

健康で、豊かな、暖かい、快適な暮らしをお届けする

# ふれあい通信

2020

No.64  
春号

いつも、いまも、これからも、ベストパートナー



50周年記念!

## 読者プレゼント

たくさんのご応募おまちしております!!  
アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で  
ステキなプレゼントを差し上げます。



かもめガスは、

おかげさまで2020年10月に  
創業50周年を迎えます。

このように節目の年を迎えることができるのも、  
お客さまの支えがあったからこそ深く感謝しております。  
昨今、ライフスタイルや価値観はますます多様化を極めていきます。  
しかし、どれだけ社会や人々の暮らしが変化しても、  
決して変わらないものがあります。  
それは 安心・安全な暮らしへの願いです。  
50周年の節目を迎える今、弊社は原点に立ち戻り、  
生活に欠かすことのできない“ガス”を中心とした  
高品質のサービスを目指し、社員一丸となって取り組んでまいります。  
「いつも、いまでも、これからも ベストパートナー」  
お客さまの暮らしのそばで、お客さまの更なる幸せをサポートできる  
パートナーであり続けたい。  
次の未来のその先へー。  
新たな未来を切り開くかもめガスにご期待ください。



# 「かもめガス50周年記念」



## かもめガス 社員から お客さまへのメッセージ



市川支店



柏支店



印西支店



富里支店



市原支店



千葉支店



大網営業所



石岡支店



鹿島支店



つくば支店



日立営業所



茨城中央支店

いつも、いまも、これからも ベストパートナー

いまさら聞けない

# 洗濯の基本とコツをプロからならう

協力/クリーニング専科 スーパーバイザー 飯村京美さん  
スーパーバイザー 大根弘美さん



新生活の切り替わりのシーズン。毎日の生活にかかせない「衣類の洗濯」を見直しませんか。通常の洗濯にひと手間加えることで仕上がりがグンと変わってきます。気持ちよく洗い上げて気分もリフレッシュしましょう！

## Check1 下準備を見直そう！

衣服を色と種類で分けてポケットの中をチェックします。ボタンやファスナー、ホックを締めて、デリケートな素材は裏返す気遣いも大切です。

### 洗濯ネットを使い分ける

洗濯ネットは衣類のダメージをおさえる重要なアイテム。衣類の縮みや肩くずれ、ボタンなどのひっかかりを防止します。



平型

シャツや靴下、ズボンやスカートほか

ドーム型

ブラジャーなど

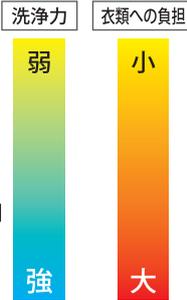
立体型

布団や毛布ほか

### 洗剤の種類を選ぶ

- ①おしゃれ着洗剤 **中性**  
ウールやシルクなど
- ②通常使いの液体洗剤 **弱アルカリ性/中性**  
綿や麻、化学繊維など
- ③汚れをしっかりと落とす粉末洗剤 **弱アルカリ性**  
丈夫な素材で汚れが目立つもの（体操着やユニフォームなど）

※通常の洗濯には①と②があれば充分ですが、小さな子どもや、中高生の汚れが目立つ洗濯物には、加えて③粉末洗剤がオススメです。



### 色移りを防ぐ

- 白物と色柄物に分けて洗濯ネットに入れます。
- 白物と色柄物を洗う日に分けるとさらによいでしょう。
- 接触や摩擦が色移りの原因になるため、ぬれた状態で放置することなく素早く干します。

色移りに気づいたらすぐに洗剤（既定量2~3倍）に漂白剤を加えてお湯（50℃以上）で落とします。

## Check2 「洗濯表示」を理解しよう！

基本となる5つの記号

### 家庭洗濯



40℃が上限



手洗い可

数字は温度の上限

### 漂白



漂白剤使用可



漂白剤使用不可

バツがついている場合は記号が示す行為を禁止

### 乾燥



つり干し



平干し

線は干し方の向きを表す

### アイロン



低温



高温

点が増えるほど温度は高い

### クリーニング



弱い処理のウエットクリーニングができる

線が増えるほど弱い処理  
※Wはクリーニング店が特殊技術で行うプロ水洗いのこと

## Check3 干し方と乾かし方をマスターしよう！

### 部屋干しテクニック



- Point 1 空気の流れをつくる**  
洗濯物の両側に空気が抜けるように干しましょう。カーテンレールや壁際は空気が流れないためNG。扇風機やサーキュレーターの風を当てれば乾きが早くなります。
- Point 2 湿気を取り除く**  
エアコンの除湿機能や換気扇のほかに、新聞紙も活用できます。湿気は下にこもるため、くしゃくしゃにした新聞紙を真下に敷くと手軽な除湿に。
- Point 3 干し方を工夫する**  
洗濯ハンガーは、内側に短い丈、外側に長い丈を「アーチ」型に干すと早く乾きます。縫い目やポケットは表にし、間隔を開けて重なる部分を減らしましょう。

### 外干しの場合は…



外で早く乾かすには、できるだけ間隔をあげ、風通しのいい並べ方がポイント。  
丈や素材の厚さ、薄手のものと短いものを交互にすれば、風通しがよくなります。



汚れ落としの三か条

- ☑ こすらない。
- ☑ あわてない。
- ☑ 放置しない。

さらに

洗濯洗剤にこだわらない。

### 食べこぼしには

#### 食器用洗剤

食器用洗剤をなじませる。

こすると汚れが繊維の奥に入って落ちにくくなります。

### えり汚れには

#### 脱いだ直後に固形石鹼

体を洗う固形石鹼を塗り込む。

黄ばみ予防には毎日のひと手間が大切。

### 血液汚れには

#### 固形石鹼と冷水

体を洗う固形石鹼に水をつけて塗り込んで、なじませたら冷水で洗い流す。

血液は温めると固まり落ちにくくなるためお湯は絶対にNG。

### 化粧汚れには

#### クレンジングオイル

汚れた部分をこすらずにクレンジングオイルをなじませる。

肌につけるクレンジングオイルは衣類に使っても安心です。

## 黄ばみ ワイシャツの黄ばみ解決法

ついってしまった黄ばみにおすすめ

ワイシャツ1枚に対して準備するもの

■お湯(40℃~50℃) / 6リットル

■粉末酸素系漂白剤 / 大さじ4杯

■家庭用洗濯洗剤 / 大さじ6杯

混ぜるな危険!

酸素系漂白剤と塩素系漂白剤をまぜると有害なガスを発生します。



Before



After



1 お湯に粉末タイプの酸素系漂白剤と洗濯洗剤を溶かします。(洗濯洗剤は浮き上がった汚れが逆戻りするのを防ぎます)



2 ワイシャツを浸け置きます。空気を抜いて、浮かないように押し付けます。(ゴム手袋を使用しましょう)



3 お湯の温度を保つためにフタをします。フタはラップもOK。



あとは朝を待つだけ

ゆっくり効果を発揮するので一晩浸け置きし、朝になったら洗濯します。  
※長期間放置や熱を加えた汚れは落ちにくい場合があります。

## 黒ずみ 落ちにくい泥汚れの黒ずみは予防が大切。その決め手は「予洗い」です。

あとはいつもどおり洗濯機で洗うだけ!

準備するもの

- 固形石鹼
- 洗濯洗剤(液状)
- 洗濯ブラシ
- 重曹

※分量は適量です。汚れ具合によって調整



Before



After

泥汚れは乾燥させてから良くはたき、泥の塊を落としましょう。洗濯洗剤と重曹は1対1で混ぜてペースト状にします。



1 お湯(40℃前後)がおススメ。固形石鹼を泥汚れにこすり付けます。



2 重曹の温かいツブツブが洗浄力をパワーアップ! 洗濯洗剤+重曹を靴下にくみり洗濯ブラシで泥汚れをかき出します。



3 シャワーで靴下の内側から汚れを押し出す。シャワーヘッドを靴下の中に入れ、内側から外へ水を出し、残りの汚れを押し出します。

## ガス衣類乾燥機が毎日の洗濯をもっとラクに。

### スピード乾燥で家事の時短化

ハイパワーでたっぷりスピーディーに乾燥ができる乾太くんは、ガスの力で家事の時短を実現。

### 太陽に負けない「除菌力」

室内干しや野外の陰干しでカビやダニの原因となる菌が残りますが乾太くんがあれば安心。雨の日はもちろん花粉の季節にも心配なし。生乾き臭の原因モクセラ菌の発育も抑制!!

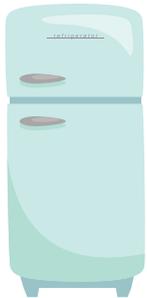


乾燥時間の比較	はやい <b>乾太くん</b>	約52分
	電気式全自動洗濯乾燥機	約169分

※ガス衣類乾燥機(乾太くん):リンナイ、電気式全自動洗濯乾燥機(ドラム式):東京ガスが試験実施※条件:実用衣類5kg(綿50%、化繊50%) / 脱水度70% RDT-52S 標準コースで算出。ガス種:LPGの場合で約52分 試験実施:リンナイ(株)

太陽菌の除菌効果比較 (大腸菌数/枚)	水洗い	600,000
	室内干し	17,000
	屋外陰干し	3,500
	天日干し	0
	はやい <b>乾太くん</b>	0

※各処理後の検体(おむつ)1枚あたりの大腸菌をカウントしたものの(一社)東京都食品衛生協会 東京食品技術研究所調べ



🕒 時短! 🍱 節約! 😊 おいしい!

# 「味付け冷凍」のススメ。

安いときにまとめ買いしたお肉やお魚に下味をつけてから冷凍する「味付け冷凍」が話題です。時短・節約など良いこと尽くめの「味付け冷凍」。ぜひお試しください。

時短

しっかりと味がしみるので、忙しい日の主菜をささっと仕上げられます。

節約

特売のお肉やお魚を無駄なく活用して節約に。新鮮なうちにひと手間かけることで美味しさもアップ。

おいしい

味付けでコーティングすることで冷凍焼けや解凍後のパサツキを防ぎます。

レシピ提供

田野島万由子さん

株式会社ORIGINESS取締役COO  
フードクリエイション事業部 フードディレクター

茨城県内外で商品開発や各種コンサルティング、研修講師、食育等の講演・イベントを行うほか企業との商品共同開発などを多数手掛ける。また、2019年からつくば市で「運動」と「食」をテーマにした県内初の複合型健康増進施設「ma\*n\*ma village (マンマビレッジ)」を主宰。  
<https://manma-tsukuba.com/>



## ブリのしょうゆ漬け



- ブリ切り身…2切れ
- みりん…大さじ4
- しょうゆ…大さじ2
- 生姜すりおろし…小さじ1弱

○冷凍用保存袋に調味料を入れて混ぜ、切り身を入れてしっかり空気を抜いて冷凍する。

## ブリの照り焼き

【2人分】

- ブリのしょうゆ漬け…2切れ
- 油…大さじ2

- ①フライパンに油をしき、解凍したブリのしょうゆ漬けを入れて漬け汁ごと中火で両面焼く。
- ②たれをしっかりと煮詰めてからめる。



バリエーション  
レシピ

解凍したブリのしょうゆ漬けを片栗粉をまぶして油で揚げれば「竜田揚げ」に!



### 最新コンロの便利な調理機能が“おいしい”を簡単に。

火力調節を自動で行ったり、お好みの調理時間をタイマー設定できるなど、使い勝手のよい便利な機能が調理をサポート!



#### Point ① 火加減はコンロにおまかせ! 温度調節機能

鍋底の温度をセンサーが感知。火力を自動で調節し、指定した温度を保ちます。



※調理温度は目安です

#### Point ② 直火炊きごはんが美味しい! 自動炊飯機能

ボタンひとつで最適な火加減を自動的に調節、消火。美味しいごはんがカンタンに楽しめます。



※専用の炊飯鍋の使用推奨

#### Point ③ 食材を裏返さずに自動で魚を焼き上げる オートグリル機能

焼き加減を選択すれば、お好みの焼き具合で魚を焼き上げ、自動で消火します。



## 味付け 冷凍の ポイント

- 冷凍用保存袋の中で食材と調味液をよく揉み込み空気をしっかりと抜く。
- ひき肉などはボウルなどで調味液とよく混ぜ合わせてから袋に入れる。
- 金属製のトレイなどに載せて平らになるように冷凍すると、早く冷えて形が整うので保存と解凍が容易。

解凍は冷蔵庫で。急ぎの場合は流水でも可。



冷凍庫で  
1~2カ月  
保存可能

### 豚ひき肉の 塩こうじ漬け



- 豚ひき肉…400g
- タマネギ…1個(みじん切り)
- シイタケ…2枚(みじん切り)
- 塩こうじ…大さじ4

○すべてをよく混ぜ合わせてから冷凍保存用袋に入れ、しっかりと空気を抜いて冷凍する。

※小分けに使いたい場合は、袋の上から菜箸などで筋をつけておくと割って使いやすい。

### 塩こうじ麻婆豆腐

【2~3人分】

- 豚ひき肉の塩こうじ漬け…100g
- 豆腐…1丁
- 鶏ガラスープ…300ml
- ごま油…大さじ2
- 醤油、塩…適宜
- 水溶き片栗粉…大さじ1

- ① フライパンにごま油を入れて火にかけ、解凍した豚ひき肉の塩こうじ漬けをほぐしながら炒める。
- ② 鶏ガラスープを入れて煮立ったら、さいの目に切った豆腐を加え、温まったら醤油、塩で味を調え、水溶き片栗粉でとろみをつける。



バリエーション  
レシピ

解凍したタネを丸めて  
シノで包んで焼けば「塩こうじつくね」に!



### 鶏肉のヨーグルト カレー漬け



- 鶏もも肉…1枚
- プレーンヨーグルト…50g
- カレー粉…小さじ1
- はちみつ…小さじ1
- 塩…小さじ2/3
- ニンニクすりおろし…小さじ1/2

○冷凍用保存袋に調味料を入れて混ぜ、食べやすい大きさに切った鶏もも肉を入れてしっかりと空気を抜いて冷凍する。

### バターチキンカレー

【2~3人分】

- 鶏肉のヨーグルトカレー漬け…1袋
- カレー粉…大さじ1
- 生姜すりおろし…小さじ1
- バター…50g
- トマト缶…1/2個(200g)
- 牛乳…大さじ4
- トマトケチャップ…大さじ1
- 塩…小さじ1くらい

- ① フライパンにバターを熱して、解凍した鶏肉のヨーグルトカレー漬けとカレー粉、生姜すりおろしを入れて、炒め煮にする。
- ② 鶏肉に火が通ったら、トマト缶のトマトをつぶしながら加え、ケチャップと牛乳を入れて蓋をして5分くらい弱火で煮込む。
- ③ 仕上げに塩で味を調える。



バリエーション  
レシピ

解凍した鶏肉のヨーグルトカレー漬けを  
そのままオーブントースターで焼けば  
「タンドリーチキン」に!





一人でもファミリーでも、

ランチはもちろんディナーも楽しめる

社員のオススメの美味しいお店をご紹介します！



千葉県松戸市

## とら食堂 松戸分店

「醤油焼豚ワタン麺」となごつ鶏ガラのみで作るスープと店主の魂の手打麺。種類の違う焼豚が2種7枚入る大満足の商品。



福島白河ラーメンの元祖「とら食堂」直系の分店

2011年9月にオープン。福島県白河市の「とら食堂本店」で修行を重ねた店主が地元（松戸市）でその味を守っている。鶏ガラスープで作るアッサリ醤油味のラーメンは、青竹手打のモチモチとした麺と緑の色が「ピンク」のチャーシューが特徴的。店内はカウンターとテーブル、座敷があり三世代に愛される人気店。週末は他県からの来店も多く行列必至。



松飛台駅から徒歩1分、大屋根と大きな「とら食堂」の看板が目印。30台まで止められる無料駐車場も完備している。

☎047-311-2355

千葉県松戸市紙敷1-8-6

【営】11:00～14:30、

17:00～スープ完売まで

【休】毎週火曜日 ※月1回連休あり

おすすめポイント

麺はもちもち、あっさりだけどコクのあるスープが最高にマッチしています。何度食べても飽きない、またすぐ食べたくなるラーメンです。生姜醤油チャーシュー麺が一番好き。おすすめです。(営業推進グループ 須田)

茨城県那珂市

## 定食家



牛ひき肉100%の「煮込みハンバーグ定食」1850円(税込)は、ジュースと店主こだわりのソースが人気の一品。

気軽に立ち寄れる大満足の定食店

創業35年。「料理は全て真心を込めた手作り」と胸を張る店主は、同店を開く以前から40年以上腕を振るうベテランシェフ。リーズナブルにおなかいっぱい味わって欲しいと「サーモンのプロバンス定食850円」や「鶏肉生姜焼定食750円」「さばの味噌煮定食850円」ほか和洋さまざまな定食がランチメニューに並ぶ。※価格は全て税込★ご予算に応じて宴会や食事会も承りますのでお気軽にご連絡ください★



明るくアットホームで落ち着いた雰囲気の中、食事を楽しめる。

☎080-5503-3244

茨城県那珂市額田南郷1909-1

太田街道(349号)沿い

【営】11:00～14:00

【休】木曜日

おすすめポイント

煮込みハンバーグのソース絶品です！この金額で、この味とこのボリュームは味わえません！一度食べてみてください！居心地の良い雰囲気のお店で、いつも優しい接客も最高です。(茨城中央支店 小田倉)

千葉県市原市

## 魚河岸料理 八つはし

「日替り海鮮丼」旬の魚介が盛りだくさんの人気メニュー。ランチタイム1000円(税抜)



旬の味をまごころで

2019年9月にオープンした海鮮料理店。厳選した旬の素材をリーズナブルに味わって欲しいという思いから、ランチには高クオリティな「日替り海鮮丼」と「日替り定食」をお手ごろ価格で提供している。数量限定のため、食べてみたい方は早めの時間に行くのがおすすめ。また、「濃厚ダレの穴子ずし」は旬の国産穴子を秘伝のダレ、シャリを熊笹で焼き上げた店主自慢の一品でお土産にも人気。



「濃厚ダレの穴子ずし」ふわとろ食感の国産穴子と濃厚なダレがベストマッチ。

おすすめポイント

お店はオシャレ&キレイで雰囲気が良いです。新鮮な美味しいお魚が食べられるので皆さんも是非行ってみたいですね！(市原支店 清水)

☎0436-55-2035

千葉県市原市国分寺台7-1-5 A-1

【営】11:00～14:30(LO 14:00)

17:00～22:00(LO 21:30)

【休】日曜、祭日 facebook.com/yatsuhashi08/

千葉県鎌ヶ谷市

## 広東料理・飲茶 豊



リピーターが増え続ける人気の本格広東料理

2019年3月にオープンし、約1年。店名の「豊」は中国語で“色とりどりで美しいたくさんの料理”という意味。店名にふさわしく、多彩な本格中華料理が気軽に味わえると地元で人気。料理人歴は中国と日本通算で30年というベテラン店主と、奥様の夫婦2人で店を営んでおり、いつも優しい接客も魅力のひとつ。また、月ごとのランチサービスメニューを実施中。出会えたらラッキー。



オーダーを受けてから手包みするのがこだわりの小籠包。モチモチの皮に熱々の肉汁が溢れ出す。

☎047-442-8533

千葉県鎌ヶ谷市丸山1-2-8

【営】11:00～15:00

17:00～22:30

【休】火曜日

おすすめポイント

週替わりのランチのラーメンの種類が充実しているのでの週に行っても大満足。特に酸辣湯麺、蒸鶏麺がおすすめです。(営業企画部 清水)



# かもめガス

# おすすめのお店

千葉県流山市 **tronc (トロン)**

## 自家製ケーキと コーヒーが楽しめる喫茶店



定番のショートケーキは、季節によって使用するフルーツが変わるためシーズンごとに新たな味わいを楽しめる。

「呉服まじや」の築100年以上の納屋をリノベーションし、2016年にオープン。レトロで可愛い流鉄流山線の流山駅から徒歩5分という立地のため、小旅行気分でも遠方から訪れる方も多い。店内には様々な種類の焼き菓子が並ぶほか、人気の生ケーキは見た目も美しく、芸術品とも言える1品。常時3種類のブレンドから選べるこだわりのコーヒーは、秋田の08COFFEEの豆を使用。庭を眺めながらゆったりとした時間が過ごせます。



カウンターを含め10席ほどの落ち着いた店内。本や漫画も多数あり、自由に閲覧可能。

☎04-7126-0800  
千葉県流山市加6-1300  
【営】13:00~21:00  
【休】水曜日・木曜日  
www.cafe-tronc.info

おすすめポイント

いつも混雑している人気店です。とてもおしゃれなカフェで飲む挽きたてのコーヒーは格別で、デザートも可愛くインスタ映えできるので是非行ってみてください。(柏支店 篠塚)

東京都江戸川区 **ベーカリーレストラン MARUKO**

## 焼きたてパンとサラダ食べ放題の イタリアン



「ローストビーフ」厳選した黒毛和牛をしじくり時間をかけ丁寧に焼き上げた自慢の一品。

メインのパスタやステーキ、ビーフ&タンシチュー、お魚料理と共にサラダやパン、スープ、カレーが食べ放題で楽しめる。地元の名産である小松菜を使った料理や、お酒に合う一品料理も豊富なため、幅広い年齢層に愛されている。定期的に開催されるピアノデーは、プロによる生演奏を聴きながら食事を楽しめると大好評。自家製のキャロットドレッシングやプリンはお土産としても人気。



「ブルスケッタ」サクサクのデニッシュ生地にトマトやモzzarellaチーズをたっぷりのせたマルコオリジナルのイタリアンピザトースト。

☎03-3656-5211  
東京都江戸川区一之江2-10-7  
【営】11:00~23:00 (LO 22:15)  
【休】元旦  
https://bakerymaruko2017.com

おすすめポイント

食べ放題の焼き立てパンがとても美味しく、つつい食べ過ぎてしまうほどです。和食の気分ときはお隣の系列店「しゃぶテキ亭」もおすすめです!(市川支店 小野寺)

千葉県富里市 **麺屋 ちくわ**

## 「一期一会」毎日飽きないラーメン屋



【上】毎週水曜日メニュー「鬼煮干そば」950円。八戸産の青黒いわしを大量に使った濃厚いわしそば。  
【右】毎週木曜日メニュー「ダブルチャーシューらーめん」1,200円。鶏と煮干、節を使い、2種類の豚チャーシューがトッピングされた肉好みに嬉しい1品。

お客さまを飽きさせないというこだわりから、曜日ごとに異なるメニューを提供しているオリジナリティ溢れるラーメン店。「月曜は魚介系」「金曜は豚系」と、メニューが違うにも関わらずどれもクオリティーが高いと評判だ。和洋食を経験したのち、ラーメンを独学で研究して生み出した「鶏豚魚介スープ」と、料理人歴25年の豊富な経験と技術による低温調理のレアチャーシューが自慢。



おすすめポイント

いろいろな味を日によって変えて楽しめるのが魅力的です。どれも美味しいラーメンですが、とくにチャーシューは絶品なので食べてみてほしいです!(富里支店 神谷)

☎0476-33-6553  
千葉県富里市七栄646-135  
【営】11:30~15:00 (LO 14:45)  
18:00~22:00 (LO 21:54)  
※スープ完売の場合は早く終了の場合あり  
【休】火曜日 twitter @chikuw2016

千葉県浦安市 **豚肉料理 とんかつ きむら**



とんかつで  
エネルギーチャージ!!

2007年オープンの浦安の有名とんかつ店。しつこくないカラッと軽いとんかつが特徴で1度食べたら虜になる常連客も多数。店主こだわりの岩手県産銘柄豚「岩中豚」を使用した数量限定の絶品とんかつは必食の一品。昼はボリュームミーな3種のランチ(1,000円~1,200円)が人気。夜はとんかつの他、豚肉を使った一品料理や刺し身などもあり「ちょい呑み」も楽しめる。また、揚げたてのとんかつを自宅で味わえるテイクアウトの弁当や惣菜も好評。



ルーが別が付いて2度美味しい「カツカレー」も人気。

☎047-305-1127  
千葉県浦安市猫実3-15-18  
【営】11:30~15:00 (LO 14:30)  
11:30~22:00 (LO 21:15) 【休】木曜日

おすすめポイント

揚げたてサクサクのとんかつがおいしいのでランチに良く行きます。近くに來たせび!(市川支店 橋本)



## みなさまからのお便り

いつも温かなお便り  
 ありがとうございます。  
 このページでは、読者のみなさまから  
 寄せられたお便りを紹介していきます。  
 ご意見やご感想、身近な話題などを  
 巻末のハガキにてお寄せください。



◆我が町内会に手作りのゴミステーションが完成しました。今までネットだけでしたが骨組の囲いでガラスさんも入れぬようになりました。町会の皆様の気持がひとつになり、設置後には全員で拍手しました。ゴミ問題大事です。  
 (市原市・早川様)

◆ビルトインコンロに替えてから料理のレパートリーが増え、時短にもなり楽しいです。1番のお気に入りは鶏肉のグリル。ふっくらやわらかに仕上がります。  
 (石岡市・三浦様)

◆家で毎年たくさんのお夏みかんがとれます。無農薬ですので皮はマーマレードに、中の実は蜂蜜に漬けます。ヨーグルトに入れるとおいしいですよ。毎年、友だちがマーマレードを待っていてくれます。  
 (千葉市・佐藤様)

◆娘夫婦が家を新築するにあたり、キッチンにはガスと決めていきます。調理時間、味がやはりガスの方が良い！だそですヨ。  
 (印西市・五十嵐様)

◆最近太巻きにハマっています。簡単につくれて置くことが出来るので家事が楽になります。  
 (石岡市・郡司様)

◆春になり庭の花がたくさん咲き始めました。以前誕生日に頂いたカサブランカがまた芽を出しました。大きく白い花が毎年咲きます。今年も咲くのが楽しみです。  
 (柏市・佐藤様)

◆台風で折れてしまった桃の木。諦めていたのですが折れていた脇から花芽がつき、とても綺麗に咲いてくれました。その他にもいろいろな草花が芽吹いてきて、狭い庭ですがたくさんのお花が咲き、改めて生命の尊さを感じています。頑張ってくれた花たちに感謝です。  
 (富里市・藤田様)

◆昭和、平成、令和を生きることにになりました。いつの間にか古希を迎え、出来なくなつた事も多いのですが、健康を意識して日々前向きに過ごしたいと思います。  
 (千葉市・平松様)

## 省エネ



# 意外な省エネ名人 食器洗い乾燥機

食器洗い乾燥機は電気料金がかかりますが、水道料金とトータルで考えると1年間で大きな省エネが可能です。



### 手洗いの場合

年間でガス 81.62㎡使用  
 年間で水道 47.45㎡使用

年間で約25,510円

### 食器洗い乾燥機の場合

年間で電気525.20kWh使用  
 年間で水道 10.80㎡使用

年間で約16,640円

比較すること...

年間差額

約8,870円節約!!

家事の時間も

節約できるだけでなく、

1年間で

こんなにおトク!



経済産業省 資源エネルギー庁「家庭の省エネ徹底ガイド」より

## 省エネのコツ

### \*洗剤は適量を守る

少なすぎると洗浄力は落ちますが、多く入れすぎても洗浄力はほとんど変わらず、水や電気もムダになります。

### \*前処理する

残菜を丁寧に捨てるなど、あらかじめ前処理をしておく汚れ落ちがよくなります。

### \*食器は正しくカゴにセット

食器の入れすぎ、重ね置きは洗浄力が悪くなり、水や電気もムダにつながります。

◆定年後念願のスイミングスクールへ。余分な肉が落ち体重減。良いことばかり。今は美しいフォームで泳ぐよう心がけて水泳選手の水中の泳ぎを見て参考にしています。図々しい？  
(千葉市・草薙様)

◆マリーゴールドを初めて植えてみました。でも…出ない。なかなか難しいですね。  
(行方市・小沼様)

◆2歳の娘と7カ月の娘のために、手作りのぬいぐるみやおもちゃを作っています。最近はおパンマンのぬいぐるみを作りました。  
(龍ヶ崎市・遠藤様)

◆最近ハマっているのはツナごはん。ごはん＋ツナ＋白ごま＋しょうゆをただ混ぜるだけです！子供も大好きでたくさん食べてくれます。  
(土浦市・吉田様)

◆13歳の愛犬（娘同然）が突然旅立ち、未だに信じられない日々です。ご近所や友人からの花がたくさん届いて皆さんからの愛に癒されています。心配しないように早く元気になりたいと思います。  
(印西市・篠田様)

◆今年はディズニールランド、シー、ユニバーサルスタジオジャパンに行きたいです！行けるといいな〜！！  
(かずみがうら市・円城寺様)

◆山菜の季節。タラの芽、フキノトウ、コシアブラ、タケノコ等々天ぷらにして美味しく頂いています。山の恵みに感謝！！  
(日立市・浅野様)

◆銀座の文具店で見つけたガラスペン。個性がそのまま出てしまうような書き味が気に入っています。友人知人に便りを書くことが少し多くなってきた気がします。  
(木更津市・吉田様)

「ふれあいコーナー」では皆様からのお便りをお待ちしています。  
『近況報告』『おもしろエピソード』『お役立ちの裏ワザ』『ふれあい通信へのご感想やご意見』など、こちらのおガキでどしどしお寄せください。

アンケートにお答えください。  
抽選で50周年記念のステキな商品をプレゼント致します



今回のふれあい通信で印象に残ったものはありますか？

- 50周年記念 社員からお客さまへのメッセージ
- 洗濯の基本とコツ
- 味付け冷凍のスヌメ
- かもめガスおすすめのお店
- ふれあいコーナー
- その他

ふれあいコーナーお便り募集! (近況、ご自慢レシピなどなんでもOK!)

.....

.....

.....

.....

本誌に対するご意見・ご感想がございましたらお書きください

.....

.....

.....

.....

ガス衣類乾燥機のモニター制度(1週間お試し)

- 試してみたいと思う
- 興味がない

ご協力ありがとうございました

お送りいただいた氏名・住所・電話番号などの個人情報は、本アンケート調査のほか、ガスおよびガス機器に関する商品・サービス情報のお知らせに利用させていただく場合がございます。

◆血流を良くする為毎晩風呂に入ります。数年前リフォームし、すぐ風呂が沸くのでとても助かっています。体のどこか不調だとしても気が滅入ります。必ず治ると思いつつ〜(流山市・中村様)

◆知らない土地での生活に不安はありましたが、町内の皆様が温かいお付き合いで接していただき毎日が充実しています。  
(流山市・園田様)

◆お酒のあとのカンタン料理です。お茶碗に少量のご飯を盛り、おかかと醤油をかけ、真ん中にワサビ(本物のワサビだともっと良いです)とネギのみじん切りを乗せて混ぜてお茶漬けで食べます。  
(印旛郡・江川様)

◆75歳になってハワイアンキルトを習い始めました。もともと早く(10年前)に習い始めれば良かった。楽しいです。  
(稲敷郡・豊田様)

◆孫が赤や黄のプチトマトを育てました。5、4、3歳の男の子が「これ食べられる？」と果実を指して聞いてきます。「いいよ」と言つととても嬉しそうに食べて「おいしい」ステキな笑顔から元気を貰っています。  
(花見川区・須藤様)

◆畑でミニトマトがなりすぎました。皆さんに差し上げたり、つぶしてベーコンとセロリを加えコンソメを入れて美味しいスープにしたりしています。  
(稲敷郡・中村様)

◆うちの柴犬(もも)は飼い主より家の前を通る人が大好きです。ブタみたいに鼻を鳴らして庭へ飛び出していきます。  
(土浦市・櫻村様)

光熱費をまとめてお得！

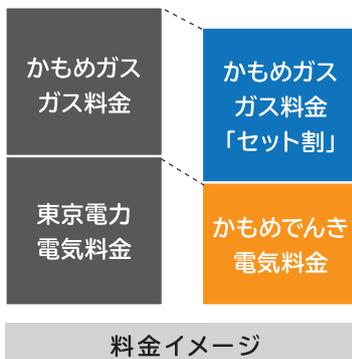
# ガス+でんき セット割

LPガスのご利用に加え「かもめでんき」をご契約いただくと

🔥 **ガス料金**も、💡 **電気料金**も

## ダブルでおトク!

かもめガスをご利用いただいているお客さまが「かもめでんき」をご契約いただくと「ガス+でんきセット割」が適用されガス基本料金が月々**220円(税込)割引**に!



条件：当社LPガス及び「かもめでんき」をご利用のお客さまで、ガス及び「かもめでんき」のご利用場所、ご契約者様が同一であること  
ガス基本料金が一定の基準に達しているお客さま ※集合住宅のお客さまは対象外となります

いまなら  
**かもめでんき**

新規ご契約で

もれなく  
**QUOカード 500円分  
プレゼント!!**



※画像はイメージです

50周年  
記念!

## 読者プレゼント

アンケートをお送りいただいた方の中から抽選で下記の商品を差し上げます。  
A・Bどちらかお好きな方をお選びください。

**A Panasonic**  
パナソニックスチーマー ナノケア



1名

**B THERMOS**  
サーモス真空保温調理器  
シャトルシェフ



1名

さらに  
計量もできる  
クッキングスプーン

量る・炒める・  
すくう・  
盛りつけるが  
これ1本でOK!!!

120名



## かもめガス株式会社

ふれあい通信64号 2020年4月1日発行

◆発行元：かもめガス株式会社「ふれあい通信」編集部

〒274-0807 千葉県船橋市咲が丘1-4-17 ☎0120-34-8671

ホームページアドレス <http://www.kamomegas.co.jp/>

※本誌掲載記事の無断転載を禁じます。

切り取り線 ✂

郵便はがき



差出有効期間  
2022年3月31日まで  
(切手不要)

274-8790

千葉県船橋市咲が丘1-4-17  
かもめガス  
「ふれあい通信」編集部 行

配布担当



\*プレゼント応募用紙\*  
切手を貼らずに投函してください  
2020年6月30日(火)当日消印有効

フリガナ			
お名前			
フリガナ			
ご住所	〒 -		
TEL		ご家族	人
ご年齢	<input type="checkbox"/> 20代 <input type="checkbox"/> 30代 <input type="checkbox"/> 40代 <input type="checkbox"/> 50代 <input type="checkbox"/> 60代 <input type="checkbox"/> 70代 <input type="checkbox"/> 80代以上		
読者プレゼント希望	<input type="checkbox"/> A. ナノケア <input type="checkbox"/> B. シャトルシェフ ※いずれかに☑をつけてください		