

上手にガスを節約しましょう

注目されている「節ガス」。ガスを節約すれば、省エネやCO2削減にもつながります。

みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちよつと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「節ガス」です。

節電はよく呼びかけられましたが、昨今の世界情勢からガスの供給が不安定なこともあり、このところ、「節ガス」つまりガスの節約のすすめをテレビなどで見聞きますね。ふだんからガスの節約を心がければ、省エネやCO2削減にもつながります。そこで、ガスの節約の工夫を紹介します。

ガスの火力や給湯温度の見直しをしましょう

●キッチンでガスを使うとき
鍋やかんを使うとき、火力が底面からはみ出さないようにしましょう。底面より火がはみ出しても鍋やかんには伝わらないので、ムダになります。

料理のときに、煮込み料理は長時間火にかけなければいけません。短時間で仕上がる圧力鍋や、保温性が高い鍋を使うことも手です。保温性が



お湯を沸かすときはフタをすることで、熱が逃げのを防ぎ、早く沸くので省エネにつながります。

高い鍋なら、余熱を利用することができ、ガスの節約になり、つきつきりにならなくても済みます。

中華鍋でつくるチャーハンなど、強い火力でサッとつくるのも良いですが、フッ素樹脂加工のフライパンは強火より中火での使用が向いています。調理器具を適切に使うことも、ガスの節約につながる。ぜひお持ちのフライパンを確認してみてください。

しょう。
普段使いの給湯のいちばん低い設定温度は35〜37度が多いですが、お皿を洗う際や、冬場に手を洗うときに最低温度にすることで、省エネになります。

お部屋やお風呂でもガスの節約を

●ガスを使った暖房器具を使うとき
ガスの床暖房は、スイッチを切った後も、しばらくは暖かさが残るので、寝る前やお出かけ前は少し早めに切るとガスの節約になります。

ガスファンヒーターは、フィルターを掃除することで、運転効率の低下を防ぎ、ガスの節約になります。暖房器具の設定温度を低くし、厚手のカーテンや着るものに工夫すれば節約になりますね。

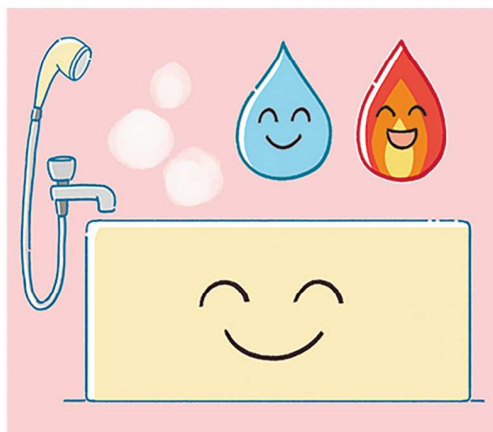


暖房器具は、暖めすぎを防ぐエコ運転などを利用するのも良いですね！

●お風呂を使うとき
お湯の量を見直し、減らすことで、ガスの節約につながります。

お湯を沸かすときは、フタをしないと熱が逃げにくいので、早く沸き、保温にも役立ちます。

家族で入浴する場合、時間を空けずに入ることで、追い炊きやお湯を足す手間が減り、ガスの節約になります。シャワーはできるだけ出しっぱなしにせず、使うときだけにすると、ガスだけでなく水道の節約にもなります。また、浴槽のお湯を利用することで、シャワーを使う時間が短くなるだけでなく、水の節約にもなります。



お風呂の使い方を工夫すれば、ガスだけでなく、水の節約にもつながるので一石二鳥ですね！

しにせず、使うときだけにすると、ガスだけでなく水道の節約にもなります。また、浴槽のお湯を利用することで、シャワーを使う時間が短くなるだけでなく、水の節約にもなります。節水タイプのシャワーヘッドなら、水压を変えることなくお湯の使用量を減らせるだけでなく、細かい水流で効果的に洗い流すことができるので、ガスや水の節約につながります。

頭の体操

間違いさがしゲーム

上下のイラストで違うところが5箇所あります。さあ！チャレンジしてみてくださいね！



答えは裏面をみてね！

イマドキTopics

今話題のHOTなニュースをご紹介します！

小麦粉の高騰で米粉に注目が！？

食品の値上げが続く昨今、小麦粉も高騰しているそうです。そこで注目されるのが米粉。クセがなく、扱いやすいのが特徴です。おなじみは、米粉のパン。もちっとした食感も魅力です。使い方は、唐揚げの衣を米粉に変えると、小麦に比べて油の吸収率が低いのでカラッと揚がり、軽い食感が楽しめます。とろみ粉として代用するのもおすすめ。鶏肉やベーコン、鮭と野菜のミルク煮の仕上げに米粉をダマにならないようゆっくり溶かせば、シチュー風になります。コロナ禍で外出需要の落ち込みもあり、米の価格が値下がりしているそうなので、積極的にお米を取り入れるのは、生産者さんへの応援にもつながります。ちなみに、市販の米粉にはグルテンフリーのものと、グルテンが入っているものがあるようなので、気になる人は原材料をチェックしてくださいね。

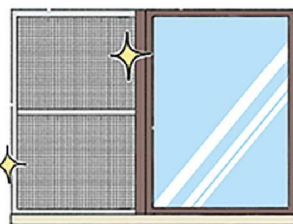


ゼット世代とは？

「ミレニアム（ミレニアルとも呼ばれる）世代」や「ゆとり世代」など、時代とともに「〇〇世代」という呼び方を耳にしますね。ここ最近、テレビやネットなどで聞かれるのが「ゼット世代」。どの世代を言うのか、ご存じですか？ なんとなく若い世代なのかな、と検討はつきますね。明確な定義はないようですが、だいたい、1990年代後半から2000年代前半生まれくらいまでの世代を言うそうで、2010年代前半という説もあります。語源はアメリカで、この世代を「ジェネレーション Z」と呼ぶことから生まれたと言われています。特徴としては、生まれたときからインターネットが普及し、SNS の利用が多いこと。また、情報をテレビや新聞よりもインターネットで得る傾向にあるとも言われています。ちなみに、X 世代は 1960 年から 1970 年代半ば、Y 世代は 1970 年代半ばから 1990 年代前半生まれを指します。また、Z 世代の次は「α 世代」と呼ばれるそうです。

網戸を考える

窓にはなくてはならない網戸。窓を開けて風を通すとき、頼りになりますね。そんな網戸にフォーカスを当ててみます。風を通すとき、網戸をどちら側に寄せて開けますか？ その位置によって、虫の侵入を防ぐ対策になります。窓と網戸にはすき間がありますが、室外側の窓を開けると、そのすき間が多めに生じてしまい、虫が侵入しやすくなります。そこで、室内側の窓を開けることですき間が少なくなり、虫が侵入しにくくなります。また、定期的なお掃除も大切です。軽い汚れなら網戸を外さなくてもできます。網のホコリをブラシやスポンジなどで軽く落とすほか、硬く絞ったぞうきんで優しく拭くのも良いですよ。ブラシ付きの掃除機で優しくなでながらホコリを吸うのもおすすめです。きれいな網戸を上手に使うことで快適に過ごしたいものですね。



住まいのマイスター サカモト です。



こんにちは／
お施主様の笑顔が
私どもの一番の喜びです。

代表取締役 坂本訓啓

いつもお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。今回お届けしました『暮らしの通信』はいかがでしたでしょうか。日頃からお世話になっておりますお客様へ、お住まいと生活に役立つ情報を提供することができましたらと思い本紙をお届けいたしました。お住まいのこと、リフォームに関してのご相談などお役に立てることがございましたら、お気軽にご相談ください。これからもご愛顧のほど、よろしくお願いいたします。※次回冬号は、2023年カレンダーとともにお届けいたします。

便利・安全・安心！最新リフォーム商品情報

洗練されたデザインで機能性もバツグンの最新のリフォーム商品をいち早くご案内いたします。

住まいのリフォームで解消しませんか？



暮らしの中で生まれる、おうちのいろんな悩み。リフォームなら、解消するだけでなく、暮らしが快適に、そして豊かになります。ぜひ、参考にしてみてください。

LIXIL

●おうち時間や在宅ワークが増えた分、水道光熱費が増えた…



あ〜、水道光熱費が…

ならば

地球環境に配慮した、強力洗浄の超節水トイレシリーズ

一般家庭内でトイレは使用水量が多く、全体の21%も使用しています。この貴重な水を大切に使うことを考え、強い洗浄力はそのままだけに従来品より大幅に洗浄水量を減らし、地球環境に配慮する。これがINAXの「超節水トイレシリーズ」です。

おすすめ！

ECO5 超節水トイレシリーズ
ECO6 超節水トイレシリーズ



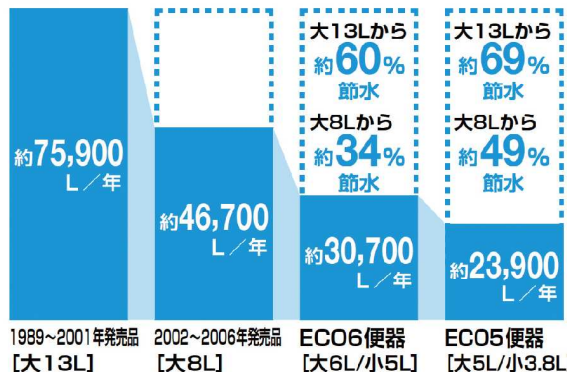
3〜5日でおフロ1杯以上の節水効果

INAXの超節水トイレシリーズなら、大8L便器に比べ、ECO5は3日で、超節水ECO6は5日、おフロ1杯分以上※節約できます。

※ おフロ1杯を180Lで計算

こんなところも良い♪ タンクレスタイプなら、省スペースでトイレ空間が広く使える！

節水



ECO5なら
13Lと比べ、年間 約13,800円 節約できます。
8Lと比べ、年間 約 6,100円 節約できます。

ECO6なら
13Lと比べ、年間 約12,000円 節約できます。
8Lと比べ、年間 約 4,300円 節約できます。

【試算条件】4人家族（男性2人、女性2人）が大1回/人・日、小3回/人・日使用した場合で算出。
【引用元】省エネ・防犯住宅推進アプローチブック
写真・記事：株式会社 LIXIL

間違いさがし答え：①青い風船の形 ②女の子の背中にリュック ③お母さんのウサギの耳が折れている ④マンホールの有無 ⑤柵の形

ご相談・お問い合わせはこちらまで

株式会社サカモト

ありがとうございます！地域密着50年余

【高田本店】奈良県大和高田市中今里町2-38

TEL 0745-53-3114

【橿原支店】奈良県橿原市新堂町223-10

TEL 0744-22-7273

<https://www.palettenham.com/>

