

# 住まいの通信

(スマイル)



摘みたてはうま味成分がいっぱい！

## 美味しい新茶

### 美味しいお茶の入れ方(2人分)

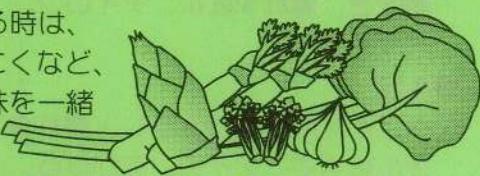


- ①急須に茶葉を入れる。
- ②お湯は一度湯のみに注ぎ、70~80℃まで湯冷まして、急須に注ぐ。
- ③約40秒抽出したのち、急須を軽く2~3度回す。
- ④2人分を少しずつ均等に注ぎ分け、最後の1滴まで絞りきる。

2023 Spring

## 春野菜でデトックス

タラの芽・たけのこ・ふき・菜の花・うどなどの春野菜を食べた時に感じるほのかな苦みは、植物性アルカロイドという物質で、老廃物を体の外に排出する作用、解毒作用や代謝機能を高める作用があります。また、体の熱を整える、余分な水分を排出するなどの働きもあるのでデトックス効果が高いと言われています。春野菜を食べる時は、ねぎ・紫蘇・生姜・にんにくなど、身体の巡りを良くする薬味と一緒に摂ると効果的です。



世界を変えるための  
17の目標

エスティージーズ  
**SDGs**

Sustainable  
Development  
Goals



目標12. つくる責任つかう責任  
持続可能な生産消費形態を確保する

生産者側には、環境や資源を守りながらより質の高いものを生み出す生産方法の確立と生産工程でのエネルギー消費や廃棄物の発生の抑制が求められます。消費者側には、ふだんから余分に購入し過ぎない、できるだけ使い切るなどを意識した生活の実践が求められています。衣料、食料、エネルギー、色々な分野での解決が必要です。

どんな  
取り組みが  
あるの？

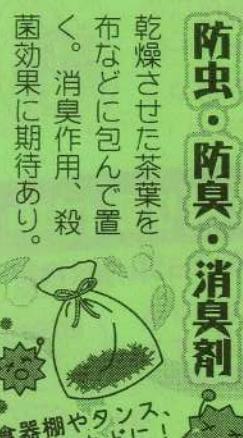


## 制服リユース

着られなくなった制服が、家族内だけではなく、地域で「おさがり」されていくお母さんの愛から生まれた取り組みがされています。

## 古くなつたお茶の活用

古くなつた茶葉をお茶パックに入れます。体がよく温まり、お肌もつるつるになります。



賞味期限が切れて風味も落ちてしまつた古くなつたお茶も捨てないで。日本茶には、飲む以外にもたくさん効能がありますよ。

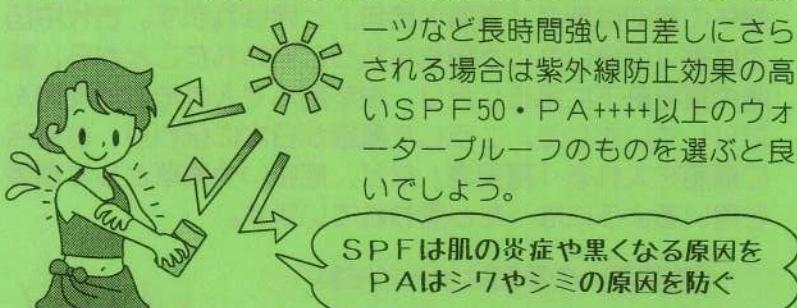
## さびを防ぐ

茶殻をガーゼの袋に入れ水を少し含ませて、鉄瓶や鉄鍋などさびやすいものを拭くと、さび防止になります。



## 日焼け止めの選び方

シミやシワの原因となる紫外線を防いでくれる日焼け止めにはSPFとPAの表記があります。SPFは肌の炎症や黒くなる原因となるUVBを防ぐ数値、PAはシミやシワの原因となるUVAを防ぐ数値の事です。数値が大きいほど強い効果を発揮するので、日常生活程度なら肌の負担が少ないSPF35~50・PA+++くらいのもの、炎天下のレジャーやマリンスポーツなど長時間強い日差しにさらされる場合は紫外線防止効果の高いSPF50・PA++++以上のウォータープルーフのものを選ぶと良いでしょう。



知育・脳トレ・リフレッシュに

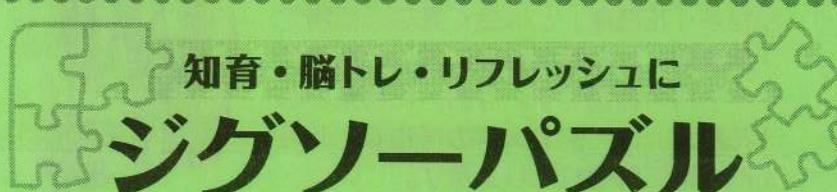
## ジグソーパズル

ジグソーパズルは完成図を想像しながら試行錯誤してピースを繋げていく、楽しみながら脳を活性化できる遊び。お子さまの集中力向上やお年寄りの認知症予防にも役立ちます。

### 外枠から完成させよう

まずは2つの辺が直線になっている、四隅のピースを見つけましょう。そのあと枠になるピースを見つけて外枠を完成させます。

ピースを色と形で分けて色ごとに分けると絵柄のどのあたりのピースか分かりやすくなります。さらに、凹凸の形で分けておけば組立ても楽になります。



＼そろそろエコキュートの交換? 買い替えるなら／

# ガスで快適パワフル給湯!!

経年によるエコキュートの不具合で  
お困りのおうちが増えています



エコキュートの寿命はだ  
いたい10年。導入した頃  
から生活パターンや家族  
構成が変わり、使い勝手  
が悪いと感じている方も  
いるようです。

こんなお悩みありませんか?

- お湯が足りない
- たし湯じゃ温まらない
- シャワーの勢いが弱い
- 深夜の低周波音が  
気になる



ガス給湯器で  
解決!

**注目** 補助金対象  
**省エネ給湯システム**

ガスで発電しながらお湯づくり

家庭用 燃料電池 エネファーム

ガスと電気でお湯づくり

ハイブリッド 給湯器 ECO ONE

排熱をムダなく使いお湯づくり

高効率 ガス給湯器 エコジョーズ

ガス給湯器は湯量を気にせず入浴できる!

## お湯ぎれなし

欲しいときに瞬時にお湯を  
沸かすので、足りなくなる  
ことも無駄にすることもあ  
りません。

極楽~



## いつでも適温

家族の入浴時間がバラバラ  
でお湯がぬるくなってしまっても、  
「追いたぎ」でボカボカ!  
適温をキープする「保温」  
機能もあります。

## 快適シャワー

ガス給湯器は  
水道直圧なの  
でシャワーに  
勢いがあって  
気持ちいい!

お見積り受付中

10年経つたら買い替え検討

- ・異音がする
- ・水漏れする
- ・湯温が安定しない  
など

故障する前に  
交換!

家具を乗せてできたへこみ。家にあるもので簡単お直し!

## 畳のへこみ

### ●用意するもの

霧吹き、濡れタオル、アイロン、  
ドライヤー

### ●手順

- ①へこんだ所に霧吹きをし、濡れタ  
オルを当ててアイロンをかける。
- ②カビが生えないようにドライヤー  
で乾かす。

\*藁の性質を利用した方法のため、藁でできていない建材床の畳  
は直せないのでご注意を。

### へこみ防止グッズ

#### ・座卓敷き

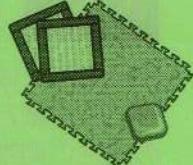
テーブルの脚の下に。天然素材で畳と相性も◎

#### ・コルク素材の防振マット、耐震ゴム

ホームセンターや100均で手軽に揃えられます。



畳をへこませないように  
防止グッズを活用しましょう。

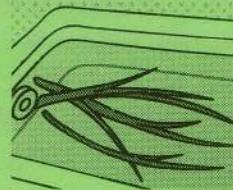


## 火の恵を子供たちに伝える 火育-ひいく-

『火育』とは、火(炎)を使い、理解する  
ことで子供達の五感を育み、生きる力を高め  
るための教育活動のこと。ガスの炎を使った  
調理は最も身近な火育。親子で一緒に調  
理を楽しみながら、ガスコンロの扱い方や  
調理のコツなどを伝えてみては。



給湯器選びのご相談・お見積りはお気軽に下記までご連絡ください。



## 菖蒲湯

端午の節句は別名「菖蒲の節句」と呼ばれます。古代中国  
では香りの良いものが邪気を払うと言われたことから、菖  
蒲の葉を軒下に吊るしたり、根を刻んで入れたお酒を飲  
んだりしていました。こうした風習が日本に伝わり、お風呂  
に菖蒲を入れる「菖蒲湯」など、厄払いや薬草として菖蒲  
を用いるようになったと言われています。

### 「菖蒲湯」の菖蒲はサトイモ科

菖蒲湯に使う「菖蒲」は、紫色の花を咲  
かせる「花菖蒲」とは全く異なる植物で、  
「葉菖蒲」とも呼ばれ葉に香りのあるサ  
トイモ科の植物です。なお、花を楽しむ  
「花菖蒲」は、アヤメ科の植物で、五月  
人形の脇に飾られたりします。



### 菖蒲湯の効果

葉菖蒲の束をお湯に入れるだけで、気軽に  
楽しめる菖蒲湯。血液循環を促して身  
体を温め、腰痛や神経痛を和らげたり、  
香りにはリラックス効果が期待できます。

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

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