

# 取替え時期にご注意! 火災警報器

平成18年に消防法の改正によって、一般家庭も火災警報器の設置が義務化されました。電池切れや故障している住宅用火災警報器を使用し続けると、いざ火災が発生した場合に正常に作動せず、火災の発見が遅れて大切な家族の命や財産を失う可能性があります。火災警報器は設置後約10年が取替えの目安です。そろそろ取替えの時期ではありませんか？

## 使用時の注意!

### ●定期的に作動確認

電池の寿命は約10年。あくまで目安ですので、定期的に点検ボタンを押すなどして作動確認を行いましょう。



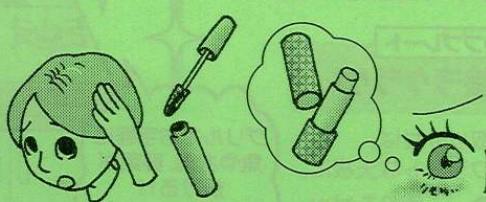
### ●定期的にお手入れ

検知部分にホコリが入ると誤作動を起こしたり、もしもの時に煙を検知しない場合があるのでご注意を。



■マスクではげた時は  
メイクスボンジで皮脂を取り、  
コンシーラーを薄く重ねます。  
ベビーパウダーで仕上げれば、  
マイク落ちを防げます。

■額や眉間の目立つシワには  
白のアイシャドウでカムフラージュ！コンシーラーを塗るタイ  
ミングでシャドウを綿棒に取りシワを埋めるようにします。  
はみ出たところは周りと同じま  
せ、あとはファンデーションを  
塗ればOK。



■目の下の化粧崩れには  
まつ毛につけるコスメ、マスクカラーやアイライナーやマスカラが目の下につき、あわてて指で拭き取ろうとするとパンダのようになることがありますね。そんなときは、綿棒にリップクリームを取り、パンダの部分を拭き取ると少ない力でも落とせ、保水になります。



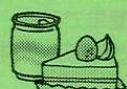
# 住まいの通話



\* 2017 \*  
**Spring**

## 摂り過ぎ注意の食品

脂質と食塩が多く含まれている、レトルトお惣菜、インスタント食品。糖質が多く含まれた、アルコール飲料。おつまみで脂っこい物、味の濃い物などを食べ過ぎたりすることにも要注意。砂糖や脂肪が多く含まれている、加糖コーヒーや炭酸などの好飲料、アイスクリーム、ジャム、煮豆、菓子パン、菓子類はなるべく控えめに。



# 糖尿病

今や子供にも増えている糖尿病。予防の基本は食事。1日の摂取カロリーを守り、栄養バランス良く食べましょう。



## 積極的に摂りたい食品

血糖値の上昇を防ぐ効果がある、食物繊維を多く含む食品を。低カロリーのきのこ、海藻類は量を気にせずたっぷり食べられます。野菜類は1日350gを目標に、その1/3以上を緑黄色野菜で摂るようにしましょう。主食は精白米より玄米、白パンよりライ麦パンと食物繊維を多く含む食品で摂るのがおすすめ。



# 緊張はこうやわらげる

大切な試験やプレゼン、新しい出会いと、誰しも緊張する場面が多いかと思われます。緊張しすぎて…と思った時にはこれを活用してみてはいかがでしょう！

### ●ラベンダーの香りをかぐ

ラベンダーの香りには、気持ちをリラックスさせる効果が。ハンカチにラベンダーのアロマオイルをつけておけば、いざという時に香りと深呼吸でリラックス。香りは、ダイレクトに脳を刺激して即効性が高いのが特長。



### ●チョコレートを食べる

チョコレートには、神経を落ち着かせ集中力を高める働きが。ここ一番！という時に、お気に入りのチョコレートを1粒食べて、リラックスしてから本番に臨むと良さそうですね。

### ●ガムを噛む

ガムを噛むとストレスが解消され、リラックスした状態に。また、一定のリズムでガムを噛むことによって脳も活性化されます。ガムが噛めない場所では口を動かすだけでもやってみて！

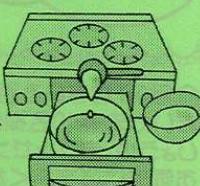
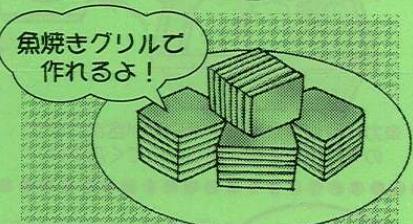
# 直火焼き バウムクーヘン

### 材料（直径14cmの丸皿）

ホットケーキミックス	100g
卵	1個
砂糖	30g
牛乳	100cc

### 作り方

- ボールに材料を全て入れ、泡立て器でよく混ぜる。
- 生地を大さじ1強ほど耐熱容器に入れ、薄くのばす。魚焼きグリルに入れて、表面が濃い目のきつね色になるまで焼く。（1～3分）
- その上にさらに生地を薄くのばし、同じように焼く。生地が無くなるまで繰り返す。
- フォークなどで容器のまわりから切り離し、バウムクーヘンを取り出し、カットすれば完成。





ガスコンロとレンジフードを取り替えるだけ！

# キッチンの即席リフォーム



ふくらご飯もスイッチひとつ

## 便利なオート調理機能

スイッチを押すだけで自動で火力調節して炊き上げ、自動で消火。ふくら美味しいご飯のできあがり！

## ごはんもおかずも美味しい ガスコンロ

### ガラストッププレート

### お掃除ラクラク！

ゴトクを取り外せば、つるんとフラットな天板に。

汚れもサッ  
とひと拭き  
でキレイに  
なります。



お料理中の  
うっかりをカバー



### 調理油過熱防止装置

鍋底の温度を見張り、天ぷら火災を防ぎます。

### 焦げつき消火機能

鍋の焦げ付きを初期段階で感知し自動消火します。

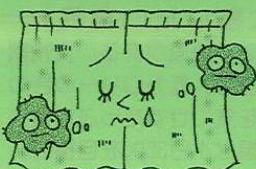
### 消し忘れ消火機能

うっかり火を消し忘れても、コンロは2時間、グリル(両面焼)は15分で自動消火します。

### 立ち消え安全装置

煮こぼれや風などで万一火が消えても自動でガスをストップします。

●お問い合わせはお気軽に下記までご連絡ください



## レースのカーテンを 真っ白に！

結露を吸ってカビが生えてしまったレースのカーテン。あまり使わない湿気の多い北側の部屋や家具とのすき間に入っていたものとか…。漂白剤でもなかなか落ちないときは、浴室用のカビ取り剤を使ってみて。浴槽や衣装ケースにたたんだカーテンとお湯を入れてカビ取り剤をまんべんなくスプレー。しばらく放置してから、洗濯洗剤を入れて洗濯機で洗うと見違えるほどの白さに！たばこのヤニ汚れもこれでキレイになりますよ。



※カビ取り剤は塩素系漂白剤が含まれますので、色物には使用しないでください。

本誌ご持参  
先着10名様に

ヤマサ超特選  
丸大豆しょうゆ  
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「ヤマサ超特選丸大豆しょうゆ」をプレゼントいたします。  
お気軽にご来店ください!!

4/22(土)23(日) 会場 ディリパ彦根  
9:30~17:00

## 春のコンロSALE

イベント開催!!



## ゴシゴシ洗い不要 レンジフード

フィルタなし、ファンの掃除も不要♪

### オイルスマッシャー搭載タイプ

ファンの下でディスクが高速回転し、レンジフード内部への油の侵入をブロック。“汚さない”という新発想。

## 今、揚げ油は何度かな？

揚げ物のレシピには「〇〇度の油で揚げる」と書かれていますが、みなさんどうしていますか？コンロの油温調節機能や温度計があれば簡単ですが、無い場合は、揚げ油の中に衣をほんの少しだけ落として、大体の温度を知ることができます。

150度以下	衣が鍋の底に沈んだまま、なかなか浮いてきません。
150~160度	衣が鍋の底までゆっくり沈んでから浮いてきます。
170~180度	鍋底につくつかつかないかくらいで浮いてきます。
200度	衣が沈みません。

揚げ物のとき、タネは少しづつ投入するのが美味しく揚げるコツ。一度にたくさん入れると油の温度が下がり、仕上がりや味が落ちるので注意しましょう。

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