



いつもあなたの暮らしのそばに

# ORANGE cafe<sup>♪</sup>

Vol. **42**



ハート型の島「鏡島」 鳴門ウチノ海の子島

郷土史研究家から聞いたことがあります。  
「古文書を紐解くと、鳴門のどこかにトンボが交尾するような形（ハート型）の地形があると思う」偶然撮ったドローン映像にすっかり写っていました。山頂には祠があり神が宿る島として崇められています。誰もが心落ち着く美しい島です。

～ドローン散歩～はじまります♪  
今月号から鳴門市出身の写真家 小川直樹氏の写真を掲載いたします。

## Work Shop

### 街ネタ



住所：鳴門市大津町木津野  
池ノ内13-14  
営業時間：11：00～14：30  
17：00～22：00  
定休日：月曜日  
お問合せ：088-685-2881  
駐車場：11台

個室（12席）  
もありますよ♪

人柄のいいご夫婦が営む、本格中華料理「桃仙」さん。2020年に大道銀天街から移転され店内も、駐車場も広くなり利用しやすくなりました。  
低価格&ボリューム満点の品数豊富な定食メニューはなんといつでも魅力です。一品にライス・サラダ・デザートつきで780円。お得なラーメンセットは麺+飯物のセットが750円。それぞれ1種類ずつお好みで選べるのが嬉しいです。少し辛めの麻婆豆腐は本格中華ならではの美味しさ。（辛さ控えめで頼めば調節して頂けます）夜メニューも充実しており、家族連れの方も多く、お客様連れでも安心です。鳴門で中華料理を食べるなら、ぜひ桃仙さんへ。オススメですよ♪



日替わりランチ 700円  
(この日は麻婆豆腐♪)

あんかけ炒飯 840円



ラーメンセット800円  
(豚骨ラーメン+中華飯)

酢豚 900円  
小500円



# 寒い夜には

## 配管の凍結に注意しましょう！

冬になって気温が下がると気になるのが、給湯器の凍結です。

毎日のお風呂や洗面、炊事に欠かせないお湯が出なくなるのはとても困りますよね。

### 【凍結したらどうなる？】

給湯器には、凍結予防ヒーターの機能があるため、通電状態のときは本体を保温します。でも万が一、給湯器が凍結してしまうと給湯管からお湯が出なくなり、お風呂などの支障が出ます。また凍結した箇所が給水・給湯管の場合、内部で水が凍結し膨張することで配管にヒビや亀裂が入り破裂して漏水につながる恐れがあります。凍結トラブルを招かないためにも凍結を防止しましょう。

### 【給湯器の凍結防止方法】

水道の蛇口を少しだけひねり、通水状態にしておくことで凍結を防ぐことができます。水の勢いは鉛筆の芯くらいでOK。ひねる蛇口はお湯側です。給湯器の電源は入れずに水の状態で大丈夫です。

お湯側にひねる

※事前に給湯器の水抜きを行うことも凍結防止できます

凍結時には運転スイッチをオフにして

自然解凍を待つのがベストです。

※給水元栓以外が凍結している可能性があるため元栓を開けて自然解凍を待ってください。



### すぐにお湯を出したいときは

- ① 保温材が巻かれていない、むき出しの給水元栓のまわりに布を巻く。
- ② 50度前後まで沸かしたお湯を布にゆっくりかける。元栓や配管に直接かけないように注意！
- ③ 給水元栓が回るようになったら、給湯栓(蛇口)から水が出ることを確認する。
- ④ 巻いた布を外し、給湯元栓のまわりに水がついていたら乾いた布で拭き取る。

※機器の電気コード・プラグ、コンセントにお湯がかからないように注意してください。



また、給湯器のトラブルで困ったことはありませんか？

「鳴門ガスの即湯サービス」ならすぐにお湯を使えるようになります。

給湯器やエコキュート・灯油ボイラーが故障した場合に修理・取替までの間お湯が使えない！どこに連絡すれば？...

と悩んだときはぜひ「鳴門ガスの即湯サービス」にお任せください。



現在コロナウイルスの影響で給湯器商品が一部遅延対象となっております。納期をお待ちいただく状況となっております。即湯サービスはそんな状況を回避できるサービスですが、できるだけ凍結トラブルで故障を招かないためにも、凍結を防止しましょう！

# お部屋の換気を習慣にしよう♪

冬の寒い時期、お部屋の暖かさを保ちたいとついつい換気を怠っていませんか？コロナ対策だけでなく、ガス機器や石油ファンヒーターなどを使用する際、ガスを安全に安心して使用していただくために換気をしましょう。

■冬の換気が必要な理由とは？  
換気をしないとこんな恐れが！

新鮮な空気が供給されない

不完全燃焼  
一酸化炭素(CO)発生  
頭痛や吐き気...

暖房器具は自動で消火します。

だから換気が必要！なんです！



コンロや小型湯沸器をお使いになる時は必ず換気扇を回すか窓を開けて換気しましょう。

換気扇を回しましょう

窓を開けて換気しましょう

ファンヒーターやストーブをお使いになるときは1時間に1回程度。新鮮な空気に入れ替えます。

※24時間換気を運転していても1時間に1回の換気が必要です。

換気扇・レンジフードが汚れていると、換気能力が低下します。換気扇・レンジフードも定期的に点検しましょう。



# 何日かかる？トイレのリフォーム

リフォームをしたいと思ってても何日もトイレが使えないのは困りますよね。リフォームの内容もいろいろあり、便座を温水洗浄便座に交換するだけならあつという間です。コンセントの設置工事が必要な場合でも半日ほどで完了です。便器を交換する場合も数時間ですみますよ。



和式トイレが

すっきりとした  
タンクレストイレに大変身

工期：4日間

金額：約40万

トイレル解体・取付費  
クロス・クッションフロア張替え

## 施工過程

4日目	2~3日目	1日目
<仕上げ工事> クッションフロア張り トイレを取付。完了!	<大工事> 下地・壁パネル貼り 床コンパネ貼り	<和式トイレ解体工事>

## トイレ交換の目安

- 掃除をしてもすぐ汚れる
- においが取れない
- 床や壁に傷み、汚れがある



壁や床の内装工事を同時に行う場合でも、工事期間は1〜2日です。また、床や配管の老朽化などがあったり和式トイレから洋式トイレにリフォームする場合は工事が数日かかる場合もあります。

「オレンジカフェ」地域生活情報誌ではお客様のご意見をもとに、よりよい誌面づくりを目指しています。読者アンケートのご協力をお願いいたします！

- ご愛読いただき、厚く御礼申し上げます。  
また、貴重なご意見・ご感想をいただき誠にありがとうございます。

2022年2月号 Vol. 42

ご意見・ご感想等ご記入ください。

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



鳴門ガスでリフォーム  
させていただきました

鳴門ガスのホームページにブログなどリフォーム事例やその他の情報盛りだくさんです！インスタグラムやLINEでもできました！お得な情報などチェックしてみてくださいね！

鳴門ガス URL: <http://narutogas.jp>

フォローよろしくお願いします。

Instagram

LINE

お得な情報がたくさん!  
ID: @lifeporntaruto

Happy Valentine's Day



子育て  
ライフ

今年もバレンタインシーズンが到来！  
これまでバレンタインにはパパやじいじにお菓子をプレゼントしていましたが、今年は誰に贈りたいか聞いてみると恥ずかしそうに、お友達にもあげたいと言っていました。最近、お友達とのお手紙交換に夢中なので、そろそろ友チョコのやりとりも始まりそうです。母もドキドキ・わくわくしていますよ。

## プレゼント付きクイズ & 読者アンケート

応募方法は裏面をご覧ください。

# ぱぱっとごはんレシピ



## 焼きれんこんの にんにく醤油風味

れんこんは縦にカットすることで繊維を断ち切らずシャキッとした食感が楽しめます。アクに含まれるタンニンには、ポリフェノールの一類で、抗酸化・消炎作用があります。タンニンなどの栄養分が流出しないように、水にさらさず調理します。



- 【材料】(2人分)
- れんこん…200g
  - サラダ油…大さじ2
  - おろしにんにく…小さじ1/2
  - 醤油…大さじ1
  - 一味唐辛子…お好みで

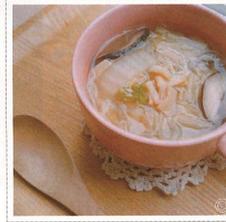


### 【作り方】

- れんこんはタワシできれいに洗うかピーラーで皮をむく。
- れんこんを長さ5cmに切り、さらに幅1cmのスティック状に切る。
- フライパンにサラダ油を熱して②を入れ中火で焼き色がつくまで焼く。
- おろしにんにくと醤油を加え味を絡ませる。お好みで一味唐辛子をかけたらできあがり！

## ホタテ缶の中華スープ

寒い季節はお野菜たっぷりなホカホカ  
スープで体の中から温まりませんか？



### 【材料】(4人分)

- ホタテ貝柱水煮缶…1缶(125g)
- 白菜…1/4個 シイタケ…2個
- 春雨…40g 水…4カップ
- ゴマ油…小さじ2
- 料理酒…大さじ1
- ガラスープの素…大さじ1
- 醤油…少々

### 【作り方】

- 白菜は葉と芯に分けてザク切りにし、シイタケは薄くスライスする。
- 鍋にごま油を熱し、白菜の芯、葉、シイタケの順で炒める。
- 全体に油がまわったら、ホタテ缶を汁ごと1缶と水、料理酒、ガラスープの素を入れ、弱火で白菜が柔らかくなるまで煮る。
- 醤油で味を調え、春雨を加えて一煮たちさせたら、出来上がり！



## オレンジカフェ クイズ

### 【問題】 ガス暖房機器を使用するとき、換気をするのはなぜでしょうか？

ヒント：この情報誌を読んでくださいね♪  
—右記のハガキに解答欄があります—

クイズ&読者アンケートにご協力いただいた方の中から  
抽選で20名様に  
プレゼント！

中国料理



### 発表

厳正なる抽選のうえ、当選発表は当選者様へのご連絡をもってかえさせていただきます。  
賞品は鳴門ガスショールームにてお渡しいたします。  
(ご連絡は2022年3月下旬頃予定)

オレンジカフェ 次回は4月発行予定です！

キリトリ線

772-0003

恐れ入りますが、63円切手を貼ってご投函ください。

鳴門市撫養町南浜字東浜24-21  
鳴門ガス株式会社

プレゼント付クイズ&読者アンケート  
「オレンジカフェ」係 行

(ファックス) 088-685-8516

お名前	(フリガナ)	性別	1. 男
			2. 女
生年月日	昭和・平成・令和	年	月 日
ご住所	〒 -		
お電話番号	( ) -		

※上記の個人情報につきましては、プレゼントの抽選及びご連絡以外には使用いたしません。



## オレンジカフェ クイズ

解答欄の正しい方を○で囲んでください。  
正解者の中から左記を抽選でプレゼント！

### 解答欄

- ① 暑くなるから      ② 新鮮な空気の入替えが必要だから

読者アンケート 該当する番号にレ印をつけてください。

「オレンジカフェ」でおもしろいと思った記事をお選びください。  
1. 街ネタ      2. 換気の習慣  
3. 凍結予防・対策      4. トイレリフォーム  
5. 子育てライフ  
6. ぱぱっとレシピ      7. その他

ご意見・ご感想、お気付きの点があればお聞かせください。  
裏面にご記入をお願い致します。

応募締切  
2022年3月20日消印有効

キリトリ線