



いつもあなたの暮らしのそばに

# ORANGE cafe<sup>♪</sup>

Vol. **60**

八幡さんの花手水  
子宝、安産の神様として名高い宇佐八幡神社は  
鳴門市撫養町黒崎にある。  
まだまだ寒い2月、参拝客をあたたく花手水が迎えてくれる。  
なんか心がほっこりする。

写真家 小川直樹



## Work Shop

### 街ネタ

**briller**  
KISEIYU NO JIKOKU NO MONOVA OJISUKU

カウンター5席  
テーブル2席あります

住所：鳴門市里浦町粟津字西開38-1（公設市場内）  
（インスタをチエック）  
定休日：火・水曜日  
営業時間  
モーニング：7：30～10：00  
ランチ：11：00～14：00  
電話：080-1888-0863

Instagram

最新情報はコチラから♪

鳴門市公設市場内に新しくオープンしたレストラン「briller（ブリエ）」をご紹介します。地元の新鮮な食材を活かした心温まるお店です。イタリア料理「モアナコースト」での豊富な経験を持ち、その情熱と技術を存分に生かしながら丁寧に手作りしたスープやソースが自慢です。朝の時間帯にはドリンクメインとなりますがプラス450円で卵料理やスープ、果物、ヨーグルト付きのモーニングプレートが楽しめます。満足感たっぷりのセットで一日のスタートが始まりますよ。ランチタイムには週替わりで4種類のランチメニューをご用意しています。エビフライやハンバーグなど多くのお客様に愛されるオムライスなども人気です。最新のメニュー情報やお知らせは、インスタグラムでも確認いただけます。温かい雰囲気の中で心のこもった美味しいお料理をぜひお楽しみください。

※混雑時にはお料理をご提供するのにお時間をいただくことがあります。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

モーニングメニュー

- 足赤海老のフライとクリームコロッケ
- クロックムッシュ風トースト
- マグロのソテースパイシーなソース
- オムライスのハヤシソース

市場マップ

鳴門市公設市場

briller ココです！

正門

# ガス給湯器の凍結防止



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困りますよね。

## 【凍結していたらどうなる?】

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。

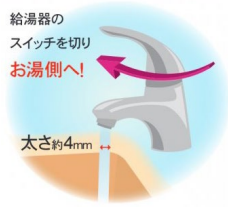
## 【給湯器の凍結防止方法】

**方法①** 電源プラグは抜かないでください



給湯器本体は内部の凍結防止ヒーターで保護されています。電源コンセントは抜かないでください。

**方法②** 蛇口をお湯側に少し開けてください



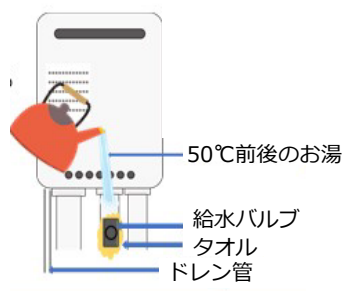
水道管の中の水が動いている場合は凍結する可能性が減ります。就寝前に給湯器のリモコンの運転スイッチを切り蛇口をお湯側に動かし、少量の水（1分間で400cc程度）を流し続けてください。



## すぐに湯を出したい時は...

### 【凍結してしまったら】

- ① 給湯器の給水バルブ(元栓)の周りにタオルを巻く。
- ② 巻いたタオルにお湯(50度前後)をゆっくりかける。
- ③ 給水バルブ(元栓)が回るようになったか確認する。
- ④ お湯の蛇口を開き、お湯が出るか確認する。
- ⑤ お湯が出たら巻いたタオルを外し、配管周りの水を拭き取る。



給湯器のトラブルで お湯が出ない!!  
そんな時は「鳴門ガスの即湯サービス」  
にお任せ下さい!

エコキュート ガス給湯器 灯油ボイラー 電気温水器

お湯が出ない? 給湯器のトラブルなら

そくとう 即湯サービス

鳴門ガス 鳴門ガス 即湯サービス

TEL 088-685-0195

★ 即湯セットを設置し、その日からお風呂やお湯が使用できます。その間の修理や部品の手配も可能です。さらに、新しくお取替えのご購入もご安心してお任せください!

実際の施工事例とお客様の声はこちら!

## LPGガスの性質

日常生活に欠かせないLPGガス。どんな特性をもっているのが今回はその中で2つご紹介します。

- LPGガスの性質って何?
- ① 空気よりも重く水より軽い。

LPGガスは空気よりも重く空気の約二倍の重さがあります。よって漏れたときは低いところに滞留することがあります。そのためガス漏れ警報器は床から30センチメートル以内に設置しております。



② LPGガスは臭い?  
ガスといえば独特の臭いも想像されることと思います。実はLPGガス自体は色も無く臭いも無い性質を持っています。一般に空気中に容量で千分の一混入したときに臭いを確認できるような臭いしています。少しのガスでも臭いで気付けるようにしています。(玉ねぎが腐ったような不快感のあるニオイです)

## ガス臭い時や警報器が鳴った時は...

火気を使用しないで下さい。電気スイッチ類にも手を触れないでください。

ドアや窓を開けて換気をしてください。ガス栓や容器バルブも閉めてください。

すぐに鳴門ガスへ連絡してください!

TEL 088-685-0195

① お名前 ② ご住所 ③ 電話番号 ④ 状況などをお知らせください。

点検が終わるまではガスの使用をしないようお願いいたします。

### ヒートショック予備軍チェックと対策

チェックの数が2個以下の方は安心入浴です。  
3個以上の人はヒートショック予備軍かも…。



- ①  入浴前より入浴後に水分をとる。
- ②  入浴前、コップ1〜2杯の水分をとりましょう。
- ③  熱い湯船が好き。温度は41度以下にしましょう。
- ④  湯船から出て立ちくらみがある。
- ⑤  風呂場が寒くても我慢する。
- ⑥  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑦  立ち上がる前に手に水をかけ、手すりにつかまりゆっくり立ち上がりましょう。
- ⑧  湯船にすぐつかる。
- ⑨  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑩  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑪  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑫  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑬  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑭  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑮  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑯  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑰  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑱  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑲  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ⑳  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉑  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉒  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉓  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉔  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉕  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉖  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉗  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉘  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉙  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉚  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉛  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉜  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉝  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉞  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㉟  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊱  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊲  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊳  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊴  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊵  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊶  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊷  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊸  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊹  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊺  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊻  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊼  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊽  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊾  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。
- ㊿  湯を張る時は湯船にフタをする。脱衣所とリビングの温度差は5度以内にしましょう。



脱衣所も暖かく



お家でもスリッパを

## ヒートショック対策

自分や大切なひとのために、始めましょう！

この時期の入浴で気を付けたいのが「ヒートショック」です。ヒートショックとは、急激な温度変化によって血圧が下がり、心臓や血液の疾患が起きることです。ヒートショックのリスク増加の要因としては、寝不足、飲酒、喫煙、肥満などがあげられます。血管にかかる負担は高齢の方も若い方も変わらないため、気温差が激しいところへの移動は注意が必要です。そこで今回はヒートショック診断テストと対策をご紹介します。

寒い日の入浴は、正しい入浴法でお風呂を楽しみましょう。また入浴時だけでなく脱衣所やトイレ浴室など、さらにゴミ出しで外に行くときなど、あらゆる場所での冷えも気になります。トイレなどちよつとした時にも、ヒートショックの可能性があるので、一枚羽織ったりスリッパを履くなど、気軽にできることから始めましょう。



しっかり対策をして お風呂を楽しもう！

「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。



ご意見・ご感想等ご記入ください。

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### 整理収納アドバイザーから学ぶ

## 子どもの作品の整理収納術

学年末になると、子どもが作品をまとめて持って帰ってきますよね。今回は作品の整理収納術をご紹介します。



①まずは持ち帰った1年分を子どもと確認しながらまとめる

クリアケース・クリアファイル等を購入して持って帰ってきた作品を子どもとまとめていきます。立体の作品などは、写真に撮って残すのも良いですよ！



②もう一度時間を置いて見直してみる

親も子どもも時間が経てば整理出来る

ともあります。そして、見直すことによって、また懐かしむ機会もできますよ。作品BOXを作り学年毎に収納するGooodです。

時間が経てば、子どもの気持ちも変わる。例えは中学生になった時に幼稚園からの作品を見直すと半分以下になることも。時間を置いて見直してみるのがすんなり納得して整理できることもあります。

## 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。

## 余った福豆でザクッと香ばしい福豆衣の唐揚げ

### 材料 (2人分)

- 鶏ささみ 4本
  - 小麦粉 適量
  - 福豆 100g
  - 溶き卵 1個分
  - 揚げ油 適量
- タレの素**
- ★しょうが(チューブ) 小さじ1
  - ★酒 大さじ1
  - ★みりん 大さじ1
  - ★しょうゆ 大さじ1



- 福豆を袋にいれてめん棒で粗く砕き、パットに移す
- ポウルに筋をとった鶏ささみと★の調味料を入れて10分ほど漬け込む
- 余分な水分をキッチンペーパーで拭き取り、小麦粉、溶き卵1.の衣を全体につけます
- 160℃の油にささみを入れて揚げ色がつくまで4~5分揚げたら完成!!

## レンジで作れるプレッツェルスモアサンド

### 材料 (作りただけの量をご準備ください)

- プレッツェル 適量
  - マシュマロ 適量
- デコレーション**
- ホワイトチョコ 適量
  - いちごチョコ 適量
  - ビターチョコ 適量
  - 好きなトッピング



- (絞った後はクッキングシートを替えるとチョコがくっつかないよ)

湯煎したチョコを袋に入れ袋の先を切って絞る
- チョコが固まる前にお好きなトッピングをし冷蔵庫で冷やしておく
- 熱がまばらな場合は10秒ずつ温めなおしてください

新たなプレッツェルの上にマシュマロをのせ、レンジで40~50秒温める
- 冷やしておいたデコレーションプレッツェルをのせたら完成!



## オレンジカフェ クイズ

**【問題】** 急にお湯が出なくなったとき、すぐお湯を使えるようにする鳴門ガスのサービスとは? ヒント: この情報誌を読んでください

—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10名様に  
プレゼント!

1,000円クーポン  
プレゼント  
レストランbriller



### 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2025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

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

恐れ入りますが、85円切手を貼ってご投函ください。



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 即湯サービス ② のんびり湯サービス

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.ドローン散歩 2. 街ネタ  
3.ガス給湯器の凍結防止 4. LPガスの性質 5. ヒートショック対策 6. 子どもの作品整理収納術 7. レシピ 8. 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  
 2025年3月20日消印有効

キリトリ線