

旬の食材と健康の豆知識掲載!

ぼかぼか通信

5月号



クイズに答えて商品券プレゼント!! 今すぐ中面へ

CMやSNSで話題! はやい 乾太くん
ガス衣類乾燥機



梅雨入り快適宣言!!

1年中活躍!

天候を問わず
1年中活躍!



外干し不要の乾太くんなら、雨の日はもちろん、花粉の季節や黄砂・PM2.5などの大気汚染が気になる日のお洗濯も安心です。

家事を時短化

ガスのパワーで
スピード乾燥!



8kgの洗濯物を約80分、5kgは約52分で乾燥。電気式の約1/3の時間で、家事の時間を大幅に短縮できます!
※リンナイ調べ

経済的

ガスならではの
経済性!



パワフル温風で短時間乾燥の乾太くん。1回の乾燥コストは5kgで63円、1ヶ月毎日使っても約1,950円と経済的に使えます!

清潔乾燥

赤ちゃんの
衣類乾燥にも
最適!



天日干しと同レベルの除菌効果を発揮する乾太くん。外干し不要なので、チリや排気ガスなどの微粒子が付着する心配もありません!

はやい Rinnai
乾太くん



RDT-54S-SV
乾燥容量 5.0kg
●高さ684×幅650×奥行561(mm)
メーカー希望小売価格:
156,750円(税込)



犬山ガス販売価格 **94,000円** (税込)
※取付費・取付部材費・ガス工事費は別途必要

自信をもって
オススメします!

自動製氷機の洗浄剤

食品添加物にも使用されているクエン酸、梅果汁抽出物のみで作られた安心安全な製氷機クリーナー。複雑な自動製氷機も、自動製氷機の洗浄剤を入れてそのまま氷を作るだけで簡単お掃除♪



成分: 洗浄剤(クエン酸)、除菌剤(梅果汁抽出物)
正味量: 200ml
使用量: 1回分
販売価格: 858円(税込)

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。

周波数の単位は

A Hz(ヘルツ) B Hz(ハイツ) C Az(アイツ)

ヒントは中面に!

応募番号 **0805** ご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 〒484-0081 愛知県犬山市大字犬山字中野2番地
犬山ガス株式会社「クイズ係」 **変更になりました**

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 0568-62-8708** **変更になりました**

応募締切日: **2023年 5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!

○お問合せ○
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番地しるひがしマンション1F

TEL.0568-62-8500



毎日快適♪
健康ライフをお手伝い!

「ソルフェジオ周波数」で 心身を整える

癒し効果があると言われていた「ソルフェジオ周波数」。音楽療法として、近年、注目を集めています。

周波数とは？

周波数とは、波動や振動が、単位時間当たり繰り返される回数のこと。周波数の単位をHz(ヘルツ)といい、数値が大きくなると高い音、小さくなると低い音を表します。

人間の臓器はそれぞれ固有の周波数を持っており、本来の周波数を維持できなくなると、不調和を起こし体調を崩すのだそう。これらの不調和を外部の波動に共振させることにより、本来の周波数を取り戻し、体調を整えるという研究が目まぐるしく行われています。

周波数で心身を整える

ソルフェジオ周波数は、癒しの音楽として知られる『グレゴリオ聖歌』をはじめ、古くから伝わる聖歌などに含まれていることがわかっており、聞くだけで、心身の不調和を整えてくれることが期待されています。

ソルフェジオ周波数には、9つの周波数があります。基本となる528Hzは癒しの周波数と呼ばれています。174Hzは安定の周波数、285Hzは促進の周波数、396Hzは解放の周波数、417Hzは変化の周波数、639Hzは調和の周波数、741Hzは自由の周波数、852Hzは直感の周波数、956Hzは活性の周波数と言われています。それぞれ、恐怖心や不安を和らげてくれる効果や、脳の「松果体」を活性化させる効果など、様々な特性を持っています。

実は、ビートルズの1966年リリースされたアルバム「リボルバー」に収録されている「トゥモロー・ネヴァー・ノウズ」は、ソルフェジオ周波数で作られた曲なのだそう。

インターネットで「ソルフェジオ周波数」を検索すると、様々な音楽がヒットします。休憩中や寝る前など、ソルフェジオ周波数を聴いて、ゆったりとした時間を過ごし、ストレスを手放しませんか？

日本の 四季を食す



～ピーマン～

安くておいしい夏野菜の代表格。栄養も満点です！

唐辛子の仲間！

ピーマンは、ナス科トウガラシ属の野菜で、元々は唐辛子を改良したものです。ビタミンC、β-カロテン、カリウム、食物繊維、ビタミンEなどが含まれており、栄養満点です。また、青ピーマンが完熟したものが赤ピーマン。赤い色はトマトやスイカにも含まれる色素のリコピンによるもの。強い抗酸化作用が期待できます。

へたに注目！

ピーマンは鮮度が落ちると苦味が強くなります。軸が太く、へたがピンとしていて、果肉の色が濃くハリとツヤがあるものがベストです。また、へたの角の数にも注目してください。5角形のものよりも6角形や7角形のものの方が完熟度が高くて、甘味があります。

保存する際は、ペーパータオルで個包装し、ビニール袋に入れて野菜室に入れると3週間程度もちますよ。

切り方で苦味が変わる

繊維を分断すると苦味が出るので、丸ごと使用するととっても苦味が抑えられます。

縦切り：縦に入っている繊維に沿って切るので苦みが出にくいです。繊維のシャキシャキとした食感も楽しめます。

横切り：縦に入っている繊維を分断するので苦味の成分が強くなりますが、火の通りがよく、柔らかな食感になります。



箸が止まらない！ ユッケ風アボガド

材料(2人分)

アボカド……………1個
卵黄……………1個
焼肉のタレ……………適量
ゴマ油……………少々

つくり方

- 1 アボカドを半分に切って種を取り、皮をむく。
- 2 アボカドを薄く切って、お皿に円形になるように並べる。
端は適当な大きさに切り、中央へ。
- 3 中央に卵黄をのせる。
- 4 焼肉のタレ、ゴマ油かければ完成！

お好みで、レタスや生ハムなどを添えてもいいですね！