



## 野良時計

[安芸市]

家ごとに時計のなかった明治の中頃、土地の旧家で地主であった畠中源馬氏が自分で時計組み立ての技術を身につけ、歯車から分銅まで手づくりで作り上げた時計台。この時計台の原型は、当時畠中家の台所にかかっていた八角形の米国製の掛時計で、これを何度も分解しては組み立てて時計の構造を学んだといわれています。古くから周辺で農作業をしても遠くから時間を知ることができ、「野良時計」として現在も時を刻み続け、多くの人々に親しまれています。国の登録有形文化財。

### 目次

体のトラブルをお風呂で解消！

男性編：慢性的な腰痛、二日酔い

女性編：冷え性、低血圧、不眠

6カ月点検案内

なるほど「マメ知識」

キッチンまわりのお手入れ  
Siセンサーコンロ安全機能紹介

未来を明るく、あたたかく  丸仁ガス

# キッチンまわりのお手入れ

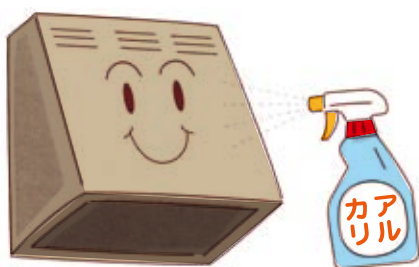
Part  
1

## 換気扇のメンテナンス お手入れ術

### レンジフード

- ① アルカリ性洗剤をスプレーする。
- ② ペーパータオルをピッタリと張る。
- ③ さらにその上から洗剤をスプレーし15分～30分放置する。
- ④ 汚れが浮いてきたら、ペーパータオルでぬぐい、水拭きする。

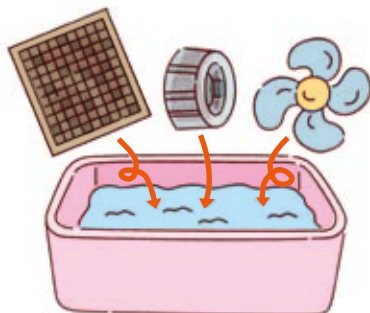
【注意点】フッ素コートの場合、アルカリ性洗剤を使うとシミの原因に。アルミも変色することがあるので注意が必要!!



### 羽根・ワク

- ① 取り外せるもの(部品等)はすべて取り外す。
- ② 40～50℃のお湯に、つけ置きタイプの洗浄液を溶かし、部品を2～4時間つけ込む。
- ③ 古歯ブラシなどでこすり、水洗いする。

【注意点】ネジなどの小さい部品をなくさないように気をつける。

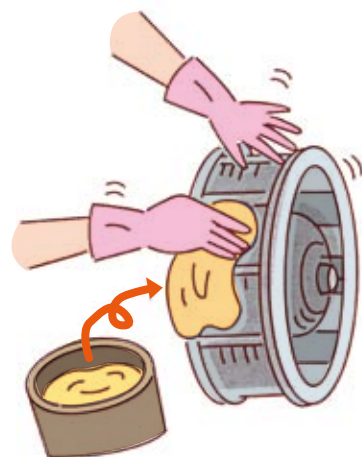


Point

一口メモ

## 油汚れは油で落とす

ベタベタした油汚れは、ボロ布に食用油をつけて拭くだけで汚れが馴染んでキレイに落とせます。換気扇などのベタベタ汚れも、灯油を使うとピカピカになります。洗剤と違ってプラスチックや塗装面を傷める心配もほとんど無用。ただし、火気には十分注意し、手袋するのを忘れずに!!





今回は、年末に向けてのお掃除特集です。キッチンまわりの床・壁、換気扇などは、ちょっと油断すると油汚れがベタリ……。人目につきやすい所だから、こまめな掃除でいつもキラキラキッチンを目指したい。今すぐできるカンタンお手入れ法をご紹介します。

Part

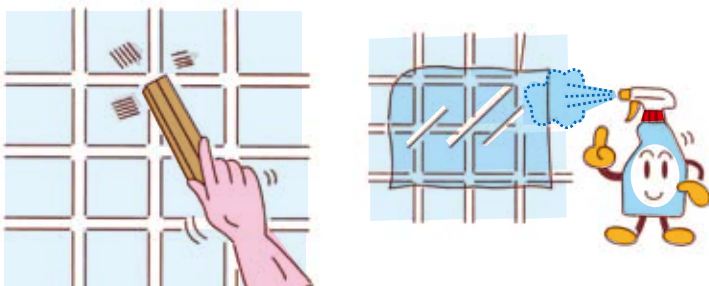
2

## 壁・床のカンタン お手入れ術

### 壁にこびりついた汚れ

- ① 先に割り箸やヘラで汚れを削り落とす。
- ② アルカリ性洗剤をスプレーし、ラップを張りつけてしばらく湿布する。
- ③ ポロ布で拭き取り、水拭きする。

【注意点】洗剤分が残っていると変色の原因になるので、しっかりと水拭きを！



### 床の汚れ

油をこぼした場合

- ① 床にこぼした油は、小麦粉をたっぷり振りかけてから拭き取ります。

卵をこぼした場合

- ① 卵は塩をまぶして、ポロポロの状態にしてから拭き取ります。



Point

一口メモ

### 洗剤拭きは下から上へ

壁面に洗剤をスプレーして拭き取る時、上のほうから拭いていくと、たれ跡が下に残ってしまうという経験はありませんか？そんな場合は、下の方から上の方へ、順にスプレーしては拭き取るようにすると、液だれの跡がつく心配がありません。



# Siセンサーコンロ安全機能紹介

Si  
sensor

お料理をしているときに火を消し忘れて、お鍋の底を焦がしたりしたことはないですか？ Siセンサーコンロは、2008年以前製造のガスコンロと比べると、とても安全になり、全てのバーナーに進化したセンサーを搭載しています。Siセンサーコンロで、お手入れも楽になり、一段と使いやすく、安全・安心に生まれ変わります。

全てのバーナーにセンサーがついて、安全・安心・便利に。  
こんな“うっかり”にSiセンサーが動き出します。



## 調理油過熱防止装置

てんぷら料理のとき、うっかり油の温度上昇に気がつかない。

鍋底の温度を正確に感知し、油の温度が約250℃になると自動消火します。



## 立ち消え安全装置

火が強すぎて、うっかり吹きこぼれて火が消えてしまった。

煮こぼれや風などで、万一火が消えても、ガスをストップします。



## 消し忘れ防止機能

調理中にお客様が来たり、電話がかかってきたり、うっかり鍋を火にかけっぱなしに！

火をかけた鍋をうっかり忘れても、約2時間で自動消火します。1分からタイマー設定ができるコンロもあります。

(グリル/両面焼約15分・片面焼約22分)



## 早切れ防止機能

強火で野菜炒めをしているとき、センサーが反応してコンロの火が消えてしまった。

今までのセンサー付きバーナーでは上手にできなかった野菜炒めや炒飯など、高温での料理も早切れすることなくスムーズに行えます。センサー解除ボタンを使うと、さらに高温の調理も可能です。



コンロのグレードをアップすれば、鍋なし検知機能や感震停止機能という安全機能もついてきます。

## 鍋なし検知機能

鍋を置いていないと点火しません。鍋を持ち上げると弱火になるので、調理時の鍋の移動も安心です。1分間、鍋が載っていないと自動消火します。



## 感震停止機能

万一の地震に対応します。コンロを使用中に震度4以上の揺れを感知すると自動消火します。





# 体のトラブルをお風呂で解消!

寒い季節と年末のイベントで体を壊しがちではないですか?ここでは慢性的な腰痛、二日酔い・冷え性、低血圧といった体のトラブルを男性編と女性編に分けて紹介させていただきます。今年はお湯療法で、トラブルを解消してみませんか?

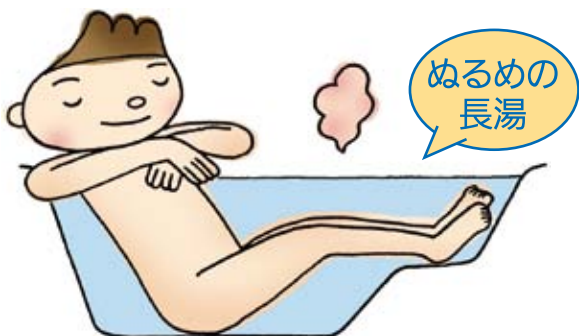


## 男性編

### ▶ 慢性的な腰痛

ぬるめで長湯→最後に高温→軽めの運動を

- ① 38℃～40℃程度のぬるめのお湯に20～30分ゆっくりつかって、じっくり筋肉や関節をほぐします。
- ② 追い炊きのできる浴槽なら、あがる数分前に42℃以上に上げればさらにGood!
- ③ 十分に体が温まったら、浴槽の縁に手をかけて軽く腰を左右にひねります。また、背中を丸めたり、反らしたりするのも効果的です。



### ▶ 二日酔い

① 水をたっぷり飲んだ後、42℃くらいの熱いお湯に入ります。熱いシャワーを勢よく浴びるのも効果的です。気分がスッキリすると同時に、腎臓の働きが活発になって、尿の出がスムーズになります。

☆重曹泉の効果  
温泉の効能のうち、肝臓の働きを高めてくれるのが「重曹泉」。家庭でも熱めのお湯(42～43℃)に重曹を溶かして飲むと、肝臓の解毒作用がアップします。二日酔いの日は、ぜひ一度お試しを。

42～43℃の  
重曹泉



## 女性編

### ▶ 冷え性

ぬるめの半身浴と温冷交代浴

- ① 38℃くらいのお湯に、みぞおちまでつかり、じっくりと体を温めます。
- ② 【温冷交代浴】冷え性の方は、血液の循環が悪いことが多いので、温冷交代浴もオススメです。42℃以上の熱いお湯に3分間(半身浴か腰湯)つかり、浴槽から出て、手か足に冷水シャワーを10秒間かけます。これを5回繰り返します。



熱い湯  
3分間

冷水  
シャワー

### ▶ 不眠

① 就寝する1時間くらい前に、38～40℃のぬるいお湯に20～30分間ゆっくりつかります。ローズやラベンダー、カモミールなどの入浴剤を入れると、更にリラックス効果がアップします!

ぬるめの  
長湯

ラベンダー  
カモミール

### ▶ 低血圧

- ① 冷え性で述べた温冷交代浴が効果的!心臓の働きが活発になります。
- ② 寝覚めには、うんと熱いお湯か冷水シャワーで交感神経を刺激します。入浴なら3分間くらい、シャワーなら2～3分間サッと浴びて、心身ともにシャキッとします。
- ③ 長い時間お湯につかった後は、出る前に冷水に手を浸します。手への刺激が血圧の急な低下を防ぎ、立ちくらみを防止します。



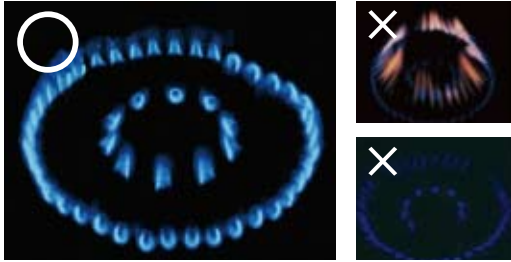
冷たい  
シャワー

## ガスコンロの使い方と注意点

1

火がついたかどうか、必ず目で確かめてください。ガスの炎はいつも青い炎の状態で使用します。

※赤っぽい炎は不完全燃焼しているので危険です!



2

「調理中は火のそばを離れない」が原則です! 離れる時は必ず火を消しましょう。



3

換気には十分気をつけてください。換気扇をまわし、時々窓を開けましょう。L P ガスの燃焼には、たくさんの空気(酸素)が必要です。



4

ガス栓は全開で使用し、外出・就寝時には必ず閉めてください。ゴム管は時々点検し、4~5年を目安に取り替えましょう。



所要時間約30分

## 6カ月 **無料** 安心点検

安全な設備を安心してお使いいただくために、「6ヵ月安心点検」や4年に一度の「法定調査」でお客様のご自宅を訪問させていただいております。また、ガスのごこと以外でも、お困りごと等ございましたら、お気軽にご相談ください。



丸仁ガスの保安・営業担当が、ご自宅を訪問いたします

保安担当



古谷 学



羽屋戸 克世



川内 秀司



山崎 大也



森岡 昌宏

営業担当



森下 賢



濱田 寛



徳原 圭彌