

エコくらぶ

人に、街に
生活文化の
エネルギー。

Vol.4

発行/平成15年5月1日 発行所/西武ガス(株) 飯能市双柳373-15 ☎0429-73-2768

あそこにも ここにも春の花 花 花

心が躍る 心が弾む うれしい春

楽しんでいきますか ガーデンライフ



素敵なお寄せ植えのポイント

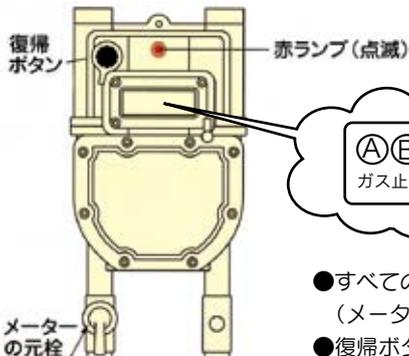
- 置く場所に合ったコンテナ、色の花を使う。
- 同系色のグラデーションでまとめる。
- 反対色でまとめる。
- メインにする花は大きく見ごたえのある花を、脇役には可憐な小花を使う。



ご存じですか? 復帰手順 !!

マイコンメーター

- ・火がつかない! ・お湯がでない!
- このような時は次のような手順で復帰すればガスがご使用になれます。



ABC
ガス止

LPガスは
ABCが
表示され点滅
します。

- すべてのガス栓を閉める。
(メーターの元栓は閉めません)
- 復帰ボタンのキャップを外す。
(LPガスはキャップはありません)
- 復帰ボタンを奥までしっかり押し、指を離す。
- 約3分待つ。
赤ランプの点滅が消えていけば
ガスが使えます。

(LPガスは液晶表示「ABC」の点滅)が
消えると使えます。

この間にガスもれがないかガスメーターが
検査しています。
異常がなければ
点滅が消えますので
確認してからガスを
ご使用ください。

保安検査のお願い……

■保安検査はガス事業法・ガス供給
約款に基づいてガス漏洩検査、
消費機器の定期調査です。



- ・40 ヶ月に一回実施 (無料です)
- ・事前にお電話をさしあげてからお伺いいたします。

電話連絡のとれないお客様には、ポストにお願い用紙
を入れさせて頂きますので、お手数ですがご都合
のよい日をご連絡下さい。

お問い合わせ：営業課 青木



ガス展のお知らせ

- ☁ 6月7日(土)・8日(日) 当社ショールームにて
- ☁ 【開催時間】 午前9:00～午後4:30まで
- ☁ 後日招待状をお届けいたします。
招待状ご持参の方にはご来場記念として
BOXティッシュ プレゼント!!

違いを実感!!

ガスコンロ VS IHヒーター



今回私たちはガスコンロとIHヒーターを使って実際に調理してみました。
使用した材料の量、味つけはすべて同じです。



	ガスコンロ		IHヒーター
①エビ玉炒め (炒める)	卵がふんわり仕上がりに、 野菜の香りが残っている。 		鍋底しか加熱されないの、時間がかかり、野菜の水分が失われ、シャッキリ感がない。卵の仕上がりにムラがある。
②焼き鶏肉 (グリル)	表面の皮がパリッとし、身がジューシーだった。		調理時間が長く、焼きちぢみがあった。
③ダイコン煮 (煮る)	茶色く色づき味がしみている。 		白っぽく、中まで味がしみていない。
④ギョーザ (焼く)	短時間で焼き上がり、皮がパリッとし、かるい感じ。		皮の耳に火が通るまでに時間がかかった。焼きムラがあり、焦げ目がついているところと、ついていないところがあった。 



★味・調理時間の差を実感しました!!
皆さんも是非ご自分で試されてみてはいかがでしょうか!?
・当社ショールームでも実習できます。

※ トッププレートの汚れ方は同じようでした。(五徳がない分IHの方がお手入れが楽かもしれません)
安全性はIHもガスも同じような安全機能がついている為ほぼ同等でした。

ガスのこと Q&A

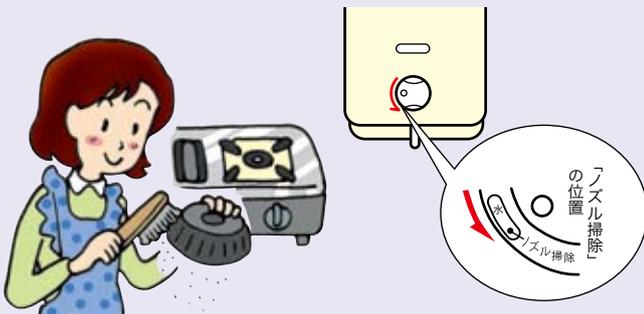
Q1 ガス台の汚れ落としの方法を教えてください。

A1 バーナーは歯ブラシ等で掃除してください。
目づまりしたまま使うと、不完全燃焼のもとになります。
特にバーナートップの裏面にある溝の部分を念入りに!!

ガス台の汚れは後回しにせず、余熱がまだ残っているうちにやれば楽に落とすことができます。
いらなくなったシートなどをティッシュペーパー位の大きさに切ってティッシュの空き箱に入れて置くと便利です。

Q2 湯沸かし器が使用中に消火してしまいます。

A2 パイロットバーナーの「ノズル掃除」をしてください。操作ボタンを出湯停止にし、ノズル掃除の位置に数回まわしてください。



西武ガス野球部・どうぞよろしく!



我が西武ガス野球部は元高校球児(今はまったく面影なし)でエースのN君を中心に野球の大好きな社員が集まり活動しています。

チームワークが良く、過去の大会において、数々の優秀な成績を取っています。
みなさん応援をお願いします。



~ 辛いもの好きな人へ ~

今、私がものすごく気に入っている **豚キムチ丼**
インターネットで調べてアレコレ作ってみた結果
おいしい作り方を発見したのでムリヤリ載せました...

用意するもの: 豚肉 (好きなだけ)
キムチ (スーパーでふつうに売っている)
ニンニク醤油 (ニンニク適量)
キムチの素 (好きなだけ)
ネギ 1/2くらい
ご飯 ごま油 (適量)

- ・豚肉にニンニク醤油をからめ下味をつける。
- ・ごま油で豚肉を炒める。
- ・キムチとキムチの素を入れ味がなじむよう炒める。
- ・大きめの刻んだネギを入れ一炒めしたらご飯を丼によそって炒めた豚キムチをのせる。





今“溪流釣り”に夢中です

上赤工 加藤泰様

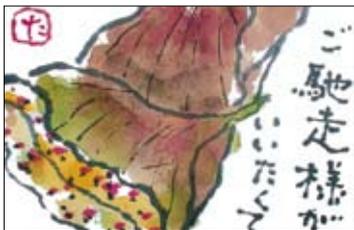
若い頃からアウトドアライフ志向の加藤さんは気心の知れた友人や家族と過ごす休日をととても大切にされています。溪流釣りがご夫婦の共通の趣味だそうです。去年は、ヤマメ、イワナなど約300匹釣り、燻製や味噌漬にしたそうです。奥様が庭で育てているローズマリー、フェンネル、タイムなどのハーブは燻製作りにかかせません。見事に成長した溪魚の腹にハーブを詰めてできあがった赤銅色に輝く燻製を見るとき興奮と感動を覚えるとか。ハーブの香る庭で友人、家族と酒を酌み交わす時いい知れぬ至福を感じるそうです。



還暦を祝うパーティーで
右から2人目が加藤さん。

●今まで「エコくらぶ」なんて見ていなかったけれどこれを読んでいると「あーなるほどなー」と思うことがあります。特においしいテーブルの「カリカリ鶏のネギソース」がおいしそうでした。今度お母さんに作ってもらおうと思います。ましがい探しながら久しぶりなのでちょっとハマっちゃいました。

(横手 吉田麻衣子様)



●少しずつの記事ですが参考になり、楽しみです。料理も早速実習してみました。いつも使っている食材ながらとても美味しく勉強になります。

●電磁波、ガス管の腐食も恐ろしいことです。思い切って夏に取り替えてもらいました。目には見えないところの危険は注意しなければと思います。

(緑町 鈴木マサ様)

●道を歩いていてとても気になるのが犬のフン。何も持たずに犬を散歩させている人を見ると一体フンはどう始末するのか気になります。チラシとビニール袋を持っていれば道を汚さずにすむのとフン害に憤慨しているのは私だけでしょうか。



(双柳 関根様)



●知っているようで難しいふっくらご飯に仕上げるコツ。ありがとうございました。お米のとぎ汁はプランターにまいています。料理も簡単でおいしいですよ。

(原町 谷川様)

●エコくらぶを毎回読んでいます。前回のものに電磁波は目に見えないから恐ろしいと書いてありました。最近は何でもかんでも電気を使用した家電製品が多くなっており一寸心配していたところです。我が家でも電磁調理器に替えようかと思っていましたが考え直そうと思います。これからもためになる情報を取り上げてください。

(美杉台 大友様)

●えのきのホイル焼きを紹介します。アルミホイルにえのきをおき、バターをひとかけのせる。あれば柚子こしょうを少し振って蒸し焼きにする。しょうゆをたらしていただきます。

※ 柚子こしょうは柚子とトウガラシを混ぜ合わせたもの。味噌汁、刺身、鍋物、うどんなどの薬味に使います。九州地方でよく使われていま

(柳町 伊藤信子様)



(緑町 河村みさき様)

●去年の8月に新座から引っ越してきました。飯能は自然がいっぱいでいい所ですね。今までガス会社から届くのは請求書だけでした。料理やクイズetc.が載っている広報誌はこれから楽しみのひとつになりそうです。

(川寺 大島様)

●私は今、土鍋でご飯を炊くのにこっています。短時間で炊けてとてもおいしいです。鍋物だけに使うのはもったいないです。

水加減は同じ、沸騰したら10分弱火、10分蒸らす。どうぞお試しを。

(日高市鹿山 吉村孝子様)



●簡単でとてもおいしいイギリスのお菓子、ショートブレッドを紹介します。小麦粉110gと上新粉40gを混ぜる。バター100gと砂糖50gもよく混ぜる。全部を合わせて棒状にしてラップに包み冷蔵庫で1時間位ねかせる。5ミリ位の厚さに切り150度のオーブンで15分焼く。

(双柳 原様)

●私は「お役に立てば」のコーナーが好きです。何でも試したがりの私はすぐやってみます。もっとたくさん載っていたらいいなあなんて思ってしまうのは私だけ？

(緑町 黒川様)



コンロのグリルなら
カンタン。お父さんにも
こんなおいしい料理ができるよ。

エプロンの似あう
お父さんって素敵だね！

おいしいテーブル

味噌漬豚のグリル焼き

作り方

- ① 豚肉は筋きりして合わせ味噌に1日か2日漬ける。
- ② 味噌をよく落としてグリルで焼いて切る。
- ③ アスパラガスは長いまま、黄ピーマンはたて半分に切ってグリルで焼き、適当な大きさに切る。



材料
(4人前)

豚ロースとんかつ用 4枚
合わせ味噌 (目安です)
味噌 大さじ3
砂糖 酒 みりん 各大さじ1
付け合せの野菜
アスパラガス 黄ピーマン ワカメ
スライスした新玉ねぎ ミニトマト
和風ドレッシング

お役に立てば

いつもいい顔を していますか



顔はその人の内面を表現します。**笑顔に出会う**ととても**うれしい気持ち**になります。「笑いは免疫力を高める」ともいわれています。また笑うことによって**表情筋がよく動き老化を防止**します。無表情のまま過ごしていると**表情筋の弾性が失われて**しわが顔を出し始めます。笑えない話ですが、さあ笑っている場合ですよ！

窓ガラスはきれいですか

明るい日差しの差し込む窓辺。汚れの気になる季節です。窓ガラスをぴかぴかにするのはなんと新聞紙。新聞紙をお湯で湿らせてよく絞りガラスを拭きます。**新聞紙のインクが汚れを落とす**てくれます。次に乾いた新聞紙で乾拭きします。これなら始末も簡単。さあ始めましょう。

若いお父さんお母さんに是非読んでほしい “育てたように子は育つ”



大人が軽視しがちな「**むだ**」と思われる行動の中でこそ**生きる力**は育つという。最近気になるのは遊びはいつでもやれるからと勉強やけいこごとばかり優先させる親が多いことである。「やらなければならないこと」ばかりさせられてうちに「**やりたいこと**」をする能力を失ってしまうと危惧する。教育は口や言葉でするものでなくただ**手本を見せておく**だけでよい。**遠くから黙って見て**いればよい。

相田みつをの短くも重みのある言葉があったかい。
相田みつを 著 佐々木正美 著 小学館 1,575円

まちがいさがして 図書券を当てよう



正解者の中から抽選でプレゼント

図書券 1000円分を 20名様。

官製はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、ご意見、ご感想などをご記入下さい。

宛先 〒357-0021 飯能市双柳 373-15
西武ガス(株)クイズ係

締切 平成15年6月10日消印有効

当選者には6月中に賞品をお送りいたします。

今回の原画は高橋明日香さん(野田)の作品です。

楽しい原画を募集中です！

前回のクイズ 応募数132通正解数129通。当選者は発送をもって発表にかえさせていただきました。たくさんのご応募ありがとうございました。

次回の発行は平成15年の10月1日の予定です。皆様のご意見、おたより、写真、絵手紙、イラスト、料理など大募集中です。いただきましたご意見等は掲載させていただくことがあります。ハガキ等はお返しできませんのでご了承ください。**採用の場合は図書券を差し上げます。**

問題

②の絵には10ヶ所①と違うところがあります。②の絵に違っている部分を赤鉛筆でしるしをつけ、キリトリ線で切り、官製はがきに貼って郵送してください。

