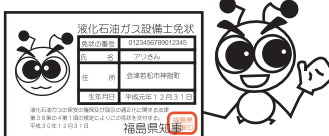


●●●アリさんからのお知らせ●●●

ガス器具の施工には資格が必要です

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出来ます。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出来ます。(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出来ます。

2021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レンジフードのお掃除は、夏が最適!
- ②アリさんのこんな快適生活なじよ?
- 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
---	---	---

勝手にパワースポット! 第115回 ちゅうぜんじ 中善寺

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!

中善寺の開基の時期は不明で、一時衰退し薬師堂のみになっていましたが、慶長年間(1596~1615年)に若松城下から来た僧が再興したと言われています。さらに、江戸時代中期の元禄16年(1703年)に堂宇が再建されました。薬師堂に祀られている薬師如来は高さ88cmの寄木造で、鎌倉時代の延慶3年(1310年)に修復されており、国指定重要文化財に指定されています。また、この薬師如来は会津十二薬師の第三番でもあります。本堂前には樹齢250年と伝わる「中善寺のめおとカリン」があり、喜多方市指定天然記念物になっています。



■所在地: 喜多方市関柴町関柴宇権現澤2083-1

福島県内の難読地名にチャレンジ!

この地名の読み方は? 『長孫』

いわき湯本の温泉街から車で5分ほどのところあり、この地区を流れる岩崎川には、昔から「河童伝説」が語り継がれています。

A: ちょうそん B: おさまご

どちらの読み方が正しいか教えてね

<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【会津ガスのオリジナルBOXティッシュ】をお届けします。応募締切は【2021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!

- 喜多方市大荒井 PN: おもちさま
- 会津若松市飯寺 PN: ネコ54さま
- 喜多方市清水台 PN: ひろびーさま
- 会津若松市花見ヶ丘 PN: 小田山さま
- 河沼郡湯川村佐野目 PN: アッチャンさま

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8月号 vol.317 編集部 TEL 0242-29-1111 FAX 0242-29-1177

夏季休暇のお知らせ 以下の通り通常営業をお休みさせていただきます
2021年8月14日(土)~8月15日(日)
緊急対応は24時間365日 社員が常時待機。お客様の安全・安心をしっかりとサポートします。

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

<レンジフードのお掃除は、夏が最適!>

気温の低い冬は、油汚れが固まってしまい、お掃除にかかる作業時間や手間が増えてしまいます。気温が高い夏の間は、油汚れを落としましょう!!レンジフードには、シロッコファンタイプとプロペラタイプの2種類があります。今回は、「シロッコファンタイプ」のお掃除方法についてご紹介します。

こちら↓

シロッコファンタイプ

プロペラタイプ

◎ お掃除前に必ず行うこと ◎

- レンジフードの電源を必ず切る。
- 電源プラグを抜くか、ブレーカーを落とす。
- ケガ防止の為、厚手の手袋をはめる。
- 傷や汚れがつかないように、コンロや床に新聞等をしく。

フアンが動く可能性があまりありません。

部品を取り外す際の注意事項

シロッコファン

フィルター

- ・レンジフードの種類によって、取り外し方が異なるため、必ず「取扱説明書」を確認して下さい。
- ・取り外す際、ガスコンロに足をかけるのは危険です。届かない場合は、必ず脚立等を使用して下さい。

ファンの掃除方法!

- 台所のシンクに傷がつかないようにタオルを敷いてシンクの中で作業するのがおすすめ。
- ① シロッコファンが入る大きさのビニール袋、または、汚れてもいいバケツを用意する。
 - ② その中にシロッコファンと、ぬるま湯(40℃~50℃)、中性洗剤を入れ、1時間~2時間つけおきする。この時、ビニール袋の場合は袋をしぼる。※60℃以上のお湯は使用しない。
 - ③ ビニール袋やバケツにシロッコファンを入れたまま、塗装がとれないように柔らかいスポンジを使って優しく洗う。
 - ④ 汚れが落ちたら、水でしっかり洗い流し、水気をとる。

フィルターの掃除方法!

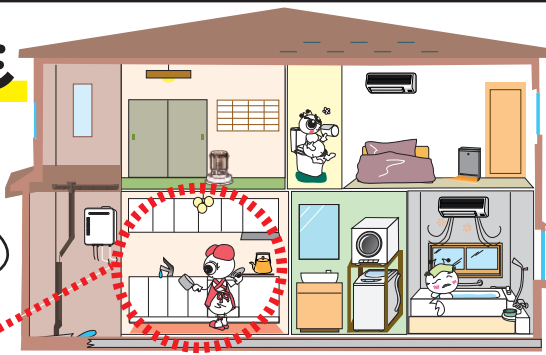
- ① 中性洗剤を溶かしたぬるま湯にフィルターを浸け、表面が柔らかいスポンジで優しく洗う。
※60℃以上のお湯は使用しない。
※フィルターが変形する恐れがあるので、洗う際はフィルターの目に沿って優しく洗う。
- ② 汚れを落とせたら、洗剤をしっかりと洗い流し、水気をとる。

やっぱり掃除が大変... という方は、お手入れが簡単な、レンジフードに買い替えませんか??

掃除が面倒な「フィルター」がないタイプのレンジフードもあります。詳しくは、お問合せください!



あんなところ こんなところも 会津ガスにおまかせ ください♪



何でもお助け隊！
まずはご相談を★

今月のご紹介はキッチン

M様邸



リフォームの
きっかけは？

収納がたくさんできる、引き出し
タイプのキッチンにしたい！



収納スペースがこんなに増えました♪

お家のお悩みご相談ください！



夏を爽やかに乗りきる！ 「シソジュース」を作ろう

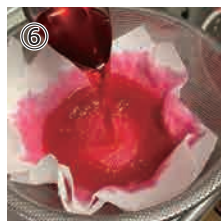
シソジュースには
疲労回復効果があります。
シソに含まれるビタミン類と
βカロテンが体内の酸化を防ぎ
肌の調子も整えると
言われています。



【材料】
赤シソ：150g 水：1ℓ クエン酸：大さじ1
砂糖：400g

- 赤シソは軸を取り、洗って水を切っておく。
- 水1ℓを鍋に入れ沸騰させる。
- お湯が沸いたら赤シソを入れる。軽くかき混ぜながら、葉が緑色に変わるまで茹でる。色が変わったなら火を止める。
- ボウルにザルを重ねて、そこにシソを引きあげる。シソを鍋の上で良く絞り、葉が含んでいるエキスを鍋に戻す。全部絞ったら、ザルの下のボウルに溜まっている煮汁も鍋に戻す。※湯がいたばかりのシソは熱いのでやけどに注意！

- 鍋を弱火にかけ、クエン酸と砂糖を入れて良く溶かす。完全に溶けたら火を止める。※クエン酸を加えると煮汁の色が鮮やかな赤に変わる。
- ザルの上にキッチンペーパーを敷き、煮汁を濾す。
- 出来上がったジュースは保存容器に移し、冷めたら冷蔵庫で保存する。一ヶ月程度を目安に飲みきる。



シソジュースは水
や炭酸で2~3倍に
薄めてどうぞ♪濃
さはお好みで調節
して下さい。原液
をヨーグルトやパ
ニラアイスにかけ
ても美味しいです
よ。



暮らしの雑学

馬肉のあれこれ。

会津地方では定番のご馳走メニュー【馬刺し】。もちろん美味しいことは知っているけど…？あらためて馬肉について調べてみました。

馬肉の栄養素

馬肉のカロリーは100g当たり110kcal。牛肉や豚肉のなかで脂身が少ないとされるモモの赤身よりも低カロリーです。さらに高たんぱく・低脂肪で鉄分が豊富。調理せず食べることができる馬刺しは、おいしいだけでなくダイエット中の食事にもおすすめの肉です。

『辛味噌を醤油に替えて食べる』はあたりまえ？

会津では赤身の馬刺しを辛味噌と醤油で食べることが多いですが、馬肉生産量1位の熊本では、おろした【にんにく・しょうが】などの薬味と一緒に【甘口醤油】で食べるのが一般的。生産されている馬の種類が違い、熊本産のお肉はサシ（脂の白い線）が多いのも特徴です。

実はカナダからの輸入が多い

平成30年の馬肉国内生産量は全体の30%程度。近年はカナダからの輸入品が多く、地元会津のスーパーでもカナダ産馬刺しをみかけるようになりました。食べられた地元の馬刺しに比べると、カナダ産はサシが多めです。

★会津地区では例年8月29日を『馬肉の日』として、イベントなどを開催する団体や飲食店があります。興味のある方はぜひチェックしてみてください。

いろいろな生活情報をお届けします！



アリの家の「知恵の泉」

妊婦さんにもおすすめ
ルイボステイってなに！？

皆さんは、ルイボステイを飲んだことはありますか？ルイボスの産地は世界中でたった一か所、南アフリカの【セダルバーグ山脈】のみです。南アフリカの限られた環境でのみ栽培することができます。そんな希少なルイボステイには美容と健康に良いとされる成分が多く含まれているといわれています。ノンカフェインのため、妊婦さんやお子様も飲むことができます。そんなルイボステイの効能をご紹介します！

効能その1-便秘解消

抗酸化作用が強いため、悪玉菌が増えるのを抑えることができます。それによって腸内環境が整えられ、便秘解消が期待できます。

効能その2-血圧を下げる

ビタミンCをサポートして、毛細血管の動きを強化する【ルチン(別名：ビタミンP)】という成分が含まれています。このルチンは、血液の流れを促進したり、血圧を降下させる作用があるそうです。

※1日コップ3杯程度を目安にしましょう。飲みすぎにご注意！

皆さんが知っている「役立つ生活情報」を大募集！【アリの家の知恵の泉】でご紹介させていただきます。アリの家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。

ぜひ教えてください！



身体にいいね！アリの家 発酵食品のおかず

暑い日にサッパリと！ 納豆の冷や汁



材料(約2人前)

豆腐…1丁(絹か木綿かは好みで)
納豆…1パック きゅうり…1本
大葉…3~4枚 だし汁…300cc 味噌…大さじ1と1/2
すりごま…適宜 ※ミョウガやオクラなどもお好みで♪

今月の
発酵食品は
納豆



- だし汁に味噌を溶き、冷ましておく。
- きゅうりは薄い小口切りにして塩で揉み水でさっと洗って良く水分を絞る。豆腐は軽く水切りをする。
- ①にきゅうりを入れ、豆腐も食べやすい大きさにくずして入れる。ひと混ぜして冷やしておく。
- 食べる直前に③に納豆、大葉をのせ、すりごまを散らす。

大豆を納豆菌で発酵させた納豆には、5大栄養素がすべて含まれています。強い生命力をもつ納豆菌は、生きたまま腸まで届きます。腸が活発に働くのは夜0時頃なので、夕食に納豆を食べるのが効果的だそう。また、発酵で生まれるナットウキナーゼという酵素は、血栓を溶かす働きがあり血液をサラサラにしてくれます。



965-8790

会津若松市神指町大字
南四台字オノ神325-1

会津ガス株式会社
アリの家のおつかい編集部 行

きりとり

FREE SPACE