

特集 ごみを減らすためにできること

知っておきたい ガスのミニ知識

お風呂の温度調節で心と体を整える

お役立ちレシピ フクちゃん食堂

オクラの豚肉巻き

リフォーム情報

ハクビシン対策で軒天井補修

【表紙の写真】

風薫る季節。各地で運動会や体育祭が行われるシーズンですね。気持ち良い風の中、一生懸命駆け抜ける子どもたちにあたたかいエールを！



★**エアコン点検**
まずはフィルターを掃除して内部をキレイに。ホコリがたまったら、冷房効率が悪くなるだけでなく、ニオイやカビの発生にもつながります。試運転は必ず行い、ちゃんと作動するかを確かめて。不具合があれば、混合冷房シーズンの前に修理しましょう。



★**衣替え**
冬服はしまう前に必ずクリーニングまたは洗濯を。汚れが残っていると、生地傷みや虫食いの原因になります。また衣替えの機会に要らなくなった衣類の整理もぜひ。この一年で一度も着なかった服は、思い切って手放してもよいかもしれません。



暮らしのたより

5月6月の 晴れた日にやりたい 5つの家事

カラッと晴れて風も爽やか。そんな心地いい初夏の日にやっておきたい家事のあれこれ。梅雨が始まる前に、ぜひ！

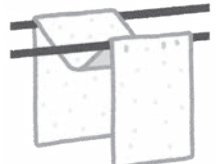
★**押し入れ・靴箱の掃除**
押し入れや靴箱は密閉状態になりがちで普段から湿気がこもりやすいもの。カラッと晴れた日に、収納物をすべて取り出して風を通していきましょう。掃除機でホコリを吸い取って、汚れがひどい所は拭き掃除を。内部がしっかりと乾いたら除湿剤を置いて完了！



★**網戸の掃除**
片側に新聞紙を貼り付け、反対側から掃除機をかけると、春先についた花粉や黄砂などおおよその汚れは取り除けます。その後、水で濡らしたスポンジで拭き、両側から乾いた布で挟むようにして水分を拭き取りましょう。※窓掃除は汚れが付きやすい曇りか雨上がりの日でもOK。



★**大物の洗濯**
初夏の晴れた日は、布団カバー、カーテン、ラグマットなど、日頃なかなか出来ない「大物」を洗うチャンス！家庭で洗うのが難しい場合は、コインランドリーに行くのもよし。店舗によっては布団そのものを洗うこともできるので一度利用してみてください。



〰〰〰 お便りひろば 〰〰〰

柔 軟剤はふつから柔らかく、洗濯物をふつから仕上げるコツ（前号掲載）を読んだら、洗濯物は逆効果とわかり「適量」は大事だと思いましたが、また干し方についても参考になり役立ちました。
須賀川市 A様

先 日、給湯器が壊れて電話したところ、親切に対応してくださりと、二度も足を運んで説明をしてくださいました。ムダ足と思わず対応してくれてありがたかったです。長い付き合い、よろしくお祈りします。
白河市 I様

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

ヒント 初夏が見頃。須賀川にもあるよ！

- ヨコのカギ
① いずれ菖蒲（あやめ）か〇〇〇〇〇
② またの名を「マイマイ」「デンデンムシ」
③ 寛政の改革を行った松平定信の役職
④ カツオ、ワカメのお姉さんは？
⑤ 富良野で有名な香りがよい紫の花

①				
②				
③				
④				
⑤				

抽選で正解者5名様に **素敵な賞品プレゼント!!**

ふくふくインフォメーション

ご存じですか？

エアコンの 2027年問題

経済産業省の策定で、2027年度までに家庭用エアコンの省エネ基準が大幅に引き上げられることが決まっています。これは、エアコンが家庭での電力消費割合の約1/3もあるため、省エネ効率を上げることで環境への影響を少なくしようという狙いがあるからです。

2027年度、つまり再来年からは、新基準を達成した高性能製品のみが市場に出回ります（基準に満たない従来のスタンダードタイプは販売されません）。さらに、古いエアコンの修理や廃棄処理も徐々に難しくなっていくのでは……とも言われています。

皆さんのご家庭のエアコンはいかがでしょうか。もし長くお使いで調子が良くない場合は、早めに修理するか、2027年問題で需要が急増する前に、新しく取り替えを検討してみてもよいかもしれません。

◎エアコンのお取り替えも、福陽ガスにお気軽にご相談ください。

「ミニバスルにご応募ください！」
正解者の中から抽選で5名様に素敵な賞品を差し上げます。〈答え住所氏名年齢電話番号〉をFAX（※の感想）応募締切／令和7年6月15日
お便りも募集しています！
もちろんミニバスルの答えを兼ねてもOK。どしどしお送りください。
「採用者に記念品贈呈」
ミニバスル前号の答え
「ハナミズキ（花水木）」
当選者は野崎様（郡山市）、有様関根様、車田様、須田様（須賀川市）の5名の方です。おめでとうございます。

ご応募
お便りは

〒962-0821 須賀川市桜岡7 福陽ガス FUKUFUKU係まで
FAX.0248 (76) 8581 〈担当・田母神〉でも受け付けています。
メール／info@fukuyogas.co.jp

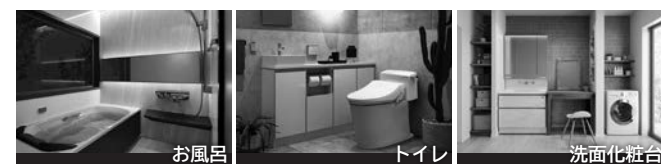
※お送りいただいた個人情報プレゼントの発送にのみ使用いたします。

福陽ガスのおすすめ

高品位ホーローのある暮らし、 始めませんか？

水まわり商品は、清潔で使い勝手が良いことは当然のこと。しかし、使い続けると、どうしても汚れて劣化していきます。そこでタカラスタンダードの「高品位ホーロー」。カンタンなお手入れできれいを保ち、何年経ってもずっと美しさが続きます。

水回りに最適な素材 **高品位ホーロー**



Takara standard

高品位ホーローを幅広く取り扱っております。当社リフォーム担当・大竹まで、お気軽にご相談ください。



お便りやご意見をお寄せください ◎ TEL.0248 (75) 6171 / FAX.0248 (76) 8581 / メール info@fukuyogas.co.jp 福陽ガス(担当:田母神)

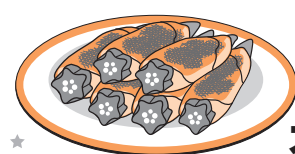
暮らしに「安心」というエネルギーを
福陽ガス株式会社

■本 社／須賀川市桜岡7番地 TEL.0248 (75) 6171・FAX.0248 (76) 8581
■郡 山 支 店／郡山市桑野二丁目16-6 TEL.024 (955) 6071・FAX.024 (955) 6075
■白 河 支 店／白河市田中山1番地66 TEL.0248 (23) 4360・FAX.0248 (23) 4535
■充 填 工 場／西白河郡矢吹町大池93番5号 TEL.0248 (42) 3630・FAX.0248 (42) 3681
【福陽ガスホームページアドレス】 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

旬の味を豪快にガブリ!
オクラの豚肉巻き

材 料 (2人分)

- オクラ……………8本
- 豚ロース肉(薄切り)…8枚
- 小麦粉……………適量
- 塩・コショウ……各少々
- サラダ油……………大さじ1

〈タレ〉

- みりん……………大さじ2
- 砂糖……………大さじ1
- 醤油……………大さじ1
- おろし生姜…小さじ1

作り方

- ①オクラは最初に塩もみします。水洗いして水気を拭き取ったら、ヘタの先端とガクを切り落とします。
- ②豚肉は1枚ずつ広げ、塩・コショウで下味をつけます。オクラを1本ずつ置いて巻いていき、表面に軽く小麦粉をまぶします。
- ③フライパンでサラダ油を熱し、②を肉の巻き終わりを下にして並べ、焼いていきます。
- ④火が通って表面に焼色がついたら、タレの材料を加えて強火に。タレを煮詰めながら全体にからめて出来上がり。

オクラの旬がやって来ましたね。お肉で巻いて丸ごとガブリと味わえるこの品、冷めても美味しいので、お弁当のおかずにもおすすめです!(フク)

いつも安心・安全に

ガスのミニ知識 80

お風呂の
温度調節で
心と体を
整える

心身のリラックス法として手軽にできるのが「入浴」。ポイントは湯の温度です。

リラックス効果を高めるポイントは…

- ぬるめの湯 (37~40℃)
- 肩までつかる全身浴で約20分
- 入浴剤やアロマでさらに効果UP

これにより副交感神経が優位になり、心身をゆったりリラックスした状態に導くそうです。

逆に心と体をシャキッとさせたい時は、熱い湯 (42℃以上) がおすすめ。

五月病など何かとストレスがたまりやすいこの時期、お風呂の温度調節で上手に体調管理を。

5月30日は「ごみゼロの日」

ごみを減らすために
できること

日本人が一人1日に出すごみの量は平均851g*。その処理には莫大な税金が使われています。また、ごみの多くは焼却処分されますが、その際には二酸化炭素が発生します。ちなみに最終処分場の寿命は、あと20年とも言われています。さまざまな問題に直結しているごみ。普段の何気なくしている「捨てる」という行為を一度見直して、少しでもごみを減らす心がけ、始めてみませんか。 *一般廃棄物処理実態調査 令和5年度版(環境省)

Repair
修理する 壊れても捨てずに
修理して使う

すぐにできること

- 衣類のほつれ、破れは縫い合わせて着る
- 家電の故障は壊れた部品を取り替える

Refuse
断る 不要なものは
買わない・もらわない

すぐにできること

- レジ袋を買わず、マイバッグを使う
- マイ箸を使い、割り箸はもらわない

Reduce
削減する ごみが発生する機会を
なくす・減らす

すぐにできること

- 食料品を買いすぎない、料理は作りすぎない
- 洗剤は詰替え用を買う

Reuse
再利用する 使ったものを捨てずに
繰り返し使う

すぐにできること

- 不要品をリサイクルショップ、フリーマーケットに出す
- ビールや飲料など回収可能な瓶(リターナブル容器)製品を選ぶ

Recycle
再利用する 一度使ったものを資源
(原料)として再利用する

すぐにできること

- 紙は燃えるごみではなく廃品回収に出す
- スーパーなどにあるリサイクルボックスを活用する



ごみの分別・出し方は市町村によって異なります。詳しくは各市町村の広報紙やホームページをご確認ください。また不明な点などは担当窓口で尋ねると丁寧に教えてくれます。



mini インフォメーション

今年4月から
プラスチックは
資源物②に分別
須賀川市

プラスチック資源とは、100%プラスチックでできた製品やプラマーク  がついた容器包装のこと。これまで可燃ごみの分別だったペットボトルのキャップやラベル、調味料のチューブなどもプラスチックとして資源物②の日にし出せます。

★回収には諸ルールがあります。詳しくは須賀川市ホームページをご確認ください。



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!

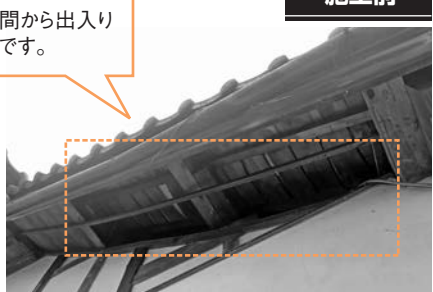
vol.6

ハクビシン対策で軒天井補修

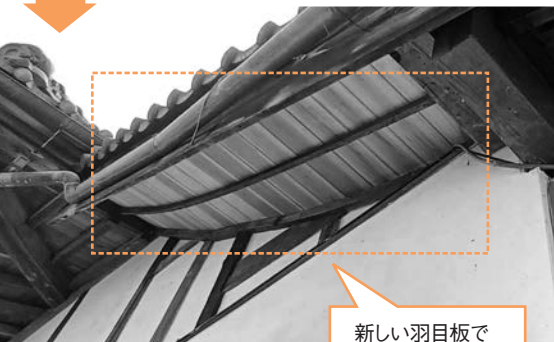
みなさん、こんにちは! 福陽ガス・リフォーム担当の大竹です。今回は、須賀川市・W様邸の軒天井補修をご紹介します。

W様から「天井裏にハクビシンが入り込んでいたようで困っている」とのご相談を受けました。被害としては、天井のシミや腐食、悪臭、騒音など。このまま放って置けば配線を切られたり、壁を壊されたり、感染症の可能性なども考えられるため、早急に対応をとることにしました。

施工前



この辺の隙間から出入りしていたようです。



施工後

新しい羽目板で侵入経路を遮断!

ハクビシンの侵入口は、軒天井(屋根の真下部分)。本来、隙間をふさいでいるべき羽目板が欠損し、そこから害獣が入り込んでいました。そこで新たに羽目板を取り付け、侵入経路をしっかりと遮断しました。軒天井は目立たない部分ですが、虫や動物の侵入を防ぎ、雨の吹き込みなどからも住まいを守る大事な役割があります。みなさんも、一度ご自宅の軒天井をチェックしてみてください。

住まいの害獣対策
ご相談ください

リフォームで相談ください! お見積り無料 TEL 0248(75)6171