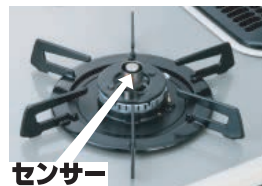


●○○ アリさんからのお知らせ ●○○

## 安心の基準はSiコンロ。

頼もしい機能が全部のバーナーについてます。

現在製造されているコンロの全てのバーナーに天ぷら油過熱防止装置と立ち消え安全装置がついています。 ※1口タイプのコンロはSiコンロではありません。



**センサー**  
このセンサーが鍋底の温度を測定。全部のバーナーにセンサーを付けることでコンロをさらに安心・便利に使えるようになりました。

**天ぷら油過熱防止装置**  
センサーが鍋底の温度を感知して約250℃になると自動消火。

**立ち消え安全装置**  
煮こぼれなどで火が消えた時、自動的にガスをストップ。

**コンロ・クリル 消し忘れ消火機能**  
消し忘れても、点火後一定時間が経過した時点で自動消火。

各メーカーとも、機種によってさらに便利な機能がついているものも多くなりました。お買い換えの時にはぜひご相談ください。

- 揚げ物温度調節機能
- 湯沸かし機能
- 炊飯機能
- など

2021年3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 <input type="checkbox"/> 掲載OK <input type="checkbox"/> ペンネームでOK <input type="checkbox"/> 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お引越しのご予約はありますか?
- ②ガステーブルを購入予定のお客様へ
- 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
---	---	---

勝手にパワースポット! 第110回 -こみねじょうあと 小峰城跡-

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!

小峰城は、結城親朝が14世紀中頃に小峰ヶ岡に城を構えたのがはじまりとされ、江戸時代の初代藩主・丹羽長重公が4年の歳月をかけて大改修し、1632年に完成させました。以後、松平定信公をはじめ本多、阿部氏など7家21代の城主が居城しましたが、1868年に戊辰戦争・白河口の戦いにより落城焼失しました。現在は本丸周辺部の石垣及び堀の一部が残存しているだけですが、近年実施されている発掘調査において、大手門、会津門などの門跡の位置が特定されています。平成3年に三重櫓、平成6年には前御門が「白河城御繪図」や発掘資料に基づき忠実に復元されました。使用された杉材は戊辰戦争の激戦地・稲荷山のもので、床板や柱には当時の弾痕がそのまま残っています。



■所在地: 福島県白河市郭内

三重櫓の階段にも弾痕の残った板が使われているよ

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? 『大 槻』

大槻は昔「大豆生」と書き、豆生産に適した地に由来すると、槻(大ケヤキの古語)の大樹があったからともいわれています。

A:おおつき B:だいづき

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ひします。正解者の中から5名様に【太郎庵様の商品券1,000円分】をお届けします。応募締切は【2021年3月末日】です。

おめでとうございます。1月号当選者発表!

喜多方市清水が丘	PN: ヤエちゃんさま
会津若松市白虎町	PN: YAWARAさま
会津若松市河東町	PN: ヒロちゃんさま
会津若松市北会津町	PN: ゲンさんさま
河沼郡湯川村	PN: ヨッコちゃんさま

1月号の問題 「上遠野」の読み方は? A.かとおのでした

【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。



会津ガスからの生活情報誌

# アリさんのおつかい

2021年3月号 vol.312  
編集部 TEL 0242-29-1111 FAX 0242-29-1177

会津ガス株式会社  
URL http://www.aizugas.com/  
E-mail arinco@aizugas.com



お引越しのご予約はありますか?  
～ご連絡はお早めに～

これからのシーズンは一年でもっともお引越しが多い時期。なにかと忙しいお引越しは、段取りよくスムーズにすすめたいものです。ガスの開栓・閉栓を効率よくすすめるためのポイントをご紹介します!!

## ご入居・ガスを開栓する場合

- ①開栓日の受付をする  
一週間～3日前までにガス会社へ電話をしてガス開栓日の受付を行ってください。  
※ガスの開栓にはお立会いが必要になります

## ②電気・水が使用できるように手配する

ガス開栓日までに手配を完了してください。ガス器具が正常に使用できるか検査する際に、水・電気が必要になる場合があります。



## ③必要なガス器具を準備する

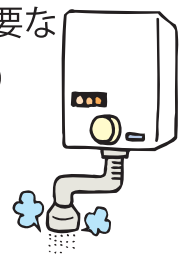
ガス器具には「都市ガス用」と「プロパンガス用(LPガス用)」の2種類があります。当社は全て「プロパンガス」です。ガステーブルや湯沸器は、必ずガス種を確かめてから、ガス開栓日の当日までにご購入・ご準備をお願いします。

## ご退去・ガスを閉栓する場合

- ①閉栓日の受付をする  
一週間～3日前までにガス会社へ電話をしてガス閉栓日の受付を行ってください。  
※設備状況によりお立会いが必要な場合があります

## ②ご退去の前に、

- 水抜きが必要なガス器具の水抜きをする。(湯沸器など、冬期間水抜きが必要なガス器具が設置されている場合)
- 宅内のガスの元栓を閉める。



ガステーブルのご購入をお考えのお客様は中の記事をぜひチェック!!



# ガステーブルを購入予定のお客様へ

※ガステーブルは、**プロパンガス用と都市ガス用**があります※

プロパンガスと都市ガスでは、ガスの成分や熱量が違う為、ガステーブルはそれぞれに適した器具を選ぶ必要が有ります。

## <誤って使うとこんな危険が！>

異常点火で  
やけどに繋がる

一酸化炭素中毒の  
危険性

過燃焼によって  
火災を引き起こす

機器の故障

ご購入やもらったガステーブルをご使用の際は、必ず表示をご確認ください！

プロパンガス (LPG) 都市ガス (12A・13A)

確認したけど心配…。表示が読み取りにくい。等あれば担当者までご相談ください。

## ☆会津ガスにおまかせください☆

当社からご購入いただくと、無料で取り付けを行っています。ご転居や買い替えの際はぜひ、お気軽にお声がけください。

会津ガスは  
プロパンガス  
だよ！



会津ガスの  
3つの安心

知識・経験豊富な  
有資格者対応！

長期保証で  
アフター充実

お見積もり  
無料！

アリさんの「暮らしを楽しむ」



## 炊飯器でカンタン！ 「甘酒」を作ろう

飲む点滴とも  
言われる甘酒。とても簡単  
に作れます！ご家族の健康  
のため、ぜひご家庭で  
作ってみてください♪

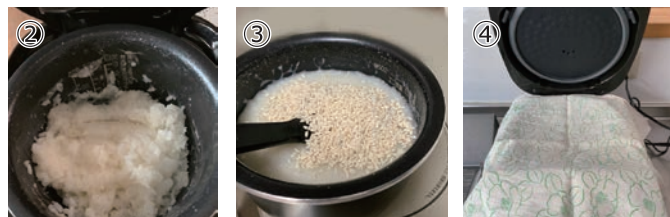


### 作り方

【材料】ご飯：300g 乾燥米麹：200g  
熱湯：250cc 水：150cc

【用意するもの】炊飯器、温度計

- ① 乾燥麹はよくほぐしておく。
- ② ご飯を炊飯器に入れ、熱湯を注ぎよくかき混ぜる。ご飯全体に粘りが出てきたら、水を加えて温度を60℃前後にする。水を150cc加えても70℃以上になる場合、60℃前後になるまで冷ます。※炊き立てのご飯を使う場合は、初めから水を使って温度を60℃前後にする。
- ③ ②に乾燥麹を加え、さらによく混ぜる。
- ④ 炊飯器のフタは開けたままの状態、濡れ布巾をかけて保温スイッチを入れる。※低温で保温するモードがある場合は蓋は閉めて保温する。
- ⑤ そのまま9時間ほど保温してできあがり。



**注意点** ・低温での保温モードがない場合、炊飯器のフタを閉めてしまうと温度が上がりすぎて麹の酵素が働かず、甘くなりません。必ずフタをあけて保温してください。

- ・保温中も時々かき混ぜて、温度を測ると失敗がありません。
- ・冷蔵保存で1週間ほど、冷凍保存で3ヶ月ほど保存可能です。いずれも清潔な密閉容器に入れてください。

**食べ方** ・お好みの甘さ、濃度に水で割って飲みます。豆乳で割るのもおすすめです。

- ・無糖ヨーグルトのトッピングにしてもよいです。
- ・ニンジンや千切りを軽くレンチンしたものをオリーブオイルと塩少々、甘酒で和えても美味しいです。



暮らしの雑学



## 非常時に準備しよう！非常用「2次」の防災グッズ

以前にこのコーナーで「0次」と「1次」の防災グッズを紹介しました。今回は「2次」の防災グッズを紹介します。備えあれば憂いなし。ぜひご家庭にご準備ください。

### ・「2次」ってなあに？

阪神淡路大震災を機に設立された「人と防災未来センター」では、防災グッズを0次、1次、2次と3段階に分けて提唱しています。2次は安全が確保できたときに家から持ち出す防災グッズです。ライフラインが途絶えた時でも、救助が来るまでの数日間を過ごすために必要なものを用意します。

### ・「2次」の主な防災グッズ

家族構成によって必要な品は異なります。家族で相談して揃えましょう。●水(1人1日3リットル)、給水袋、ポリタンク●食品(レトルト・缶詰・菓子等そのまま食べられるもの)●ティッシュ、ウェットティッシュ●ラップ、紙皿、紙コップ、箸等●タオル、衣類、毛布●大小ビニール袋●災害用トイレ●カセットコンロ、ガスボンベ●救急絆創膏、包帯、マスク等

### ・水と食料はローリングストック法で

ローリングストック法とは、普段使う物を避難用物資と一緒に保管し、そこから使って減ったら買い足すという方法です。ペットボトルの水や、缶切り不要の缶詰、賞味期限が長い食品、常温保存できる食品、お菓子等も非常用物資として保管しておくといいですね。

## 健康コラム

### ひな祭りの時期が旬！ハマグリ

夫婦和合の象徴とされ、縁起物としてひな祭りにお吸い物で出てくるハマグリ。今の季節が旬のハマグリをご紹介します。

#### ハマグリのはいつ？

産地によって若干の違いはありますが、産卵期(5月～10月頃)前の身に栄養を蓄えた2月から4月までがもっともおいしい時期だそうです。

#### ハマグリの栄養は？

ハマグリは鉄分を多く含むため、貧血の予防・改善に効果があるとされています。また、ビタミンB12も多く含まれており、正常な細胞の増殖を促したり、神経や血液細胞を正常に働かせる等の効果があるそうです。このビタミンB12は野菜等には含まれておらず、貝類ならではの栄養素です。

#### 料理の際には砂抜きと塩抜きを

【砂抜き】水500mlに大きじ1の割合で塩を入れた塩水を作ります。バットなどに貝を重ねないように並べて、貝が少し顔を出すくらいまで塩水を入れ、5時間以上置きます。バットにザルを重ねると、吐き出した砂が下に落ち、再度砂を吸ってしまうのを防げます。新聞紙などを被せて暗くしておくと、よく砂を吐くようです。【塩抜き】砂抜きをしたハマグリは体内に塩水を含んでいるため、この塩も吐き出させた方がより美味しく頂けます。砂抜きの後、使用したバットとザルにはハマグリだけを入れて、新聞紙などでフタをして1時間ほど放置するだけです。

食べて  
痩せる



糖質制限  
のおかず

## ちょっと洋風に ブリ照りチーズのせ



材料(2人分)

ブリ…2切れ 塩…少々

★しょうが(チューブ)…2cm

★砂糖、みりん、しょうゆ、酒、水…各大さじ1と1/2

ピザ用チーズか溶けるチーズ…適量 片栗粉…適量

ブリの糖質は0、カロリーは100gあたり257kcal。マゴロ等に比べてカロリーが約2倍と高いですが、中性脂肪を下げる働きを持つEPAや脳細胞を活性化させると言われているDHA、さらにピタミフも多く含まれる食材です。



- ① ★を耐熱容器に入れよく混ぜておく。※耐熱容器はブリを入れたときに重ならない大きさが良い。
- ② ブリは食べやすい大きさに切る。塩を振り5分程置いて、出てきた水分をキッチンペーパーで取る。
- ③ ブリに片栗粉をまぶし、①に重ならないように並べて、ふんわりとラップをかける。
- ④ 電子レンジ600Wで3分チンし、身が崩れないようヘラなどでそとと混ぜ、タレと絡める。熱いうちにチーズをかけて、チーズが溶けたら出来上がり。



9 6 5 - 8 7 9 0

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

きりとり