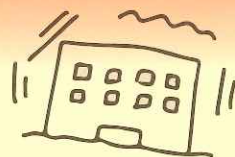


こんにちは クラシマです。



安全・安心にお使いいただくために



LPガス保安ガイド 地震時の対応

ガスがしゃ断された場合は、ガスメーターの表示を確認してください。

ガスメーター(マイコンメーター)の機能と表示

- ガスを使用中に強い地震(震度5相当以上)が起きたとき、自動的にガスをしゃ断します。
ガスを使用していないときは、ガスをしゃ断しない機能になっています。
- 地震で配管の折損やゴム管がはずれるなどして、ガスの流れや圧力などに異常があると、自動的にガスをしゃ断し原因が表示されます。



ガス使用中、
震度5相当以上の
地震が発生
した場合等



ガス器具の
消し忘れなど、
長時間ガスを使用
され続けた場合等



ゴム管の外れ
などにより、
極めて多くの
ガスが流れた場合等

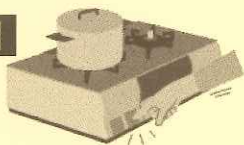
※ガス警報器とガスメーターが連動している場合、警報が鳴ったときも地震しゃ断と同じ表示になります。

余震や停電に注意して復帰を行ってください。

ガスメーターの復帰方法

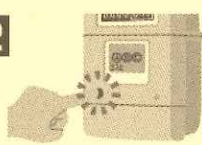


1



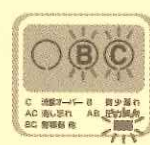
- 器具栓をすべて閉めてください。
- 使っていないガスの元栓が閉まっていることを確認してください。

2



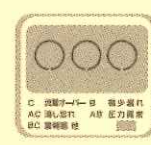
- 左側の復帰ボタンを押してください。
- 「ガス止」の文字が消えます。

3



- 液晶の文字とランプが点滅します。
- 1分間お待ちください。
※ランプが復帰ボタン部にあるものもあります。

4



- 液晶の文字とランプが消えます。
- 復帰完了です。
- ガスは使えます。

※復帰操作をしても復帰しない場合(再び「ガス止」表示が出る)は、
復帰操作を繰り返さずに、弊社まで御連絡下さい。

災害時に大活躍！ローリングストックに最適な食品

地震や台風など、いつ起きるかわからない自然災害。

そんな「もしも」に備えて注目されているのが「ローリングストック」です。

日常で使う食品を少し多めに買い置きし

消費と補充を繰り返すこの備蓄法は無理なく続けられるのが魅力です。



毎日の食事がそのまま備えに

「備蓄」と聞くと、非常食をまとめて購入し、長期間保管するイメージを持たれるかもしれませんが、この方法だと気づいたら賞味期限が切れていたり、家族の好みに合わない食品ばかりが残っていたりすることもある。

ローリングストックは、そうした課題を解決する現代的な備蓄スタイル。普段食べている食品を少し多めに買っておくだけで日常の延長線上から災害対策ができるのです。食べ慣れた味が「非常時の安心」につながるという点でも、子供や高齢者の家族がいる家庭にはとくにおすすめです。

買って食べる、合理的なリサイクル

そんなローリングストックのキーワードは「循環」。つまり「食べる→買い足す」を日常のサイクルに組み込むことです。

賞味期限が近いものから消費し、新しいものを奥にしまっただけで、自然と備蓄が回って行きます。例えばいつも使うレトルトカレーや缶詰、乾麺、フリーズドライの味噌汁などはストックしやすく、食卓にも出しやすい

万能選手。調理せずに食べられるものを意識しながら選ぶと、ライフラインが止まったときでも役立ちます。

また、備蓄では保存期間に目がいきがちですが、食べたくないものは手が伸びにくいというもの。

自分や家族が食べたいと思えるかどうかという視点を持ちつつ「おいしい」と感じられる食品を選ぶことが、上手なローリングストックといえます。



ローリングストックに向いている食材とは??

具体的にどのような食品がローリングストックに向いているのでしょうか。大前提としていえるのは「常温保存ができる」「調理が簡単または不要」「栄養バランスがいい」。王道でいえば、レトルト食品は定番の備蓄食品。ハヤシライス、中華丼、親子丼の素など、種類も豊富にあるので飽きずに食べられます。温めなくても食べられるものなら、停電時でも安心。加えて、無洗米やアルファ化米、長期保存パンなども

水や火が使えない状況でも対応できる頼れる存在です。

栄養面では、豆類の缶詰や野菜スープ、サバ缶・ツナ缶といったたんぱく質や野菜を補えるアイテムを意識的にえらぶとよいでしょう。

そのまま食べられるお惣菜パウチや飲むだけでエネルギー補給できるゼリー飲料なども登場し、ラインナップも充実しています。



子どもや高齢者がいる家庭の工夫

小さな子供や噛む力の弱い高齢者がいるご家庭では、食べやすさや味の優しさが求められます。そんなときは、レトルトのおかゆや煮込みうどん栄養補助食品も選択肢に入れてみましょう。加えて粉ミルクやベビーフード介護食というより日々使っているものを少し多めに持つておくという意識が大切。アレルギー対応の商品や、消化にやさしいスープ類もストックに含めておくと、もしもの時にも安心です。

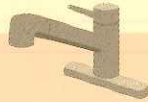
災害時には甘いものが心の支えになるともいわれています。チョコレートやビスケット、ゼリーなどのお菓子も非常の癒しとして備えておく心強いですね。もしものときに備えるということは、今を大切に生きることにもつながります。毎日のおうちごはんが、家族の未来を守っている、そんな視点でローリングストックを実践してはいかがでしょうか。

冬にやる大掃除

☆ 冬の掃除のポイント

温水の活用

油汚れは冷えると固まるため、キッチンや浴室の掃除には40度程度のお湯を使うと汚れが落ちやすい



静電気・ホコリ対策

乾燥する冬の乾拭きは静電気ですホコリを呼びため、水拭きや柔軟剤(水1Lに数滴)を入れた雑巾で拭くのが効果的

換気・乾燥

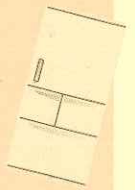
窓・網戸は寒さで水が凍る前に掃除する
汚れがつきにくい冬の天気の良い日に、窓の内外を拭き上げる



☆ 冬の適した掃除場所

冷蔵庫

冬の冷気は食材の保管に適しているため、中身を外に出して棚を丸洗いするチャンス



浴室:湯

垢には重曹やアルカリ性洗剤を使い、使用後に水分を拭き取るとカビを予防



暖房器具

エアコンやヒーターのフィルターはホコリが溜まりやすいので火災防止のため定期的に掃除することを心がけよう

☆ 寒さで身体が動きづらい季節、注意してお掃除してくださいね! 有限会社フードプランニング 滝口

レンジで10分! 新玉ねぎの丸ごと柔らかか とろ〜りチーズスープ

材料

新玉ねぎ	大300g (正味)	
A {	ベーコン	1/8枚
	コンソメキューブ	1/2個
	水	100ml
溶けるスライスチーズ	1枚	
粗挽きこしょう・パセリ(あれば)	適量	

作り方

下準備

新玉ねぎ(大)は皮を剥き、十文字に切り込みを深さ1/3まで入れる
ベーコンを3ミリ程度にカットしておく

1. 耐熱のスープ皿またはカップに新たまねぎとAの材料を入れる
コンソメは砕いて入れる
2. ラップをかけレンジ600Wで5分かける。そのまま5分放置する
(火傷に注意してください)
3. ※5分放置することでさらに柔らかくなります
4. 新たまねぎを再度、表に返して上からスライスチーズをかける
(余熱で溶けます)
5. 仕上げに粗挽きこしょう、パセリなどをかける

玉ねぎは見た目が似ていても、鮮度やおいしさに差があります!
正しい選び方を知っておくと日持ちが良く調理がしやすくなります!



共通してチェックしたいポイント

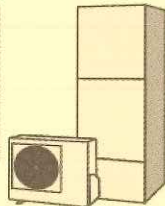
- ・皮が乾いていて、ツヤがあるもの(湿っているものは傷みやすい)
- ・持った時に重みがあり、しっかり硬いもの
- ・芽が出ていないもの(発芽は劣化のサイン)
- ・傷、カビ、黒ずみがないこと

給湯省エネ 2026 事業

対象高効率給湯器の設置で国から支援が受けられる制度です。

エコキュート
(ヒートポンプ給湯器)
1台あたり
7~10万円
(戸建住宅: いずれか2台まで、共同住宅等: いずれか1台まで)

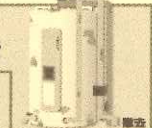
ハイブリッド給湯器
1台あたり
10~12万円



の補助金がもらえます。

加算措置

高効率給湯器の設置と合わせた
電気蓄熱暖房機または電気温水器の撤去
蓄熱暖房機 4万円/台 (上限2台まで)
電気温水器 2万円/台 (設置する台数まで)



※2025年12月18日時点での情報になります。※受付期間は予算が上限に達するまで(遅くとも2026年12月31日まで)※対象は2025年11月28日以降対象工事等に着手したものです。※各事業について、対象製品情報等詳しくは今後公開の再事業公式サイトをご確認ください。

賃貸集合給湯省エネ 2026 事業

既存賃貸集合住宅において、従来型給湯器から対象エコジョーズまたはエコフィールへの取替で国から支援が受けられる制度です。

追い焚き機能
なし
エコジョーズ・
エコフィール
1台あたり
5万円

追い焚き機能
あり
エコジョーズ・
エコフィール
1台あたり
7万円



(1住戸1台まで)

(※工事内容によっては追加補助があります)

の補助金がもらえます。

※補助金対象者: 賃貸集合住宅のオーナー等

社会福祉法人

福島いのちの電話・・・を支援しています

年中無休 午前10時~午後10時
(毎月第3土曜日は午前10時から翌日午前10時まで、
24時間相談を受け付けています)

ひとりぼっちで悩まずに
TEL 024-536-4343

フリーダイヤル (通話無料)
毎月10日 午前8時~翌朝8時

自殺予防いのちの電話
TEL 0120-783-556

震災に関するお悩み
毎月11-21日 午前10時~午後10時

ふくしま寄り添い(予約制)
フリーダイヤル TEL 0120-556-189



福島いのちの電話の会員に
なっていただけませんか。
多くの方々のご支援をお願いし
ます!!

※法人会員/10万円から(何口でも可)
維持会員/102000円から(何口でも可)
賛助会員/時期、金額を問いません。
※「福島いのちの電話」への寄金は、税法
上の優遇措置を受けることができます。

詳しくは事務局まで
お問合せ下さい

TEL 024-536-0032
FAX 024-536-2840

今月の編集ノート

先日ヤクルト福島工場の見学に行ってきました。工場近くを通るたび見学に行きたいなあと思っていたのですが、なかなか機会がなく、先日ちょうど予約が取れたので初見学に行ってきた。ソール(ヨーグルト)があっという間に出来上がっていく過程に驚き、その出来上がった積み荷はなぜ隙間が空いているのかとか(出来上がりは温かいので効率よく冷やすための隙間だそうです!)普段食しているものがどうやって作られていくのを見ることが出来てとても面白かったです。品質管理の部屋で白衣姿の研究者さんたちが試飲している様子を見たり、キリンより高さのある大きなタンクを間近に見たり、衣類や体についた埃などを強風で取るボックスに入る体験など、約1時間の工場見学はあっという間でした。(ま)

家庭用LPガスから住宅設備機器まで

KSP 倉島商事株式会社

～快適な生活環境のご提案～

本 社 〒960-8053 福島市三河南町18番7号
TEL 024-535-2311 FAX 024-531-4473
郡山営業所 〒963-0117 郡山市安積荒井一丁目118
TEL 024-945-2311 FAX 024-947-1571