)~▶  
会食・歓送迎会は2,500円(税別)~。いずれも人数とご予算に合わせて相談に乗って頂けます。



お膳にも付いている手打ち蕎麦は、地元こだわった喜多方熊倉産の蕎麦粉を使用した人気メニュー。鯉節、昆布、椎茸で丁寧にダシを取った蕎麦つゆが絶品です。生蕎麦はお持ち帰りも出来ます(前日まで要予約)。『さとうや』に併設のカフェ「木の葉」では、このお蕎麦がお手軽に頂けます。カフェはリニューアルして夜も営業するようになりました。『木の葉』ではお客様のご要望にお応えして、ランチタイムに「木の葉プレート」(1,500円・税込)が復活しました! 写真のプレートにお蕎麦とケーキが付く、大満足の一皿です。



〒966-0845 喜多方市字長内7820 駐車場有 TEL:0241-22-5211  
《さとうや》要予約・時間と営業曜日は応相談 《カフェ木の葉》定休日:毎週月・火曜 営業時間:11時半~14時、18時~

## 知恵の泉 日頃からできる節約術

新しい一年が始まりました! 今年もよろしくお願ひ致します。昨年10月から消費税もupしましたね。今回はガスのちょっとした節約方法をご紹介します。

寒い時期にはつい出しっぱなしにしてしまうシャワー。こまめにお湯を止めるよう心がけましょう。1分間で約10~12L節水でき、ガス代の節約にもつながります! ※洗いや歯磨きのときも気をつけましょう!

煮たり焼いたりする調理のときには蓋を使いましょう。早く温まります。中心部分がガラスタイプのものが中の食材が見えて便利です! いろいろなサイズに兼用できる蓋が売っていますので、1枚準備しておくとう便利です。

冷凍保存している食材は、事前に使う分を『冷蔵庫』で解凍しましょう。凍ったまま調理すると解けるのに時間がかかり、ガスを余計に使ってしまいます。 ※常温解凍は食品が傷みやすいので気をつけましょう。

皆さんが知っている「役立つ生活情報」を大募集! 【アリさんの知恵の泉】でご紹介させていただきます。アリさんのおつかい返信ハガキのフリースペースにご記入ください。

料金受取人払郵便 965-8790

会津若松局 承認 69

会津若松市神指町大字 南四台字才ノ神325-1

会津ガス株式会社  
アリさんのおつかい編集部 行

FREE SPACE  
会津ガスへの要望・ご意見など、なんでもご記入下さい。