

地震

まずは、揺れがおさまるまで待ちましょう。調理中の場合でも、器具栓を閉めるのは揺れがおさまってから。ガスメーターバルブ及び容器バルブを閉めてから避難してください。

火災

火災の発生を周囲に知らせ、小さな出火でも必ず119番に通報すること。避難するときは落ち着いて確実に容器バルブを閉め、消防署員などにその後の処置の依頼を。

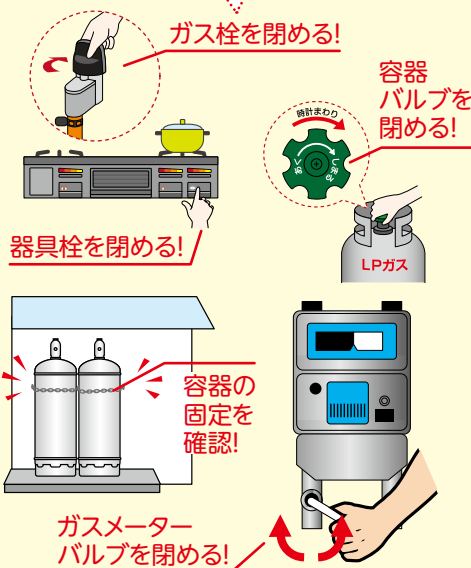
台風・洪水

LPガス容器がチェーンなどでしっかりと固定されているか確認。離れた場所への避難は、室内のガス栓、ガスメーターバルブ、容器バルブを閉めてからにしましょう。

災害時は以下の対応もお忘れなく!!

●電気のブレーカーを落とす ●異常の際は、至急LPガス販売店または保安機関へ連絡を

対応は安全第一!! 揺れが落ち着いてから



豊通エネルギー株式会社
toyotsu energy corporation

豊田営業所

〒473-0928 愛知県豊田市生駒町横山106番地
TEL 0565-57-2031 FAX 0565-57-2335

碧南営業所

〒447-0879 愛知県碧南市沢渡町233番地
TEL 0566-46-3450 FAX 0566-46-3451

豊橋営業所

〒440-0822 愛知県豊橋市伝馬町215番地
TEL 0532-63-8112 FAX 0532-63-8113

北名古屋営業所

〒481-0031 愛知県北名古屋市弥勒寺東4丁目2
TEL 0568-25-2881 FAX 0568-25-2882

安城営業所

〒446-0046 愛知県安城市赤松町大北85番地2
TEL 0566-93-9700 FAX 0566-93-9701

とよ通信

summer
2018
vol.17
toyotsu energy corporation

夏のキッチン ナチュラルクリーニング大作戦

www.toyotsuene.co.jp



イラスト / 藤井アキヒト

ナチュラルクリーニング大作戦

換気扇に！

セスキ炭酸ソーダ

アルカリ性でたんぱく質を分解する特徴があるため、がんこな油脂汚れに使えます。水に溶けやすいので、スプレー式での使用がおすすめ。換気扇やコンロまわり、電子レンジの拭き掃除が簡単に行えます。

セスキ水スプレーの作り方

スプレーボトルに、水 500ml に対してセスキ炭酸ソーダ（粉末）小さじ 1 杯の割合で入れて作ります。

コンロに！

重曹

セスキと同じくアルカリ性のため、油脂汚れの掃除が得意。洗浄力はセスキに劣るものの、重曹には研磨作用があります。クレンザー代わりに使えば、コンロやグリルの焦げつき汚れ、食器の茶渋汚れにも有効。

消臭効果にも期待

暖かい季節は、生ゴミに直接かけたり、ゴミ箱の底に振っておいたりすることで、ニオイ対策になります。

気温が高いため油汚れがゆるみやすく、水の冷たさも気にならない夏は、キッチンの掃除に最適な季節。水仕事をする手にも環境にも優しい、自然由来の素材を活用するナチュラルクリーニングの方法を紹介します。

グリルに！

片栗粉

魚焼きグリルは、受け皿に水溶き片栗粉を入れておくと、後の掃除がラクに。ゼリー状になって油を包み込むため、受け皿からはがしてそのまま生ゴミとして処理できます。

水溶き片栗粉の作り方

水 200ml に対して片栗粉大さじ 4 杯の割合が目安。

シンクに！

酢（穀物酢）

シンクなどのステンレス製品は、酢をつけて拭き、水洗いするだけで垢汚れやぬめりがきれいに！ 殺菌・消臭作用を持つため、雑菌やカビの繁殖を防ぎ、ニオイ対策にも◎。

酢スプレーの作り方

酢もスプレーが便利。水 1 ～ 5 に対して酢 1 の割合を目安に。



人口: 47,253人
(2018年3月1日現在)

「新城」の由来

天正4年(1576)、長篠・設楽原の戦いで功績をあげた奥平信昌が築いた城「新城(しんしろ)城」が由来。これより前、菅沼定継が築いた城「新城(しんじょう)」と区別するため、「しんしろ」と呼んだ。

愛知の各都市の魅力を探っていく本コーナー。
第八回は、奥三河の玄関口・新城を紹介!



自然と歴史の宝庫 活気満ちる奥三河の玄関口

愛知県東部・東三河の中央に位置し、県内2番目の広い面積を有する新城市。市域のほとんどを山林の豊かな緑に覆われ、その恵まれた自然環境を生かし、農産・畜産が盛んに行われている。

16世紀の戦国時代、今川・武田、織田・徳川らの有力大名に囲まれたこの地は、史上名高い長篠・設楽原の戦いの舞台となった。今も、古戦場など縁の場所では迫力ある演武を見られるまつりや行事の数々が催され、訪れる来場者を魅了している。江戸時代には伊那街道の主要な町となり、陸運と舟運の結節点として栄え、商業が発達した。その活気ぶりは、行き来する馬を浪に見立てて「山の湊」、「山湊馬浪(さんそうばろう)」とうたわれたほどである。

美しく多彩な自然、戦乱の世の面影を間近に感じられる新城の町。現在も人の往来が絶えることなく、にぎわいを見せている。



鳳来寺山

山全体が国の名勝・天然記念物に指定されている自然豊かな霊山。県鳥であるコノハズクの生息地としても知られる。1425段を数える石段の参道には、推定樹齢800年・樹高60mを誇る傘杉や仁王門が立つほか、中腹には古刹・鳳来寺、鳳来山東照宮がある。



信玄原の火おんどり

毎年8月15日の夜、長篠・設楽原決戦場跡にある信玄塚で行われる盆行事。塚に葬られた武田軍の戦死者の霊を慰めるために行われるようになった。長さ2~3mの大きな松明を振りかざし、勇壮な踊りが繰り広げられる。



釜屋建て(望月家住宅)

江戸時代中期に見られた、この地域特有の住居。主屋と釜屋からなる分棟型住居で、草葺きであることが特徴。江戸期の伝統的な形式をとどめ、改築部分も少ない望月家住宅は、国の重要文化財に指定されている。

四谷の千枚田

鞍掛山(標高約883m)の南西斜面に広がる、山間集落に開墾された石積みみの棚田。鞍掛山を水源に持ち、美しく豊富な水と緑にあふれた棚田は、古き良き日本の原風景を思い起こさせるよう。



しんしろ軽トラ市 のんほいルロット

山湊馬浪の活況をしのび、毎月第4日曜に開催される青空市。馬と舟を軽トラに代え、地場産の新鮮な野菜や花などを中心に対面販売を行う。日本三大軽トラ市の1つとして、新たな町の名物に。



マスコットキャラクター: のんすけ



1人分
417kcal
調理時間
30分

ショートパスタでおしゃれに♪
野菜をたっぷり食べられるパスタです。

ショートパスタの ラタトイユ風

調理のポイント

ショートパスタはさまざまな種類がありますが、お好みのものでOK。ねじれた形のフジリを使うとソースがよくからみます。

ヘルシーポイント (栄養ポイントなど)

ピーマン、ズッキーニ、なす、トマトなどのカラフルな夏野菜は、ビタミン豊富で夏バテ予防にも効果的です。

材料 (2人分)

■ショートパスタ(フジリなど)	120g
■湯	1.5L
■塩	小さじ2 弱
■たまねぎ	1/2 個(100g)
■ピーマン	2 個
■ズッキーニ	50g
■なす	2 個
■セロリ	50g
■マッシュルーム	5 個
■トマト(完熟)	1 個
■にんにく(みじん切り)	1/2 片(5g)
■オリーブ油	大さじ1
■バター	15g
■トマトピューレ	大さじ2
■白ワイン	大さじ2
■固形スープの素	1/2 個
■ローリエ	1 枚
■レモン汁	小さじ2
■塩	少々
■こしょう	少々

作り方

- ①たまねぎは、半量はみじん切り、残りは2cm角に切る。ピーマン、ズッキーニ、なす、セロリも2cm角に切る。マッシュルームは5mm厚さ、トマトは皮を湯むきして種を除き、2cm角に切る。
- ②油とバターを弱めの中火で温め、にんにく、みじん切りのたまねぎを3～4分いためる。香りが出てきたら、トマト以外の野菜を入れて中火でよくいためる。全体に油がなじんだらトマトとAを加え、ふたをして弱火で20～25分煮る。
- ③分量の湯に塩を入れて、ショートパスタを表示時間を目安にゆでる。
- ④②にレモン汁をかけ、味をみて塩、こしょうで調味する。
- ⑤ゆでたてのパスタを器に盛り、④をかける。

強力な紫外線から肌を守る！

夏の日焼け対策

日焼けは、太陽光による肌の火傷の一症状です。
夏の強烈な日差しから大切な肌を守るため、
日焼け対策の方法を紹介します。

日焼け止めの選び方

一般に出回っている日焼け止めには、たくさんの種類があります。表示の意味や違いを知り、シーンに合わせてふさわしいものを選ぶようになります。

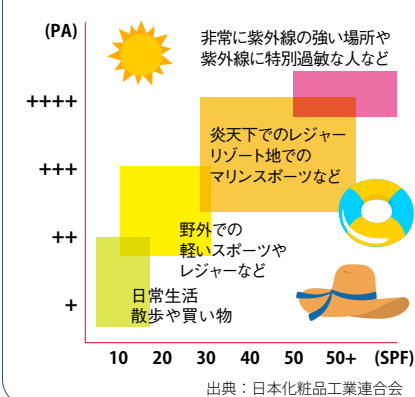
紫外線のタイプ

- UV-A** 肌の深部にまで届く波長の長い紫外線。肌を黒くし、コラーゲンの老化を招くためシワやたるみの原因に。
- UV-B** 肌の表面に作用し、皮膚の炎症を引き起こします。メラニン色素を沈着させ、シミやそばかすの原因に。

日焼け止めの種類

- SPF** UV-B 波による炎症を防止できる時間の目安を数値で表します。
- PA** UV-A 波による日焼け防止効果の目安。「+」の数で表されます。

日焼け止めの選び方の目安



全方位で油断禁物！

屋外ではビルや道路に反射して、頭上以外にもあらゆる角度から紫外線を浴びています。日傘や帽子、サングラスでガードしましょう。また、紫外線は窓ガラスを透過するため、室内や電車内も油断は禁物です。

塗り忘れにご用心

塗り忘れの多い髪(スプレータイプが便利)、耳の側面、首の後ろ、唇(UVリップを選んで)、あごの下も、しっかり日焼け止めを！

体の中からも日焼け対策！

抗酸化力を持ち、新陳代謝を上げる食材を積極的にとりましょう。アボカドやナッツ類(ビタミンE)、カカオや赤ワイン(ポリフェノール)、トマトやスイカ(リコピン)などがおすすめです。

かんきつ類は要注意

ビタミンCも美肌効果を期待できますが、レモンやオレンジなどのかんきつ類は要注意。紫外線の吸収を高める成分「ソラレン」を含んでいるため、朝の外出前や屋外レジャーの前は控えた方がベター。時間帯に注意してとりましょう。