

エコくらぶ

人に、街に
生活文化の
エネルギー。

Vol. 5

発行/平成15年10月1日 発行所/西武ガス(株) 飯能市双柳373-15 ☎0429-73-2768

私たちがこのユニフォームで 検針にお伺いします



前ヶ貫 小川整二様撮影



コスモスをやさしく揺らした
秋の風が頬をなでる
遠く過ぎ去った日々が
懐かしく思い出されて
胸が熱くなる
コスモスを見ていると
若かったあの日にたまらなく
帰りたくなる 帰りたくなる



環境と家計のための節約情報

風呂のお湯は給湯式がお得

水張りから沸す風呂釜式より
お湯を直接落とし込む給湯式の方がお得です。

※給湯式の熱効率の方が
わずかですがウフテ

(200リットルの浴槽
給湯式水温 40℃そのまま使用
風呂釜式水温 20℃の水を
40℃まで沸す、熱効率の差で)

150円/月 1,800円/年



続けての入浴がお得

風呂は入浴時間に合わせて沸かし、
間をおかずに続けて入りましょう。
ふたをしないでそのままにしておくと、
2時間で約2.7℃湯温が下がります。
(200リットルの浴槽の湯を2.7℃上げる)

追いだきで2.7℃上げる 10.7円

321円/月 3,852円/年



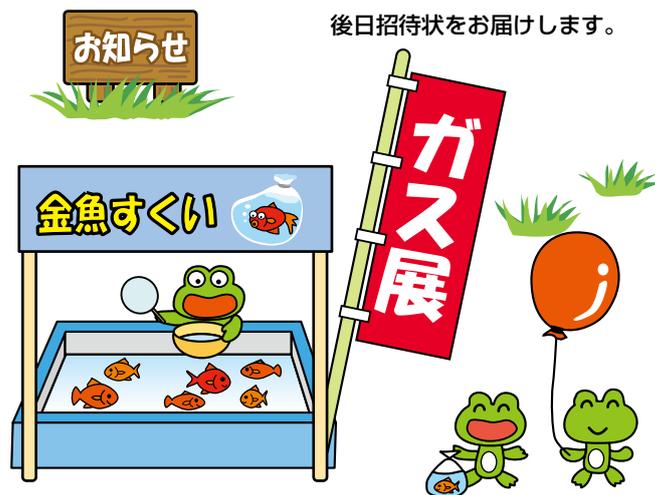
2003年 秋のガス展!

毎年恒例のガス展を10月に開催いたします。
お客様のご希望にそう品揃え・価格で、
お待ちしております。

10月25日(土)・26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します。



フィオレット (小さい花) FIORETTA



天覧山下のニコニコ池をちょっと入ったところにあるケーキとコーヒーのお店です。緑の木々に囲まれたウッディーな作りのお店はまるで避暑地に来たようです。

一歩お店に入ると思わず手にしたくなるようなビーズのアクセサリやティペアなどの楽しい小物が並んでいます。

季節のものや自然のヘルシーなものを使った手作りのケーキが彩りよく並んでいて、どれを頂こうか迷ってしまいます。

コーヒーは豆から挽いたばかりの香り高い熱々です。

お友だちとおしゃべりを楽しんだりひとりでのんびり過ごしたり…。

時間がたつのを忘れてしまうお店です。

月がわりで4人の画家の水彩画や油絵も楽しめます。



おすすめメニュー

- ♥ ケーキと飲物セット ¥600
- ♥ コーヒーその他飲物 ¥350
- ♥ スパゲティ、ピラフ等 ¥650

営業時間

AM11:00 ~ PM 5:00

(火曜定休)

〒357-0031

飯能市山手町 16-9

☎ 0429-74-1565



至
殊
交

国
道
29
号

ガスのこと Q&A

Q1 ガス器具のお手入れ方法を教えてください。

A1 炊飯器は、内釜の底の窪みをチェックして下さい。この部分に汚れがたまると感熱部の働きが悪くなり、ごはんがこげつく原因になります。

- ①内釜を裏返し、中央にある円形の窪みをチェック。
- ②汚れていたら台所用洗剤で洗って下さい。

ふろ釜は、湯あか、水あかがたまったら、上部循環口、下部循環口に水道ホースを入れて強く水を流し込むと、水が上下に循環して汚れが取れます。



Q2 ガスの炎が赤いのですが、異常ですか？

A2 正常の燃焼によるガスの炎は青白い炎です。赤(黄)色の炎は空気不足による不完全燃焼の可能性があります。原因は

- ①バーナーキャップの炎口のつまり。
- ②バーナーキャップがきちんと装着されていない。
- ③バーナーキャップに燃焼物が付着している。などが考えられます。点検・清掃を行なってみてください。

いつも青い炎でお使いください!!



酸素過多



酸素不足



完全燃焼

募集!! くらべてみよう!

ガスコンロとIHヒーター

実際に調理をして、そのできばえ、味や使い勝手などの違いをくらべてみる。 ※費用は無料です。

募集人数 15名様 実演日 10月22日(水)

時間 PM1:30から2時間くらい

場所 西武ガス 3F 食堂

応募方法 官製ハガキに①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号をご記入下さい。

宛先 〒357-0021 飯能市双柳373-15

西武ガス(株) くらべてみよう!係

締切 平成15年10月16日到着分まで有効

10月17日以降電話にてご連絡さしあげます。



安心ガスライフ 21 運動実施中!

9月1日~11月30日



ガスの安全
ほくらが見守るよ!

セーフティガス機器で、
ガスを快適に使おう!

- ・不完全燃焼防止装置付 小型湯沸器
- ・立消安全装置付 ガステーブル
- ・ガス漏れを24時間見はる ガス漏れ警報機

新・発・売

「カビ菌」をやっつけ、悪臭もおさえる
除菌イオンを搭載した、ガスファンヒーター!

「除菌イオン」(+と-のイオン)を大量に生成し部屋に浮遊している「カビ菌」をやっつけ、空気を浄化します。だからいつも森林の空気のようなリフレッシュ効果が得られます。

お部屋を健康的に保つので、一年を通してお使い頂けます。

※ガス展で展示販売いたします。



RC-390NP



今 社交ダンスに夢中です

原町 阿部和子様

阿部さんとダンスとの出会いは友だちの「初心者教室が始まるから行かない？」の一言からでした。それから丸5年。毎日がダンス中心に回っていると言っても過言ではないそうです。素敵な趣味と出会えて本当に嬉しいと笑顔でおっしゃいます。何よりもよかったことはいい音楽を聞きながらステップを踏んでいるうちに自然と運動ができること。ダンスを通してかけがえのない友達がおおぜいできたこと。きれいなドレスが着られることなど楽しいことがたくさんあります。70、80になっても踊りたいとおっしゃいます。

これから何かを始めたい方、特に男性にダンスをおすすめ。どこの教室でも男性は大歓迎。ダンスができると人生がずっと楽しくなるそうです。

Shall we dance?



発表会でワルツを披露する阿部さん

●「エコくらぶ」はいつも楽しく拝見。「笑顔は老化を防止」。私も朝の散歩で出会う人ごとに「お早う」と一声かけを励行しております。笑顔で返答があるととっても気持ちがよく心が和みます。

(美杉台 山本様)

待ってま〜す。



うれしい話、楽しい話
役立つ話、困った話…

●新築中の家のコンロをガスのガラストップにしました。IHをすすめられましたでしたがガスにして良かった！とVOL. 4を読んで思いました。

(久下 今泉様)

●簡単ですが店で食べるどんなうどんよりおいしいと思っています。キノコ入りひもかわなべです。

サラダ油とゴマ油で肉、なす、白菜、大根、しいたけ、シメジ、舞茸などのキノコ類を炒め、湯



を入れる。煮立ったらあくを取り、ひもかわ、だしの素、酒を入れ10分位煮込む。ぶつ切りにしたねぎ、しょう油を加えて出来上がり。山で採れたキノコなら最高です。

(八幡町 丹下様)

●「育てたように子は育つ」しばらく前に読み、大変感銘を受けたので教師になる希望を持っている若い方に差し上げました。今どんな先生になられているかなあと思いました。相田みつをさんの言葉は本当に好きです。友人から頂いた日めくりカレンダーを座右に置いています。

昨年、食器洗い機の設置工事をしていただきありがとうございました。とても重宝しています。

(新町 高橋様)

●昨年11月に引っ越してきましたので初めて広報誌を読ませていただきました。ちょっとした事なのにためになったり、胸打たれたり、隅から隅まで読んでいました。横にいた娘と息子はまちがいさがしを見つけ「やったー」。そして数分後には自分で問題を作ってしまった。せっかくですから送ります。

(美杉台 平井様)



●2年前出産を機に「カンタくん」を購入し使用しています。雨の日や冬の寒い時期には本当に“強い味方”で張ってくれています。私にとって“花マル”の買い物でした。

(緑町 右近様)



●最近、小5と小2の息子が目玉焼きやスクランブルエッグを作っては、私に味見をさせどちらが上手にできたかと競っています。だんだん上手になってきました。他の料理にも挑戦するというので少々ヒヤヒヤして見えています。

(栄町 滝田様)

●コンビーフポテトグラタンの作り方を紹介します。冷凍ポテトを解凍しておく。ポテトとコンビーフ缶をマヨネーズであえる。グラタン皿に浅めに入れ、とろけるチーズをのせオーブントースターまたはグリルでしっかり目に焼く。焦げそうなときは上にアルミホイルをのせる。

(柳町 伊藤様)

●九州出身の友だちから柚子味噌の作り方を教えてもらいました。香りがよく食欲をそそります。ごはんには酒の肴にどうぞ。柚子はワタをつけて皮をむき、ざくざく切って茹でる。鍋に味噌、砂糖、みりんを入れて練りながらよく火を通す。柚子の皮を加えて火が通ったら出来上がり。

(野田 高橋様)

●キッチンの排水口はすぐドロドロ、ベタベタ、ネバネバになりませんか。そんな時の対処法。アルミホイルを10～15cm切り、軽く丸めて排水溝のカゴに入れておくだけ。水と反応しキレイなままです。

(緑町 鈴木様)



トマトや素揚げしたナスを入れてもおいしいよ。

炒め物はやっぱりガスだね！

おいしいテーブル えびたまチリソース

作り方

- ① えびは殻と背ワタを抜き水気をとって軽く塩こしょうをする。油大さじ2を熱した中華鍋でさっと炒め取り出す。
- ② ボールに卵、塩、こしょう少々入れ溶く。油大さじ3を入れた中華なべでふんわり焼き、取り出す。
- ③ 中華鍋に油大さじ1を熱し、Aと豆板醤を炒めBを加え、煮立ったら水溶き片栗粉でとろみをつける。えびを加えひと煮えしたら卵を入れ火を止める。



材料 (4人前)

- えび中 16尾、卵6個、白髪ネギ、青味
- A にんにく、しょうが 各1かけ分
玉ねぎ 1/2個 (みじん切り)
- B ケチャップ大さじ6 醤油大さじ2
酢小さじ1、中華スープ1/2カップ
- C サラダ油大さじ5、
豆板醤小さじ1/2
片栗粉大さじ1/2、水大さじ1

今日の収穫はこれ！
帰ってからのお楽しみ。



空き巣くんのひとり言

指定日でもないのにゴミがでていような、住民のモラル、連帯意識の低い地域が狙い目さ。近所の人にジロジロ見られたり、声をかけられたりすると怖気づく。窓に補助錠が付いていると諦めるしかない。インターホンを鳴らしても返事がない。新聞たまっている。暗くなっても明かりがつかない。死角になっている窓がある。こんな家なら安心してひと仕事。15分もあれば十分さ。入ったらタンス、仏壇、冷蔵庫に直行。財布、通帳、印鑑、宝石などの貴重品はたいていこんな所にあるものさ。

お役に立てば

飲み残しビール、最後のおつとめ

飲み残しのビールをひょっとして捨てていませんか。布に含ませて油で汚れたコンロ周りを拭いてみましょう。ビールに含まれているアルコール分が油汚れをきれいに落としてくれます。



美しく老いるために読んでおきたい

シニアのバイブル

曾野綾子著「戒老録」



「もらうこと」を要求するようになった時人は老人となる。年をとると何でも許されると思う人がいるが決して人に甘えていいわけではない。年をうまくとるという作業は年をとってから始めたのでは遅い。著者は40代になった時自分自身のために書き始めた。年寄りと暮らし悶悶と悩んでいる人にとってこの本は胸のすく思いがするだろう。しかし、まかり間違ってもこの本が老人への非難の道具に使われることだけはやめてほしいと強く望んでいる。あくまでも自らの救いのため、戒めのために読んでほしいという。将来自分が老人になった時若い世代の負担にならないために読んでおきたいと思う。(祥伝社 1200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 10月 25日 消印有効

当選者には11月初旬に賞品をお送りいたします。
今回の原画は平井英梨さん(9才美杉台)の作品です。

前回のクイズ 応募数 181 通正解数 179 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16年の5月1日の予定です。皆様のご意見、おたより、おすすめのお店、絵手紙、イラスト、料理など大募集です。いただきましたご意見等は掲載させていただきます。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。

