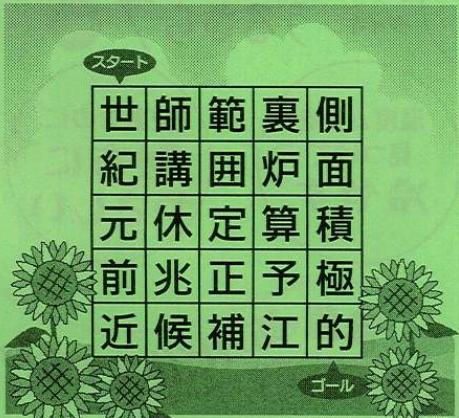


## クイズ 漢字しりとり迷路

漢字でしりとりをしながらゴールを目指しましよう。通らなかつた漢字を合わせると地名が出てきますよ。



答え：近江

|    |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |
|----|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| 世紀 | →紀元前 | →前兆 | →兆候 | →候補 | →補正 | →予算 | →算定 | →定休 | →休講 | →講師 | →師範 | →範圍 | →圍爐 | →裏面 | →裏側 | →側面 | →面積 | →積極的 |
| 世  | 紀    | 元   | 休   | 定   | 算   | 積   | 前   | 兆   | 正   | 予   | 極   | 近   | 候   | 補   | 江   | 的   | 側   |      |
| 師  | 講    | 休   | 定   | 算   | 積   | 的   | 世   | 紀   | 元   | 休   | 定   | 算   | 積   | 近   | 候   | 補   | 江   |      |
| 範  | 圍    | 定   | 算   | 積   | 的   | 側   | 師   | 講   | 休   | 定   | 算   | 積   | 近   | 候   | 補   | 江   | 世   |      |
| 裏  | 爐    | 算   | 積   | 的   | 側   | 面   | 範   | 圍   | 定   | 算   | 積   | 的   | 近   | 候   | 補   | 江   | 世   |      |

洗った後はタオルにふせてよく乾かします。



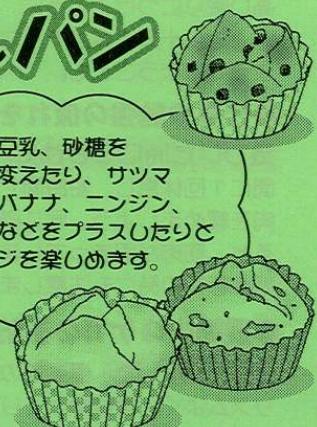
# ふんわり 蒸しパン

### 材料 (4個分)

|           |       |
|-----------|-------|
| 薄力粉       | 100g  |
| ベーキングパウダー | 小さじ1  |
| 牛乳        | 100ml |
| 砂糖        | 大さじ3  |
| 塩         | ひとつまみ |
| サラダ油      | 大さじ1  |

作圖方

1. 蒸し器を温める。ボウルに薄力粉とベーキングパウダーを入れてよく混ぜるかふるっておく。
  2. 別のボウルに牛乳を入れ、砂糖、塩、サラダ油の順に加えてよく混ぜ、最後に①の粉を加えてよく混ぜる。
  3. カップに生地を流し入れ、蒸気がよく上がった蒸し器で12~13分蒸したら出来上がり。

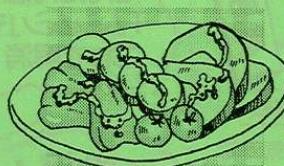


牛乳を豆乳、砂糖を  
黒糖に変えたり、サツマ  
イモ、バナナ、ニンジン、  
チョコなどをプラスしたり  
アレンジを楽しめます。



オーロラサラダ

**焼き夏野菜サラダ**



テ  
リ  
ナ  
ラ  
グ

「地下で見るようなサラダをおうちで作ってみましょ。」



2017  
Summer

アガルシ

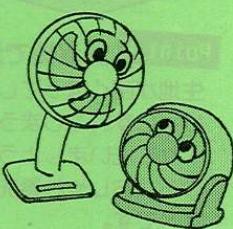
どこが違うの？

# 扇風機と コレーター

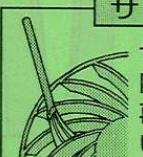
- 扇風機 = 羽根を回転させて風を起こす機械
  - サーキュレーター = 空気を循環するために作られた機械

どちらも風を起こす機械なのでさほど変わりないようと思われますが、サーキュレーターが真価を発揮するのは「エアコンとの併用」をした時です。エアコンの冷たい風や暖かい風を効率よく部屋の隅々まで送ることができるからです。省エネにも一役買いますよ。





サーキュレーターのお手入れ方法



サーキュレーターのカバーはプラモデル用の静電気防止ブラシでホコリを払うと便利。払ったホコリが再度付着することもなくブラシがすき間に入りやすいのがいいところ。内部の羽根の掃除も忘れずに。

**排水口のニオイには冰**

排水口のニオイは細菌が繁殖しているから。細菌は温かい・水分がある・エサがある所で増殖します。なので、洗い物やシンクの掃除が終わったら排水口のゴミ受けかごに氷を適量入れてみて。こうすることで温度が下がり、細菌が繁殖しにくい状態になるんです。ちなみに熱湯での殺菌もニオイ対策には有効ですが、パイプを傷める恐れがあるので気をつけましょう。



**夏本番!!**  
エアコンの準備は  
お済みですか!?  
夏の快適を  
しつどと気流でつくる。

大阪ガスも電気エアコンはじめました!!

「控えめ」でも快適

暑いのはイヤ、  
だけど冷やし  
すぎたくない!



快適エコ自動運転

除湿冷房とゆらぎ気流で  
快適に涼しくなるよう運転。また、人感センサー  
の働きにより、人の動きに合わせて気流を  
吹き分けします。

スマホから  
エアコンが操作できる!

消し忘れ?  
宅外でも、宅内で  
もうラクラク操作。  
消し忘れもお知らせします。

暑いワン

ダイキン うるさら7

温度ムラを見つけて  
冷やす

快適なのに  
財布にやさしい

だんだん感じる  
「ムシムシ」も  
これで解消♪

ずっと涼しい!

「除湿」で涼しさキープ

プレミアム冷房

設定温度に達し冷房運転が弱まつても、除湿によって快適な温度としつどに保ち、蒸し暑さを感じにくい快適空間をお届けします。

お肌に  
うれしいね!

冬は  
給水なしで  
加湿  
暖房

フィルター自動お掃除

フィルターの目  
詰まりをなくし  
て電力消費のム  
ダをカット。

カビとも  
おさらば♪

ジーンズ

JEANS

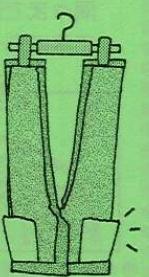
動きやすくて何にでも合わせやすいジーンズ。ジーンズは、同じ物を購入したとしても、穿く人の手入れの仕方やライフスタイルによって、その色味に大きな違いが出て来るのだと。では、お気に入りの1本に仕上げるためににはどんなお手入れをすればよいのでしょうか?

#### Point 1 洗濯機で洗う時は必ず裏返して

生地が硬くなってしまったり、洗濯機のスクリュー等で一部分だけがこすれてしまう事を防ぐために、必ず裏返してからネットに入れて洗いましょう。水洗いだけでもよいですが、洗剤を入れるなら「おしゃれ着洗い用」などの中性洗剤がオススメです。

#### Point 2 干す時は裏返しのまま、逆さに干す

裏返しの理由は日焼け防止とポケット部分の乾きを早くするため!広げて立体的に干すと早く乾きますよ。逆さに干すことで、膝の出っぱった生地が伸びる事があります。ストレッチのジーンズは伸びすぎることがあるので、注意してくださいね。



ストレッチを効果的に行うためにいいタイミングは…

## ストレッチのタイミング

### ●一日をスムーズにスタートしたい!

**起床後。**起床後のストレッチは、体にスイッチを入れて一日をスムーズにスタートできます。体を目覚めさせるようにゆっくり少しづつ伸ばしていきましょう。

### ●気持ちよく目覚めたい!

**入浴後から就寝前**にストレッチすれば、コリを解消して質の高い眠りにつけるように。コリを残したまま寝ると血の巡りが悪くなり十分に休息できないばかりか、寝ている間にさらに固まってしまうことも。

### ●仕事や勉強の疲れを溜めたくない!

**気づいた時にこきめに。**できれば1時間に1回休息し、短時間でもいいので筋肉を緩めましょう。同じ姿勢をとり続けると、筋肉が固まってしまいます。長時間の移動の時にも注意しましょう。



### ●運動中のケガの予防と疲労回復!

**運動の前・後。**運動前のストレッチはリズムよく、後はゆっくり筋肉をリラックスさせるイメージで行いましょう。

本誌ご持参  
先着10名様に

あらゆる料理が美味しくなる  
スキレット  
プレゼント♪



今号の「住まいの通信」を店頭へご持参いただいた先着10名様にあらゆる料理が美味しいくなる「スキレット」をプレゼントいたします。お気軽にご来店ください!!

Design Heat Energy / PREMIUM  
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