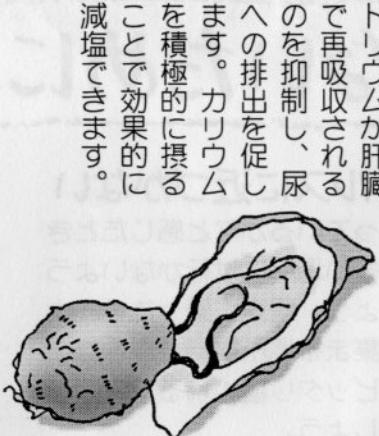


漢字パズル

上下左右の漢字と二字熟語になるようマスに漢字を入れ、マスにはいった六つに漢字のうち四つを選んで四字熟語を作ってください。



参考: ①正、②天、③品、④方、⑥行、⑦草 品行方正



減塩できます。カリウムを積極的に摂ることで効果的に塩を排出を促します。カリウムへの排出を促すため、尿を抑制し、尿の再吸収されると、トリウムが肝臓で再吸収されてしまうのです。そこで、上手にトリウムが肝臓の働きを抑制し、尿を抑制して、一日の摂取量の半分くらいを摂ることで、一日の摂取量を減らすことができます。

謹賀新年

旧年中のご愛顧を感謝いたしますとともに
本年も皆様のご健康とご多幸を
心よりお祈り申し上げます



平成二十一年 元旦



住まいる通信

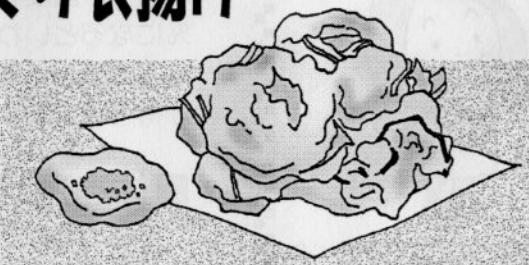


2009
Winter

冬のカーライフ

雪道を安全にするために欠かせないスタッドレスタイヤ。まずはタイヤをチェックしましょう。スタッドレスタイヤの寿命は一般的には5年、もしくは溝の深さが新品の時の50%以上残っているかです。次に、常備しておきたいものは、軍手や長靴。あれば、牽引ロープやスコップ、古毛布があると便利です。古毛布は雪に乗り上げて、タイヤが空転している時に、タイヤにかませて使います。この時、駆動輪にかませましょう。運転上の注意は、急発進、急ハンドル、急ブレーキなどの「急」がつく操作は禁物。アクセルペダルは優しく踏みましょう。AT車の場合は、アクセルを踏まない状態でもゆっくり進むクリープをうまく使いましょう。

牡蠣+サトイモで血圧を安定させる



おすすめメニュー

サトイモと牡蠣のさっくり衣揚げ

サトイモのカリウムが減塩効果を発揮し、牡蠣のタウリンが血圧、コレステロールの上昇を抑えます。栄養分を逃がさないよう、サトイモは洗いすぎず、ぬめりを落としすぎないようにし、衣をつけてからりと揚げます。

●材料(2人分)

サトイモ	3個
牡蠣	80g
みつば	一束
柚子の皮	適宜
揚げ油	適宜
A 強力粉	1/3カップ
ベーキングパウダー	小さじ1/3
サラダ油	小さじ1
冷水	1/4カップ
B 塩	小さじ1/6
抹茶	適宜

- ①サトイモは皮をむき、薄い輪切りにする。みつばは1cmの長さに切り、柚子の皮は千切りにする。
- ②牡蠣はざるに入れ、塩水の中で振り洗いし汚れを落とす。その後、水気を拭いて、1.5cm幅に切る。
- ③ボウルに、1と2を入れて、Aの強力粉(大さじ1)を振り入れて、軽く混ぜる。
- ④残りのAを混ぜ合わせ、3とからめる。
- ⑤170~180℃に熱した油に、4をスプーンでくっつて落とし入れる。時々返しながら、2~3分からりと揚げる。
- ⑥5を器に盛り、Bを混ぜ合わせた抹茶塩を添える。



スリップサイン
はでてないが…

エコウイルとは 電気とお湯を同時につくる エコシステムです！

家中快適！

床暖房や浴室暖房乾燥機、さらには便利な全自动ふろまで必要な機器を組み合わせ、快適な生活を作ります。一日の中でも家族が家に居る時間帯に、電気とお湯が必要となるので、発電とお湯ができるこのシステムは、生活リズムにあって効率が高いという訳です。また、貯めたお湯がなくなった場合も、ガスで湯を沸かしますので、湯切れの心配もありません。

省エネ&エコ

従来の発電システムの場合、発電所から電気を使う家までの間に距離があるため、発電時に発生する熱を有効に利用することができません。100のエネルギーの内、37%しか利用できていない結果となっているそうです。しかし、“エコウイル”なら、発電時に出る熱をその場で給湯・暖房などに使えるため、100のエネルギーの内、77%を利用できます。これは、今までの2倍以上の効率の良さとなります。

●お問い合わせはお気軽に下記までご連絡下さい。

開催します♪

ガスライフフェア

毎年恒例のガスライフフェア。
いつもは年末に開催していましたが、今年は
1月の開催になりました。年末にご予定を
していたお客様にはお待たせをして
しまい申し訳ありません。みなさまの
ご来場を楽しみにお待ちしております。

ナカジマ長浜店 10:00~
17:00

1月17日(土)・18日(日)

ナカジマ彦根店 10:00~
17:00

1月31日(土)・2月1日(日)

今後のイベントもお楽しみに!!

3月6日(金)・7日(土) 《会場》
10:00~17:00 ピバシティ彦根

おトクが
いっぱい!!
最新器具もご紹介します

まちがいさがし

左のイラストを見比べてね!
4つのまちがいがあるよ。

店頭で答え合わせ!プレゼントをGETしよう!



4つのまちがいに○をつけて、住まいの通信を店頭に持って行こう。答え合わせをするよ。見事正解された方には、その場で粗品をプレゼント!

解答期限: 2月末日まで

給湯・
暖房も!

電気も!

天然ガス

光熱費がお得!

自宅で電気をつくり、発電時の排熱を効率よく、家の給湯や暖房にも活用できるので、光熱費を効果的に削減します。毎日うれしい、家計にやさしいシステムです。

風邪を引かないために



■ウイルスに近づかない

体が弱っているかなと感じたときは、人の多い場所には行かないようにならう。電車に乘ったり、大勢の人が集まる場所へ行く場合は、鼻と口がピッタリ覆われるマスクを着用しましょう。

■ウイルスが嫌う部屋をつくる

冬風邪の代表インフルエンザウイルスは、高い気温と湿度が苦手。湿度を50%以上にしておくとウイルスの生存率は3%になるといわれています。加湿器を使ったり、ぬれたタオルをつるしておくだけでも効果が得られます。



■体を冷やさない

首から肩にかけては、風邪の入り口といわれるツボがあり、冷やすと風邪を引きやすくなるので、あたためましょう。

大阪ガス サービスショップ
くらしプラス **ナカジマ**

彦根店/彦根市平田町700-2
長浜店/長浜市南呉服町3-4

0120-46-0411

中島商事(株)

本社/東近江市宮荘町61-5
TEL 0749-65-7376 FAX 0749-65-7052