

クイズの答えを応募するだけ!

抽選で5名様に
1,000円分の
商品券をプレゼント!

クイズ

空欄に当てはまる言葉はA～Cのうちどれでしょう。

スイカの保存最適温度は

A 1～5℃ B 10～15℃ C 30～35℃

ヒントは中面に!

応募番号 **0807** 応募の際に必要となります。必ずご記入いただきますよう、よろしくお願いいたします。

はがきによる応募

郵便番号、住所、氏名、電話番号、応募番号、クイズの答えをご記入の上、「クイズ」係までご応募ください。

応募先 〒484-0073 犬山市天神町1-17しろひがしマンション1F
犬山ガスサービスセンター「クイズ係」

メールによる応募

本文に「郵便番号、住所、氏名、電話番号、応募番号、クイズの答え」をご記入の上、以下のアドレスまでお送りください。

応募先 pokapoka@inym-gas.co.jp

※ご応募には別途通信料がかかります。※お使いの機種によってはアクセスいただけない場合がございます。その場合は他の方法にてご応募ください。※本メールアドレスはクイズ応募受信専用です。お問合せ等は弊社へご連絡ください。

FAXによる応募

郵便番号、住所、氏名、電話番号、応募番号、クイズの答えをご記入の上、「クイズ」係までご応募ください。

応募先 FAX 0568-62-8501

応募締切日: 2020年 7月 31日まで

※当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。
※応募いただいた個人情報、厳重に管理し、プレゼント発送及び機器のご案内以外の目的では使用いたしません。

◀ヒントは中面に!今すぐ中面へGO!

生活応援セール 開催中!

ショールーム展示品のガス器具を格安で一挙放出!

セール
期間

2020年8月31日 月 まで

メーカー
小売価格(税込)より

最大 **50%**
OFF

この機会に
ぜひご来場
ください!



営業部 弘演 和紀

※一部割引対象外の商品があります。

開催場所

犬山ガスサービスセンター
犬山市天神町1-17
(駐車場はお問い合わせ下さい)

営業日

月・火・木・金
午前9:00～午後5:30
日
午前10:00～午後4:30

お客さまへ

※取付費・取付部材費・ガス工事費が別途必要になる場合がございますので、予めご了承ください。
※当セールの、弊社のガスをご利用いただいているお客さまに限定させていただきます。



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
ご来店の際は、事前にお電話でご予約をお願いいたします。
また、夏休みことも講座の開催は中止いたします。

〇
お
問
合
せ
〇

犬山ガス株式会社

犬山市犬山中野2番地

TEL.0568-61-0002

<http://www.inym-gas.co.jp/>

犬山ガスサービスセンター

犬山市天神町1丁目17番地しろひがしマンション1F

TEL.0568-62-8500

定休日: 祝日・土曜・水曜 **日曜営業**
10:00～16:30

犬山ガス株式会社

旬の食材と
健康の
豆知識
掲載!

ぽかぽか 通信

7月号



クイズに答えて商品券プレゼント!! 今すぐ中面へ

ちょこっと 健康術

毎日快適♪
健康ライフをお手伝い!

虫よけ効果だけじゃない! ハッカ油スプレー

自然由来のスプレーだから、
体に優しく安心して使えて、しかも多機能!

自然由来だから安心

ハッカ油は毎日の生活で大活躍してくれる優れもの!もともと医療や食用として使用されている天然素材で、カラダに優しく安心して使えます。ハッカ油をお風呂に数的たれば、クールな入浴剤に。また、ハッカ油スプレーを作って、マスクにスプレーすれば、夏の外出もさわやかに過ごせます。それに、ハッカ油スプレーは蚊などの虫よけにも使えます。カバンにスプレーを忍ばせておけば、いろいろと活用できるんです。

ハッカ油スプレーの作り方 (100ml)

材料 ①ハッカ油…5~6滴 ②無水エタノール…10ml ③水…90ml
④スプレーボトル…1つ

※ハッカ油はポリスチレン素材を溶かしてしまう性質があるので、ポリエチレン素材やガラス、陶器製のものを選んでください。

ハッカ油と無水エタノールを
ボトルに入れ、よく混ぜ合わせ
た後、水を入れてさらに混ぜま
す。使用する際もよく振ってか
ら使用してくださいね。

ハッカ油は、時間が経つにつれ
て香りが薄れ、効果が少なく
なってしまうので、1週間~10
日程度を目安に使い切りって
ください。

また、ハッカ油は自然由来のものですが、赤ちゃんや肌の弱い方は、肌荒れ等のおそれがあります。また、犬や猫などの動物は精油を体内で分解ができないため、中毒症状を引き起こすこともあるので、使用の際は注意してくださいね。



日本の 四季を食す



～スイカ～

夏と言えばスイカ!
最適な保存方法をご存じですか?

夏の水分補給だけじゃない!

スイカに含まれているカリウムは、疲労回復や利尿作用があるとされています。また、スイカの赤い色にはβカロテンとリコピンが大量に含まれており、βカロテンは抗発ガン作用や免疫賦活作用があることで知られています。

4つのポイントを見る!

スイカを選ぶときは、以下の4つに注目してください。

- ①シマ模様：シマ模様の黒い部分が色濃く、緑との境目がはっきりしている。
- ②音：未熟なものは「ポンポン」「パンパン」と高い音が、完熟したものは「ボンボン」と澄んだ音がします。
- ③ツル：ツルの付け根がくぼんで、その周りが盛り上がっているものは完熟の証です。
- ④お尻：お尻側のオヘソの部分が大きいほど、食べ頃です。

冷やし過ぎに注意!

スイカの保存最適温度は10℃~15℃。実は、冷蔵庫では冷やし過ぎなんです。スイカは冷やし過ぎるとだんだん甘みが弱まり、おいしさが半減してしまうので、丸のままのスイカを保存する際は、風通しの良い涼しい日陰（冷暗所）で常温保存がベスト。カットしたスイカは切り口をしっかりとラップで密着させ、冷蔵庫の野菜室で保存してください。



春雨冷やし中華



材料(2人分)

春雨……………70g	<冷やし中華のタレ>
ハム……………80g	だし汁……………100cc
トマト……………1個	醤油……………50cc
キュウリ……………1本	酢……………50cc
レタス……………80g	砂糖……………大さじ2
錦糸卵……………80g	白胡麻……………小さじ2
紅生姜……………20g	ごま油……………小さじ1
かいわれ……………適量	

つくり方

- ① ハム、キュウリは千切り、トマトは5mm厚のスライス、レタスは食べやすい大きさに刻む。錦糸卵を作っておく。
- ② 冷やし中華のタレを混ぜ合わせ冷蔵庫で冷やしておく。
- ③ 春雨をたっぷりの湯で1~2分ゆで、冷水で冷まし、水気をきりお皿に盛る。
- ④ ③にハム、キュウリ、トマト、レタス、錦糸卵を綺麗に盛り付け、紅生姜とかいわれを添える。
- ⑤ 冷やし中華のタレをまわしかけて完成。