こんにちはクラシマです。

4年に1回の点検・調査へご協力をお願いします！

LPガス設備を安全に維持する為、定期的な点検・調査が法律で定められています。

点検・調査には家の中での作業もある為、お客様の立ち合いをお願いしています。
一般的なご家庭でLPガスをご使用の場合、おおむね30分程度の作業時間となります。

- 点検・調査は、保安機関（保安センター）が行います。

LPガス販売店から委託を受けた保安機関（保安センター）が点検にお伺いします。
LPガス販売店との契約書（14条書面に保安業務実施者）が記載されています。

- 点検のお知らせ（不在票）が届いた場合には記載されている連絡先へご連絡をお願いします

事前に点検のお知らせがない場合は、1回目の訪問時に不在票などを投函するケースがほとんどです。連絡先へお客様のご都合の良い日時を連絡して下さい。



- 点検・調査に費用はかかりません

点検・調査に費用はかかりません。ガスを安全にご利用いただくために、
点検・調査へご協力お願い致します。

当社で保安点検を委託しているLPガス保安センター

【県北地区】
（協）郡山LPガス保安管理センター 県北支所

フリーダイヤル（無料）
〒960-8057
福島市笹木野字町東2-1
TEL024-559-2941

【県南地区】
（協）郡山LPガス保安管理センター

フリーコール（無料）
〒963-0101
郡山市安積町日出山4-41
TEL024-943-9001

HPもご覧下さい。 http://www.kurashimasyouji.co.jp

2026年4月1日から

自転車にも交通反則通告制度（青切符）が導入されます

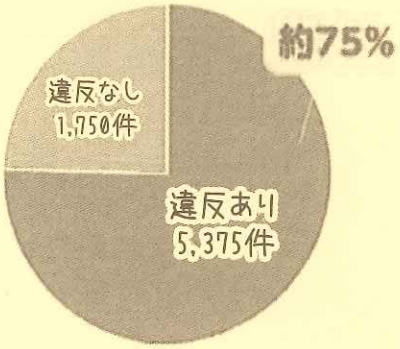
※16歳以上が対象です。

交通反則通告制度（青切符）とは

交通違反をした場合の手続きを簡略化するための仕組みのこと。
一定期間内に反則金を納めると、刑事裁判や家庭裁判所の審判を受けないで事件が処理されます。

なぜ「青切符」が必要？

自転車の交通事故の抑止を図るため。
自転車の事故数は年間約７万件。令和６年乗用中の死亡・重傷事故のうち、約75%が自転車側にも法令違反があります。



主な違反内容 ※一例です

反則金12,000円
携帯電話使用等(保持)



反則金6,000円
信号無視、通行区分違反



反則金5,000円
傘差し、イヤホン



酒酔い運転や妨害運転等、重大な違反は刑事手続(赤切符)が適用されます

自転車安全利用五則

自転車利用時の「きほんのき」として
5つのルールを実践することが重要です。

❶車道が原則、左側を通行
　歩道は例外、歩行者を優先
❷交差点では信号と一時停止を守って、
　安全確認
❸夜間はライトを点灯
❹飲酒運転は禁止
❺ヘルメットを着用（努力義務）



※出典：警視庁 https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/kotsu/jikoboshi/bicycle/cycle_kaisei.html

春の重曹掃除



★ 場所別おススメなテクニック ★

コンロ周りの頑固な油汚れ・焦げ付き

・重曹ペースト:重曹2:水1の割合で混ぜたペーストを汚れに塗り、ラップで密閉して1時間～放置します

・重曹ホイップ:重曹+ウタマロクリーナー(または台所洗剤)+少量の水を混ぜてホイップ状にすると、より洗浄力が高まります

ソファ・布団(布製品)

・春の衣替え・布団干しの時期に、布団やソファに重曹を粉のまま振りかけ、1～2時間放置した後に掃除機で吸い取ると、湿気と臭いが取れます

電子レンジ・冷蔵庫(庫内)

・重曹スプレー:水200mlに重曹大さじ1～2を溶かしたスプレーを吹きかけ、拭き取ります

シンクのくすみ・汚れ

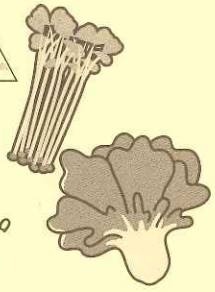
・重曹を直接振りかけ、濡らしたスポンジで円を描くようにこすります。クレンザーの役割を果たし、ピカピカになります

シンク・排水口(詰まり・臭い)

・重曹を排水口にたっぷり振りかけ、その上からクエン酸水(または酢)をかけると発泡し、汚れを浮かせます

有限会社フードプランニング滝口

豆苗とまいたけの炒め



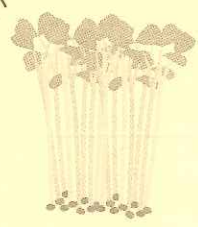
材料 (1人分)

豆苗		50g
まいたけ		30g
にんじん		20g
ごま油		小さじ1
にんにく(みじん切)		小1/2
ごま		小1
A	しょうゆ	小さじ1
	酒	小さじ1
	みりん	小さじ1

作り方

1. 豆苗は根を切り落とし、半分の長さに切る。まいたけは石づきを切り落とし小房にする。にんじんは千切りにする。
2. 鍋にごま油を熱してにんにくを炒め、香りが出てきたら、にんじん、まいたけ、豆苗の順に加えて炒める。Aを加えたら火が通るまで煮て、器に盛り、ごまをふる。

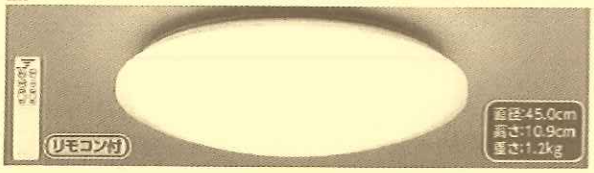
豆苗はえんどう豆新芽のこと。中国では高級野菜とされています。
栄養的にはカロテンやビタミンB群やC、鉄やカルシウムといったミネラル、食物繊維が豊富な野菜です。
なかでもカロテンの量が多く、小松菜の1.5倍も含まれています。カロテンには強い高酸化力があり、動脈硬化を引き起こす真の悪玉「酸化LDLコレステロール」の生成を予防します。
カロテンは油と一緒にとると吸収が高まるので、炒め物はおすすめの食べ方です。
お浸しにする場合はごま油をひとたらしするといいでしょう。



LED照明

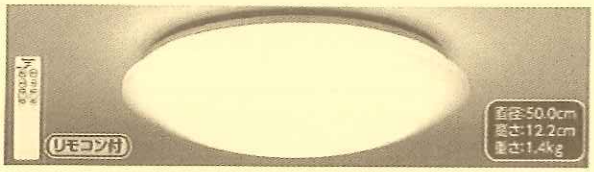
2027年末 蛍光ランプがなくなる前に
一般照明用蛍光ランプは製造・輸出入が禁止に…
LED照明器具へのとりかえをお願いします

Panasonic LEDシーリングライト ●アクリル(乳白つや消し)



21-01 LSEB1195K
~6畳 調色・調光タイプ
●器具光束:3699lm ●消費電力:27.6W
13,200円(税込) 取付費別途
12,000円 税別

21-02 LSEB1196K
~8畳 調色・調光タイプ
●器具光束:4299lm ●消費電力:32.0W
14,300円(税込) 取付費別途
13,000円 税別



21-03 LSEB1197Z
~10畳 調色・調光タイプ
●器具光束:4899lm ●消費電力:36.3W
16,500円(税込) 取付費別途
15,000円 税別

21-04 LSEB1198Z
~12畳 調色・調光タイプ
●器具光束:5499lm ●消費電力:41.3W
18,700円(税込) 取付費別途
17,000円 税別

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1・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

いのちの電話は
いつでも
誰でも
どこからでも
利用できる電話相談です

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/1口1万円から(何口でも可)
維持会員/1口2000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

こちらのコラムを担当するようになり、さて何を書こうか、どんなことがあったかな、あのことを書いてみようなど、日々の暮らしの中でのささいな他愛もない出来事を綴ってきました。見ていただいた皆様どうもありがとうございました。なんてことない日常にある尊さに気付けたのも、ここに書き記してきたからなんじゃないかなと思っています。私はこの春新たな旅に出ることにしました。どんなことが起こるのかわかりませんがこれからも何気ない物事も自分の心の内を見つめて真摯に選んでいきたいと思っています。今まで見てくださりありがとうございました。弊社ガスおよび電気を今後ともよろしくお願いいたします! (ま)

家庭用LPガスから住宅設備機器まで

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