

FUKU

FUKUYO GAS Co. COMMUNICATION PRESS

FUKU

2025 September vol.199 秋の号

特集 アイデアレシピ de ごはんを美味しく♪

知っておきたい ガスのミニ知識
地震が起きた時の対応

お役立ちレシピ フクちゃん食堂
秋なすの豚肉巻き

リフォーム情報
お料理が楽しくなる流し台リフォーム

【表紙の写真】

おじいちゃん、おばあちゃんにとって孫の笑顔は最高の贈り物。
離れて暮らしているご家族も今年の敬老の日は、みんなで集まってみては。



「シルバー」の意外なワケ

高齢者を「シルバ―」とも言いますが、実はコレ、日本だけで通用する、いわゆる和製英語。元をたどると1973年に国鉄の車両にできた高齢者・障害者向けの優先席「シルバーシート」から広まったと言われています。ではなぜシートの色がシルバーに？

高齢者を「シルバ―」とも言いますが、実はコレ、日本だけで通用する、いわゆる和製英語。元をたどると1973年に国鉄の車両にできた高齢者・障害者向けの優先席「シルバーシート」から広まったと言われています。ではなぜシートの色がシルバーに？

ちなみに日本の老人福祉法や世界保健機関(WHO)では、65歳以上を高齢者としています。さて皆さんのご意見は？

Q お年寄り「は何歳以上？」
A. 平均73歳

Q おじいさん「おばあさんは何歳以上？」
A. 平均69歳

Q シニアは何歳以上？
A. 平均61歳

Q おじいさん「おばあさんは何歳以上？」
A. 平均69歳

暮らしのたより

まだまだ若く！
ますます元気に！

敬老の日 雑学目録知識

9月第3月曜日は「敬老の日」。
長年社会に尽くしてきた
人生の先輩方へ、
敬意を込めてお祝いを！

高齢者って何歳から？

サントリーウエルネス社のアンケート調査※によれば、

Q シニアは何歳以上？
A. 平均61歳

Q おじいさん「おばあさんは何歳以上？」
A. 平均69歳

Q お年寄り「は何歳以上？」
A. 平均73歳

ちなみに日本の老人福祉法や世界保健機関(WHO)では、65歳以上を高齢者としています。さて皆さんのご意見は？

覚えておきたい長寿祝い

長寿祝いの呼び名を「賀寿」と言います。どんな種類があるか、おさらいしてみましょう。

- 還暦…60歳(数え年61歳)
- 緑寿…65歳(数え年66歳)
- 古希…70歳
- 喜寿…77歳
- 傘寿…80歳
- 米寿…88歳
- 卒寿…90歳
- 白寿…99歳
- 百寿…100歳



さらに「茶寿(108歳)」「皇寿(111歳)」「大還暦(120歳)」と続きます。

※実感年齢調査(2005～2007年12月10日～15日)全国20～79歳の男女を対象にインターネットでアンケート調査

お便りひろば

体の不調、もしかしてフレイル？(前号掲載)年齢を重ねる度に、やはり身体の調子が悪くなってきた、バランスとれるように、フレイル予防していきたいと私も思っています。

郡山市 T様

「年齢とともに、あちこち「ガタが来たな」って感じますよね。とはいえ何もしないと身体の老化は進むばかりなので、「自分はもう年だから…」とあきらめるのではなく、無理のない範囲で運動したり、積極的に外に出かけたりするよう日々心がけていきたいですね。」

お便り大募集！
暮らしの中のエピソード、本紙のご感想、福陽ガスへのご意見などお気軽にお寄せください。ミハスルの答えと共に書き添えたいだてもOKです！
紙面で紹介させていただいた方には記念品をお贈りします。

メールでも受付中
info@fukuyogas.co.jp

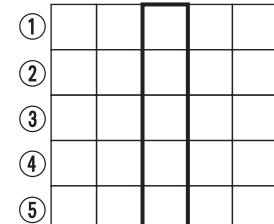
い範囲で運動したり、積極的に外に出かけたりするよう日々心がけていきたいですね。」

FUKU² ミハスルパズル

ヨコのカギを解いていくと、タテの太枠の中に、一つの単語が出来ます。それが「答え」です。

ヒント 元々は「男心と…」と言われていたとか

- ヨコのカギ
- ① カナダとアメリカにまたがる滝
 - ② 国と国の境目です
 - ③ 新垣結衣を妻に持つ俳優兼歌手
 - ④ 洗濯物を乾かす機械のこと
 - ⑤ 80年代ディスコの象徴でした



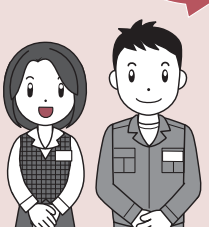
抽選で正解者5名様に 素敵な賞品プレゼント!!

第51回 展示特売会

福陽ガス本社・特設会場にて開催！
11月8日(土)・9日(日)

毎年恒例の「展示特売会」を今年も開催することになりました。日頃のご愛顧に感謝をこめて、福陽ガスの取扱商品をお得な特別価格にてご提供いたします。

◎飲食のご提供、キッズコーナー等はございません。あらかじめご了承ください。



- ガス製品
- 暖房器具
- カー用品
- 浴室設備

- キッチン設備
- トイレ
- 家電製品
- など



人気商品を展示即売！



お得な特別価格でご提供!!

お便りやご意見をどうぞ！ TEL.0248(75)6171 / FAX.0248(76)8581 / メール info@fukuyogas.co.jp 福陽ガス(担当:山本)



暮らしに「安心」というエネルギーを

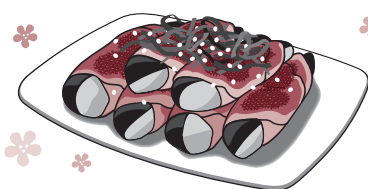
■本 社 / 須賀川市桜岡7番地
■郡 山 支 店 / 郡山市桑野二丁目16-6
■白 河 支 店 / 白河市田中山1番地66
■充 填 工 場 / 西白河郡矢吹町大池93番5号
【福陽ガスホームページアドレス】

TEL.0248(75)6171・FAX.0248(76)8581
TEL.024(955)6071・FAX.024(955)6075
TEL.0248(23)4360・FAX.0248(23)4535
TEL.0248(42)3630・FAX.0248(42)3681
URL:https://www.fukuyogas.co.jp

旬の素材で
アイデア料理

フクちゃん食堂

開店



照り焼き風味の
絶品おかず
**秋なすの
豚肉巻き**

材料 (2人分)

- なす (小) …………… 3本
- 豚バラ肉 (薄切り) …… 300g
- 塩・こしょう・小麦粉 …………… 各適量
- サラダ油 …………… 大さじ1/2
- 大葉 …………… 5枚
- 醤油 …… 大さじ1と1/2
- 酒・みりん・砂糖 …………… 各大さじ1
- 白ごま …………… 小さじ2
- おろししょうが (チューブ可) …… 小さじ1

作り方

- ① なすを縦4等分に切り、豚肉を巻きます。
- ② ①に塩、こしょうを振り、小麦粉を薄くまぶします。
- ③ 油を熱したフライパンに、②の巻き終わりを下にして並べ、そのまま中火で2分焼きます。
- ④ 裏返して転がしながら中まで火を通し、全体にこんがり焼き目をつけます。
- ⑤ Aを加えて、汁気がなくなるまで煮からめます。
- ⑥ 器に盛り、大葉の千切りを乗せて出来上がり。

夏物よりも皮が柔らかい秋なすを使って、食べ応え満点のおかずに♪ 甘い照り焼き風味で、ごはんももりもりすすみますよ!(フク)

いつも安心・安全に
ガスのミニ知識 82

9月は
防災月間 **地震が起きた時の対応**

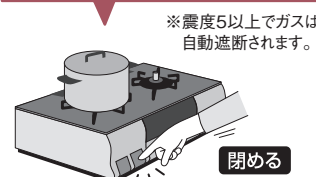
地震が起きたら…

まず身の安全を確保!



揺れがおさまったら…

ガスを使用していた場合は、火の始末を!



※震度5以上でガスは自動遮断されます。

ガス漏れの時・ガスの臭いがする時

- コンロなどの器具栓
- ガスの元栓
- メーターガス栓
- 容器バルブ

すべてを閉めてガス販売店に連絡を。



避難する時

- コンロなどの器具栓
- ガスの元栓
- メーターガス栓
- 容器バルブ

すべてを閉めていく。

出典：LPガス安全委員会・経済産業省「地震時の対応」

につぽんのお米に感謝!

簡単! **アイデアレシピ de
ごはんを美味しく♪**

まだまだ見通しがはっきりしない我が国のお米事情ですが、確かに言えるのは、やっぱり日本のお米は美味しい! ということで、今回は、新米も、銘柄米も、そうでないお米も、いろんな美味しさを楽しめるごはんの調理法を紹介します。

焼いて
美味しく

**チーズ
たっぷり
焼きカレー**

材料 (1人分)

- ごはん …………… 1膳分
- カレー (残り物でOK) …… 1人分
- 卵 …………… 1個
- ピザ用チーズ …………… 適量
- マヨネーズ …………… 適量

作り方

- ① 耐熱器 (グラタン皿など) に温かいごはんを盛り、真ん中に凹みをつけます。
- ② 凹みを避けてカレーをかけ、その上にマヨネーズ、さらにチーズをたっぷり盛り、凹みに卵を割り入れます。
- ③ コンロの魚焼きグリルに入れ、強火で約5分。チーズにこんがり焼色がついたら出来上がり。

★火の強さと加熱時間は焼色をみながら調節してください。やけどにご注意。

炊いて
美味しく

**梅の香ふんわり
炊き込みごはん**

材料 (4膳分)

- 米 …………… 2合
- 梅干し (大きめ) …… 3個
- みりん …………… 大さじ3
- 白だし …………… 大さじ1
- 大葉 …………… 8枚
- いりごま …… 大さじ1

作り方

- ① 洗った米、みりん、白だしを釜に入れ、米2号の目盛りまで水 (分量外) を注ぎ、梅干しをのせて炊飯します。
- ② 炊き上がった後、梅干しの種を取り除いて、果肉をほぐしながらごはんを混ぜます。
- ③ ②に、大葉の千切り、いりごまを加えて、軽く混ぜ合わせて出来上がり。

★冷蔵庫に「しらす」があれば、少しまぶして食べても美味しいですよ。

リフォーム担当 大竹の



住まいのリフォーム おまかせください!

vol.8

リフォームご相談ください **お見積り無料** TEL 0248 (75) 6171

新しい流し台は、タカラスタンダードのキッチンセットを採用。扉はホーロー製でお掃除しやすく、シンクや調理台はステンレス製で、耐久性・耐熱性に優れ、サビに強く、お手入れも楽です。K様も「キレイになって料理が楽しみ」とお喜びの様子でした。

★機能性・耐久性・デザイン・汚れにくさなど重視するポイントは人それぞれ。まずはお気軽にご相談ください!



施工中



施工前

◀15年以上経って古くなった以前の流し台。備え付けの食洗機は結局使わずに、収納スペースを圧迫していました。



施工後



流し台とガス台を組み合わせるタイプで、それぞれサイズも豊富に揃っているので、K様のキッチンの間口にもぴったり収まりました。

先日、キッチンの流し台を新しくされたK様。リフォームにあたっては「お掃除しやすいもの」とのご要望でした。

今回は、須賀川市・K様の流し台リフォームをご紹介します。

みなさん、こんにちは! 福陽ガス・リフォーム担当の大竹です。

**お料理が楽しくなる
流し台リフォーム**

煮て
美味しく

**めんつゆ仕立ての
野菜リゾット**

材料 (2人分)

- ごはん …………… 大盛り1膳分
- 玉ねぎ …………… 1/4個
- にんじん …………… 1/5本
- ピーマン …………… 1個
- オリーブ油 …………… 大さじ2
- しょうが (チューブ) …… 2cm分
- 水 …………… 400cc
- コンソメ (顆粒) …………… 小さじ2
- めんつゆ (3倍濃縮) …… 小さじ2
- 塩 …………… 少々

作り方

- ① 鍋にオリーブ油としょうがを入れ、弱火で、みじん切りにした野菜を炒めます。
- ② 野菜がしんなりしてきたら、水とコンソメを加え約5分煮ます。
- ③ 温かいごはん、めんつゆ、塩を入れ、約10分、汁気がなくなるくらいまで煮込んで出来上がり。

★汁気が残るシャバシャバ系が好きな方は、最後の煮込み時間を短くしてください。

福陽ガスのおすすめ

一人前から
美味しく
炊ける

**Rinnai
ガス炊飯器**

こがまる

ガスの強火力で釜全体を一気に加熱。かまどと同じような伝熱形態で、米一粒一粒に熱を行き渡らせて炊き上げます。



ガスの直火炊きならではの美味しさを手軽に味わう

福陽ガスにて取扱中! 詳しくはお問合せください。