

正しく使って  
快適生活!

# LPガス

災害に強く  
復旧が早い!

## こんな場合は…

### 小型LPガス容器(8kg以内)

- ◆使用後は必ず容器バルブを閉めてください。
- ◆容器を横に寝かせて使用しないでください。
- ◆使用する際は、直射日光や周辺の火気を避けてください。
- ◆容器は転倒に注意し、風通しの良い場所に保管してください。
- ◆不要になった容器は必ずLPガス販売店へ返却ください。

### カセットボンベ

- ◆お住まいの各自治体が定める処分方法に従ってください。

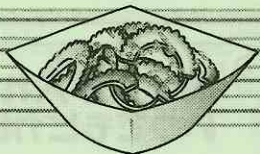
### 業務用に使うには

- ◆大規模料理飲食店等施設の管理者は、選任したLPガス保安連絡担当者を通じて、従業員に周知事項を徹底してください。
- ◆ガスが漏れたら、ただちにお客様等を安全な場所へ誘導し避難させてください。
- ◆業務用施設において、配管系統の変更など設備の変更をする場合には、LPガス販売店に必ず事前に連絡してください。

※ガスが残っている容器をそのまま廃棄すると法律違反になります。



## ゴーヤのごまからし和え



### 材料(2人分)

- ゴーヤ 1本(約250g)
- すりごま 大さじ2
- A 練りがらし・砂糖・しょうゆ 各大さじ1

### 作り方

- ①ゴーヤを縦半分に切り、種とわたを取り除き薄切りにする。
- ②①を塩少々(分量外)で揉んでしんなりしたら水気を絞り、Aと一緒に和えて出来上がり。

いつもとちょっと違ったカレーが食べたい時は、じゃがいもに工夫を。たまねぎをしっかり炒め、肉は塩コショウして焼いてにんじんと一緒に煮込みます。器に盛ってから、グリルで焼いたじゃがいもをのせれば、味わいが変わりますよ。

… 快適ライフのプランナー …

## 石井燃商株式会社

<https://www.ishii-nensho.co.jp>

夜間・休日連絡先: ☎ 059-353-9000

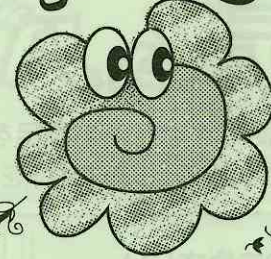
- \* 本社 TEL059-351-0141
- \* 鈴鹿営業所 TEL059-386-5366
- \* こもの営業所 TEL059-396-0015
- \* 伊勢支店 TEL0596-55-8620
- \* 桑名営業所 TEL0594-21-8128
- \* 山中事業所 TEL0595-96-8270

モスP

# 2026.7

# ま ね

# はな



# 通信

## Vol.340



## 夏のアウトドアに!

# 天体観測



夏の暑い昼を避け、夜にアウトドアで星を楽しむのはいかがでしょう? 山や森など、街から離れた場所に行かなくても明るい星なら市街地でも見つけることができます。

### 市街地で見れる天体

- ★月
  - ★惑星
  - ★恒星
  - ★流星群
- ★夏の大三角形  
(ベガ・デネブ・アルタイル)
- 目を慣らすために「15分待つ」ことがポイント

### 持ち物

- 望遠鏡
- 懐中電灯
- 双眼鏡
- 星座早見盤
- 飲み物
- 虫よけグッズ
- コンパス

☆星空ナビ  
星座早見盤は  
アプリで代用  
してもOK!

### 日にちと時間を選んで

星を鑑賞するなら、月の満ち欠けを参考に日にちを決めるといいでしょう。満月は明るくて綺麗ですがその明るさによって星が見えにくくなることも。オススメは新月の前後数日間。またお目当ての星が何時にどこの空に昇るのか、星座早見盤などで確認しておきましょう。

## 夏の流星群

7月31日

やぎ座流星群

8月13日

ペルセウス座流星群

※見やすさや日にちは年によって異なります。

## 変化アサガオ



突然変異し、一般的なものとは違う形で咲くアサガオの事を「変化アサガオ」と言います。元々アサガオは突然変異しやすい植物で、一見普通のアサガオでも突然違う姿の花を咲かせることがあるそうです。変化は二代目以降に見られることが多いので、種を取っておいて次の年に育てると、世界で一つの「あなただけのアサガオ」が咲くかもしれませんね。

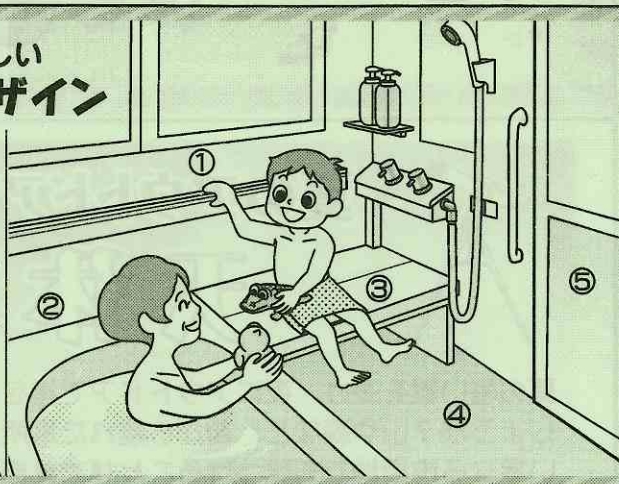
# 完成 家族みんなにとっての「しあわせ」を追求した システムバスルーム

掃除のしやすさ、収納の便利さなど、お風呂を使う人、お手入れをする人、家族みんなにとっての「しあわせ」を考えたお風呂です。

安心できる  
しあわせ

家族みんなにやさしい  
ユニバーサルデザイン

- ①入浴中の動作をサポートする手すり
- ②腰掛けてから入浴動作ができる浴槽
- ③ラクな姿勢で使え、座れるカウンター
- ④水はけが良く滑りにくい床
- ⑤つまずきにくい段差の小さい出入り口



4時間後...

11:00  
39°C

## 魔法瓶のような保温力 高断熱浴槽

浴室・浴槽を断熱材でしっかり包み、保温効果はバツグン。追いだきの回数が減らせます。

## 【+】 温かい残り湯でエコ洗濯!

翌朝には生地を傷めにくく洗剤の力を引き出す、洗濯にピッタリな温度になりますので、節水&エコ洗濯ができます。

家事が軽減できる  
しあわせ

簡単お手入れで  
いつでもピカピカ

気になるカビやピンクぬめりともおさらばです。



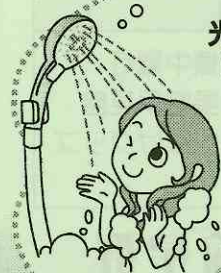
システムバス・節水シャワーに関するお問い合わせはお気軽にご連絡ください。

光熱費も節約  
CO2の量を削減



## 節水シャワーヘッド

水圧を高くすることで水量を減らします。シャワーの使用時間が長い場合や、家族の人数が多いご家庭に特におすすめです。



身体も  
しあわせ

シャワーに  
プラスしたい

人気のプレミアム機能

美肌に!  
健康に!

ウルトラファインバブル  
マッサージシャワー

美髪に!  
育毛に!

塩素除去機能  
ヘッドスパ水流

## 自然な涼 打ち水

道や庭先に水を撒くことを打ち水と言い、気化熱を利用し涼気を取ることができます。しかし、ただ水を撒けばいいというわけではありません。効果的に涼を得るには、気温が上がっていない朝か下がり始めた夕方ベスト。場所は日向や熱々のアスファルトよりも日陰にしましょう。日向にする方がいいと思われがちですが、これはかえって逆効果。打ち水は気化熱を利用しているので、真夏の日向は熱すぎてすぐに蒸発してしまいます。日陰に水を撒くことでゆっくり蒸発し、涼しさを長持ちさせられます。省エネ対策が常識となりつつある日本。今年は昔ながらの「打ち水」で天然クーラーを取り入れてみませんか。

いよいよ梅雨も明けて、本格的な夏を迎える季節になります。エアコンも必要ですが、今年の夏は「打ち水」でも涼を感じてみませんか。

液体は気体になるときに周囲の熱を吸収する性質を持っており、このときに周囲から奪われる熱が「気化熱」です。この現象は冷蔵庫にも利用されています。



## ヨーグルトで 免疫力アップ

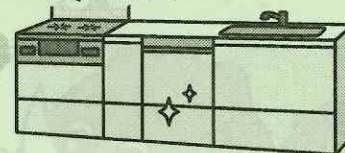
ヨーグルトには乳酸菌やビフィズス菌などの善玉菌が多く含まれ、腸内環境を整える作用があります。また体外から侵入した病原菌やウイルス、異物などと戦う免疫細胞の大半が腸内にあり、口にした食べ物や菌などは腸へ運ばれ、ここで病原菌など体に害を及ぼすものを排除します。つまりヨーグルトに含まれる善玉菌によって腸内環境が整えば、腸内にいる免疫細胞が活性化して免疫力が高まり感染症予防につながるのです。ヨーグルトで免疫力をアップさせて病気に負けない体を作りましょう。



ヨーグルトの上澄み液はホエーと呼ばれ、これもビタミンやたんぱく質など栄養が豊富なので捨てずに一緒に摂取すると良いですよ。

## 夏こそ台所を

さわやかに



キッチンに漂う生ゴミ臭。その強烈な臭いにはもううんざり…。快適な台所のためには生ごみは溜めず早めに捨てて毎日掃除するのが効果的ですが、毎日は大変ですね。そこでお手軽なのが酢。水とお酢を1対1の割合で混ぜたものを吹きかけるだけでお酢の酢酸が臭いのもとを中和してくれて雑菌の繁殖も防いでくれます。油污れが目立つ場合は重曹も一緒に使うと良いでしょう。