

ガスは快適な暮らしのパートナー

2020年冬号

No. 39

年4回発行
(3月・6月・9月・12月)

弘前ガス
広報紙

Yell エール

弘前ガスは、笑顔あふれる暮らしづくりを応援します!

年末は

レンジフードのお手入れを 念入りにしませんか?



お手入れ前のご注意!

- ☑ ケガ防止のために必ずゴム手袋をつけましょう。
- ☑ コンロの上に洗剤が落ちないように、新聞紙等を敷きましょう。
- ☑ 電源プラグをコンセントから抜いてください。または、電源ブレーカーを「切」にしてください。

頑固な汚れには つけおきがおすすめ!

バケツや段ボール箱の中にゴミ袋を広げ(もしくはゴミ袋を二重にしたものを準備してください)、ぬるま湯と中性洗剤(食器洗い洗剤)を入れます。その中にフィルターやファンなどをつけおきます。

※取り外し方法については、各製品の取扱説明書をご参照ください。
※台所用アルカリ洗剤(油污れ用洗剤)を使用される場合は、黒色などに塗装しているフィルター等の油污れだけではなく塗装までがはってしまう可能性もありますので、十分にご注意ください。



ファン



スポンジや使い古した歯ブラシで汚れを落とし、洗剤が残らないように水洗いします。

※取り外して水洗いした部品は、完全に乾かしてから取り付けてください。



フィルター



スポンジで汚れを落とし、水洗いします。



(株)ノーリツ 「レンジフードのお手入れ」参照

＼今年も残すところわずかとなりました。／

一日も早く新型コロナウイルスが終息し、皆さまに笑顔が戻ってくることを心よりお祈り申し上げます。

弘前ガス(株)エール編集部一同



ブログとお知らせも
見てね♡今年一年お世話になりました。来年もよろしくね!



新しい入浴体験！

マイクロバブル!!

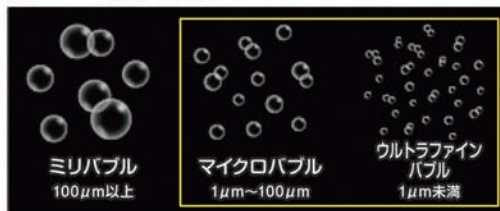
今回はリンナイの新製品 マイクロバブルバスユニットについて
ご紹介していきたいと思います。



マイクロバブルとは？

右図のように気泡はその直径によって分類されます。ふだん目にする気泡のほとんどはミリバブルで、マイクロバブルはそれより小さい微細な気泡のことです。さらに細かいウルトラファインバブルは肉眼では確認できない気泡になります。

二種類の泡で業界最高レベルの
白いお湯をご家庭に！



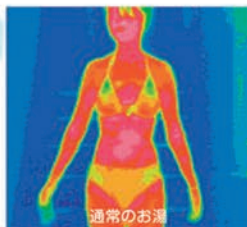
マイクロバブルバスに含まれる**マイクロバブル**と**ウルトラファインバブル**は水と空気だけで雲のように広がります。入浴剤と違って泡が消えてはまた生まれるので、入浴に驚きと感動を導きます。



今までとどう違うの？

1 温浴効果

気泡がやさしく体を包み込み、ゆっくりと体を温めます。入浴後の体温は徐々に放出されるため、体がポカポカした感じが持続します。そのため、湯冷めしにくく、血液やリンパの流れがよくなり、免疫力もアップします！

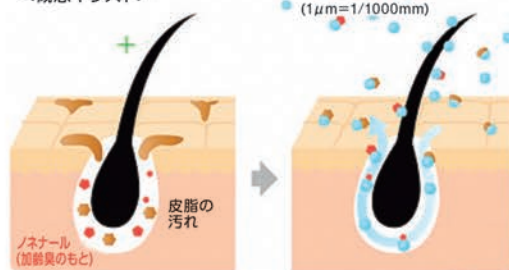


通常のお湯



マイクロバブルのお湯

<概念イラスト>



2 驚きの洗浄効果

微細な気泡が皮膚の汚れや毛穴に溜まった皮脂汚れを吸着し、かき出すことで肌を清潔に保ちます。実証試験でもマイクロバブル入浴の方が通常の入浴より汚れの除去率が高いという結果が出ているそうです。気になる加齢臭も改善できそうですね！

3 潤いを残す美肌効果

マイクロバブル入浴を体感された方からは、湯ざわりが柔らかい、肌がしっとりする、突っ張る感じが少ないなど、多くの声が挙がっている為、美肌効果が期待されます。



4 リラックス効果

マイクロバブルの温浴効果により心理的な緊張をやわらげる効果があることが報告されているため、通常の入浴よりも、リラックス感、くつろぎ感、幸せ感が高まるという結果が出ているそうです。良い睡眠につながりそうですね！

マイクロバブル入浴を体験した人の声

- 「**眠り**たくなるほど心地よかった。」 -58才女性
- 「入浴を終えた後、**リラックス感と共に眠気**がすごかった。
自宅で寝る前の入浴として**最適**だと感じました。」 -28才女性
- 「**リラックス**できて、**お風呂がストレス発散の場**にもなると思います。」 -34才女性

男性に人気の洗浄効果、女性に人気の保湿効果などマイクロバブルバスユニットでワンランク上の入浴体験をしてみたいはいかがでしょうか？

マイクロバブル
バスユニット
紹介ムービー



ぷらっと弘前

No.39

今回は弘前市北横町にある、サムシングさんを訪ねてみました。以前は弘前文化センター内にあり、30年もの間地元の方々から愛され続け、今年7月北横町にリニューアルオープンしました。新店舗ではご主人、奥様、息子さんの3人でお店を営んでいます。

メニューは品数が豊富でどれも惹かれるものばかり。中でも人気は週替りのランチメニューで、サラダとドリンクもつきます。その他にもパスタやオムライス、カレーなど様々なこだわりの洋食を味わえます。デザートメニューも豊富で、ケーキはりんごのシャルロットが一番人気とのこと。冬限定の焼きりんごもおすすめです。デザートもすべて手作りで、ご主人の思いが込められた優しい味がします。

奥様より一言「コロナによる休業要請などで苦しい時に支えて下さったお客様に感謝です。外食が心配な方も多いと思いますが、テイクアウトも続けておりますのでご利用下さい。」

3人の人柄を映すかのような味わい深く魅力的な空間に、ぜひお友達と、恋人と、家族と、もちろん1人でも、足を運んでみてはいかがでしょうか？

Something
house

テイクアウトも
やっています

【サムシング】

弘前市北横町69 TEL:0172-35-6237

営業時間 11:00~21:00(L.O.20:30)

ランチ 11:00~14:00

定休日 火曜日 駐車場 有(約6台)

@m_some_thing



温かみのある落ち着いた店内。ゆったりとした雰囲気の中で、
洋食、定食、手作りのデザート、おいしいコーヒーなどを
いただきながら、心地よいとおきの時間を…



取材の日にいただいた「牛肉の赤ワイン煮」
3時間煮込んだ柔らかいお肉に絶妙なソースがさらに
味を引き立たせ、食べごたえのある、贅沢ランチです。



魚介のうまみがたっぷりの「シーフードパスタ」
えび、イカ、あさりなどの数種類の魚介がふんだんに
使われた海鮮好きにたまらない一品。



「コーヒーゼリーソフト」も大人気！
甘いソフトクリームとほろ苦いコーヒーゼリーが
相性抜群。食後にぴったりの大人のデザートです。

プレゼント

サムシング様より、1,000円分のお食事券を抽選で10名様にプレゼントいたします。

ハガキ
でのご応募

①～⑥の必須事項を明記の上、下記までご応募ください。(一家族様1通まで)
①郵便番号 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 ⑥「エール」をご覧になった感想
(応募先)〒036-8042 弘前市大字松ヶ枝1丁目2番地1 弘前ガス㈱「エールプレゼント」係
(応募締切)令和3年1月15日(金)必着

インターネット
でのご応募

弘前ガスホームページの「お役立ち情報」より専用の応募フォームにてお申し込みください。
(応募締切)令和3年1月15日(金)23時59分まで
※当選者の発表はお食事券の発送をもって代えさせていただきます。



学生いちおしレシピ

チリコン カルネ

エネルギー 111kcal
塩分 0.6g

※エネルギー、塩分は一人分です



不足しがちな大豆を
いつもとは違った味付けで
食べてみませんか？

材料(4人分)

鶏ひき肉	80g
大豆(水煮)	80g
玉ねぎ	中1/2個(100g)
にんじん	中1/5本(40g)
マッシュルーム(缶詰)	20g
にんにく	1/4かけ(1g)
油	小さじ1(4g)
トマトケチャップ	大さじ1・1/2弱(25g)
トマトピューレ	大さじ4・1/2(80g)
水	大さじ4(60g)
コンソメ(顆粒)	小さじ1/3(1g)
塩	ひとつまみ(1g)
こしょう	2振り

「チリパウダー」という
香辛料を2.3振り入れると
辛味がプラスされ、更に
本格的な味になります。
大豆を金時豆やいんげん豆、
ミックスビーンズなどに
交換してもおいしいです。

下ごしらえ

★玉ねぎは大豆と同じくらいの大きさに切る。★にんじんは大豆と同じくらいの大きさに切り、下ゆでする。
★マッシュルーム(缶詰)は粗いみじん切りにする。★にんにくはみじん切りにする。

作り方

- 鍋に油とにんにくを入れて、火にかけ香りがしてきたら、鶏ひき肉を炒める。
- 鶏ひき肉に火が通ったらすべての材料を入れて、全体的に火を通したら、Aの調味料を入れる。
焦げないようにかき混ぜながら、水分がなくなるまで煮込む。(弱火)
- 水気がなくなったら、火を止めて、塩・こしょうで味付けをする。



SHIBATA
EDUCATION as LIFE

東北女子大学・東北女子短期大学は
2021年4月から男女共学化し、校名が
柴田学園大学と
柴田学園大学短期大学部
に変わります。

くらしのエネルギーをトータルに

エコル電気

(エコル電気は、弘前ガス(株)が提供する電気供給サービスの名称です。)

電気料金の支払先が 当社に変わるだけ!

(当社で解約の手続きを取らせていただきます)

ご契約中の電気の見計票をご用意いただけますと、
その場でお申込みができます!!

「エコル電気」で検索!

エコル電気

検索



エコル電気の3つのポイント

ポイント
1

手続き
簡単

ポイント
2

電気の
使い勝手は
今まで通り

ポイント
3

弘前ガスグループ
ならではの
お得なプラン

高圧電力、低圧電力(動力用)もお取り扱いしております!
電気をたくさん使用のご家庭用の特別料金もお取り扱いしております!

既存の電力会社の設備を使用しますので、電気の品質は今までと変わりません!



お得



※東北電力株式会社の送配電部門は、2020年4月より「東北電力ネットワーク株式会社」に分社化しています。

ご興味のあるお客様は
電気の検針票をご用意のうえ
弘前ガスグループまでご連絡ください。

エコル電気お問合せ窓口
[受付時間]
平日8:30~17:00

0120-051-585

水道管の凍結対策を 忘れずに!



12月に入り、日に日に寒さが増して
きますね。特に気温が氷点下の日や、
1~3度でも風の強い日は水道管や風
呂釜・給湯器の凍結にご注意下さい。
冷え切った台所やトイレ・洗面所は水道管が凍り
やすくなりがちです。出来るだけ暖めてあげま
しょう。風当たりのよい外壁に入っている水道管
は要注意です。
また、長期間お留守にする際や、気温が低い日
には水抜きは忘れずに行いましょう。
水抜き等の方法に関しましては、当社スタッフま
でご相談下さい。



弘前ガスグループの光通信サービス

弘前ガス 弘前ガス(株) 株式会社燃料 株式会社弘前ガス商事 株式会社ヒロネン青森

インターネットは

あすなろ光
with NTT東日本

お問合せは ヒロサキライフサービスへ

0120-704-500

土・日・祝日除く8:30~17:00

