

ガス器具(湯沸器、給湯器等)の施工には「液化石油ガス設備士」という資格が必要です。国家資格に合格し、知事から免状の交付を受けた者しか器具の設置を行うことはできません。

当社の施工担当者は全てこの免状をもっておりますので、安心してお任せ下さい!



### 災害に強く、備蓄も出来るLPガス

LPガスが「災害に強い」と言われる理由は『分散型』と呼ばれる供給形態にあります。1戸ごと個別に供給している為、配管などの点検や修理も短時間で済み、都市ガスや系統電力に比べて相対的に早く復旧することができます。また、通常の場合、容器が2本設置されており、1本目が切れても、2本目で1ヶ月以上ガスを使い続けることができます。(50kg容器×2本設置 月20m3ご利用の場合)そして、緊急時のエネルギー源として、避難所や仮設住宅等にも迅速に供給することができます。



## 勝手にパワースポット! -第103回- しょうほうじ 正法寺

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!

このお寺は「幽霊の墓」があることで知られています。本堂への参道の途中、無縁墓群の中にある「即心即佛」と彫られた墓碑がそうです。保科正之公の時代に、他家に嫁に出て間もなく亡くなってしまった娘がいました。娘は死の間際に実家の墓に葬って欲しいと懇願しましたが、聞き届けられず、婚家の墓に埋葬されました。その葬儀の日から、実家の菩提寺である正法寺の和尚の枕元に娘の幽霊が現れて「この寺に改葬して欲しい」と頼むようになったそうです。正法寺に改葬されると、幽霊は姿を現さなくなったそうです。



近藤勇のお墓が近くにあり、正法寺からも行けるよ!

■所在地：会津若松市東山町大字石山字天寧196

2020年8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もっと魚焼きグリルでお料理してみましよう
- ②アリさんの快適生活なじよ? ③ちょっとクラフト
- ④暮らしの雑学 ⑤アリタ食堂
- ⑥健康コラム 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?  
**『靈山』**

慈覚大師円仁が天竺の靈鷲山にちなんで「靈山寺」を開いた寺名に由来するといわれています。

A:りょうぜん B:れいざん

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致します。正解者の中から5名様に【雑貨佳趣】さんの【ならぬ手拭い】をお届けします。応募締切は【2020年8月末日】です。

おめでとうございます。  
**6月号当選者発表!**

会津若松市河東町	PN:T・Hさま
会津若松市天神町	PN:ぶちこさま
河沼郡会津坂下町	PN:たあちゃんさま
会津若松市門田町	PN:あずきみるくさま
会津若松市滝沢町	PN:あっこさま

6月号の問題  
「両竹」の読み方は?  
B.もろたけでした

【図書カード 1,000円分】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。

庫内温度は  
300℃以上!

魚焼きグリルは  
小さな『オーブン』

使わないのは  
もったいない!

【《魚焼き》グリル】と呼ばれるグリルですが、実は、お肉やお野菜をもっともっとおいしくする万能調理器具なんです。



- ①着火して20秒で300℃以上! 強い火力が短時間でパリッと仕上げる
- ②野菜は甘く、お肉はジューシーに 食材の栄養・うまみを逃がさない
- ③余分な脂を落としてヘルシーに!

### ★焼き鳥を魚焼きグリルで焼くと...



もも肉に味をつけ、様子を見ながら10分程度焼けば.....出来上がり。

それでも『使った後のお掃除が面倒』  
と思っている方に朗報!

最近の『魚焼きグリル』は 以前に比べてお掃除性も格段にアップ。グリル庫内で使える【ココットプレート】⇒  
などの器具が使うことでさらにカンタンに、ストレスなく毎日のお料理に活用できるようになりました。  
【お買い替え時期】には ぜひ《魚焼きグリルの性能》もチェックしてみてください。ご不明な点はお気軽に担当者まで!





# お墓のお掃除代行サービス

## 今年プロの墓掃除で楽々気持ちの良い墓参りを!

様々な理由でお墓の掃除に行けない方のために、代行クリーニングサービスいたします。真心込めておそうじした後はお花を供えてお客様の代わりにお墓参りをを行います。

こんな場合は  
お掃除のプロに  
おまかせ!

- ① 遠方のため、おそうじできない。
- ② 自分でおそうじするのが体力的に難しい。
- ③ 忙しくて、おそうじできない。



### ～おそうじの流れ～



おそうじ完了後は①おそうじ前後の写真②お礼状③当サービス受領書④完了報告書を郵送にてお客様宅へお送りします。

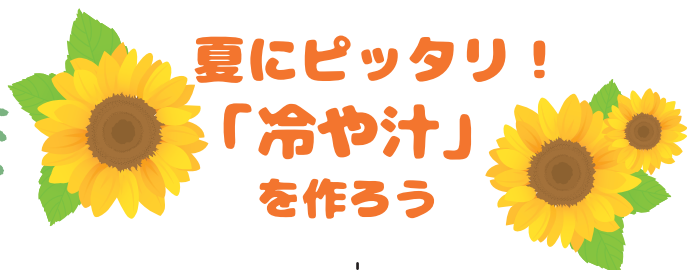
標準サービス時間 約1.5時間で  
¥18,000～

※汚れの状態等によって別途お見積りさせていただきます

まずはお問合せください!

おそうじ本舗 会津若松南店

0120-291-230  
電話受付:月～土 8:30～17:00



【材料】約4人分  
 きゅうり 2本、みょうが 2本  
 大葉 5枚、木綿豆腐 1丁  
 すりごま 大さじ4  
 白みそ 100g  
 和風だしの素 小さじ1  
 水 500ml

### ●材料の下ごしらえ

- ① きゅうりを薄い輪切りにします。塩(分量外)を適量まぶし10分ほど置いてから、塩を流して水気をよく絞ります。
- ② みょうがは縦半分に切ってから薄い半月切りにします。
- ③ 大葉は千切りにして、5分ほど水にさらしてから水を切ります。
- ④ 豆腐はキッチンペーパーに包み、重石をして15分ほど置き、水切りをします。



### ●汁を作ります

- ⑤ ボウルにすりごまと白みそを入れ練るように良く混ぜます。それをアルミホイルに薄く伸ばし、トースターか魚焼きグリルで焦げ目が付くまで炙ります。
- ⑥ だしの素に水を加えだし汁を⑤に少しずつ加え、伸ばしていきます。



### ●具を加えます

- ⑦ 豆腐を手で小さくちぎって⑥に加えます。
- ⑧ きゅうり、みょうが、大葉を加えて軽く混ぜます。お好みで氷を入れます。
- ⑨ 暖かいご飯にかけて頂きます。



⑤ですりごまの代わりに煎りごまをすり鉢で擦ったものを使うと、本格的な味になりますよ!



冷や汁は、だし汁と味噌で味を付けた冷たい汁料理です。栄養豊富な豆腐とごまを使い、たっぷりの葉味と冷たい汁が、暑さで食欲が落ちがちな夏に食欲をそそります。山形や埼玉、宮崎などの郷土料理としても有名です。



### 暮らしの雑学

**こんな財布はNG!**  
 財布は使い方次第で金運が左右されると言われています。あなたの財布は、下にあるようなNG財布ではありませんか? 財布の中をすっきり整理して、金運を呼び込みましょう!

**レジで支払おうとしたらレシートしか入ってなかった!**  
 レシートなどが詰まったままの財布だと、お金がいくら残っているかわかりにくいですよね。お金がまだあると思っていたらいつの間になくなっていました! というのも、まずは、毎日レシートを財布から出す習慣をつけましょう。財布からレシートを出す際に、残金がいくらあるかも確認しましょう。

**ポイントカードや割引券が使いたいときに見つからない!**  
 財布の中にカード類がぎっしり入っていると、使いたいときに見つけにくく、すぐ出せません。財布に入れておくのは、使う頻度が高いものだけにしましょう。使わないカード類はカードファイルに入れるなどして財布とは別にしておくといいですね。

**お金以外が多く入っていて財布がいつもパンパン!**  
 免許証や定期券、診察券、お守りなども財布に入っていたりしませんか? 財布にはお金以外入れない。これが金運アップの大原則です。

### 健康コラム

**噛めば噛むほど身体に良い!**  
 よく噛んで食べることは、口内や歯のみならず、筋肉や脳などにも良い影響があります。その内のいくつかをご紹介します。

**良いこと① 口と歯の健康につながる**  
 食べ物を噛むと、唾液腺が刺激されて唾液の分泌が良くなります。唾液は口内の細菌の増殖を抑えるため、口臭、虫歯、歯周病などの予防につながります。

**良いこと② 脳を活性化させる**  
 口の周囲にはさまざまな神経が張り巡らされており、脳と密接に繋がっています。よく噛むことで脳が活性化され、認知力の向上と記憶力の強化に繋がると言われています。

**良いこと③ ダイエット効果がある**  
 食べ物をよく噛むことで脳へ満腹感が伝わり、少しの量でも満足できるようになっていきます。反対に、噛む回数が少ない早食いでは、満腹感が脳になかなか伝わりません。結果、量を食べてしまうことになり、太りやすくなります。

**良いこと④ 表情が若々しくなる**  
 よく噛むことで口元全体の筋肉を鍛えることができ、あごや頬のたるみ、しわの防止にもつながります。また、顔全体の筋肉も刺激を受けるため、血行がよくなり表情が明るくなります。



**トマトとズッキーニの簡単チーズ焼!**  
 材料(約4人分)  
 トマト...2個 ズッキーニ...1本  
 ピザ用チーズ...適量  
 オリーブオイル...大さじ1  
 クレイジーソルト(なければ普通の塩で)...適量  
 パセリ(あれば)...適量



- ズッキーニは1本のカロリーが約20kcal、トマトも中型で1個30kcalと低カロリーな野菜です。しかも両方とも低糖質! 糖質制限にピッタリな食材です。
  - ① トマトは半分切ってから5mmほどの厚さに切る。ズッキーニも5mmほどの厚さに切る。
  - ② 耐熱容器にトマトとズッキーニを並べオリーブオイルを全体にかける。クレイジーソルトをしっかりと目に振る。
  - ③ チーズを上にかけて、200℃のオーブンでチーズがこんがりするまで20分ほど焼く。
  - ④ あればパセリを振ってできあがり。
- ★トマトから水分が出るので、少し深さのある耐熱容器を使ってね★



料金受取人払郵便 965-8790  
 会津若松市神指町大字  
 南四台字オノ神325-1

差出有効期間  
 2021年  
 7月31日まで  
 [切手不要]

会津ガス株式会社  
 アリさんのおつがい編集部 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。

きりとり