

地域のお店を紹介 Local information

美味しいお酒が楽しめるもつ鍋居酒屋

No.03
もつ鍋 ばか正直
居酒屋 (矢上球場)



もつ鍋
テイクアウト
できます!
1人前 1,000円

- もつ鍋居酒屋 ばか正直 矢上球場
〒851-0134 長崎市田中町77-25
TEL.095-865-8080 ●駐車場:あり
- もつ鍋居酒屋 ばか正直 本店
〒850-0901 長崎市本石灰町1-7 2F
TEL.095-829-2555

田中町にある「ばか正直」は美味しいもつ鍋とお刺身、美味しいお酒が楽しめるもつ鍋居酒屋です。

人気No.1のもつ鍋は食材選びからこだわった国産のもつを一つ一つ丁寧に処理をし、2日間煮込む秘伝のスープは素材の旨味が溶け込んだ一味もふた味も違った美味しさです。

お座敷もあるので気の合う仲間やデートだけでなく小さなお子様がいるご家族でのお食事にも利用できます。もつ鍋や大人気の唐揚げなどテイクアウトできるので、おうちでの本格もつ鍋もおススメです。



新型
コロナウイルス
感染症対策
実施中

矢上団地のガス料金は
原料費調整制度を
導入しています

為替レートや原油価格の変動に合わせて
3ヶ月ごとに料金変更を行っています。

【令和3年1月～3月ガス料金】 ※税込み

使用量範囲	基本料金	単位料金
0 m ³ ～ 8 m ³	1,045.00円	409.10円
8.1 m ³ ～30 m ³	1,683.00円	329.35円
30.1 m ³ 以上	4,367.55円	239.86円

計算方法 = 基本料金 + (ガス使用量 × 単位料金)

矢上団地外、ポンベによる供給のお客様は検針日・振替日・ガス料金設定ともに異なります。
ご確認されたい方はお手数ですが東洋ガスまでご連絡ください。

ガス保安課よりお願い

ガス暖房機器はルールを守って安全快適なご使用を!

ガス機器の使用中は換気を
忘れずに!

ストーブやファンヒーターは室内の
空気を使って燃焼させるため、
1時間に1～2回
換気して空気を
入れ替えてください。



近くに危険、ありませんか?

熱が届く近くにスプレー缶など
燃えやすい物を置かないでくだ
さい。



洗濯物にご注意!

暖房機の上や近くに干すと、乾
燥して滑りやすくなった洗濯物
が落下して火災の原因になるこ
とがあります。



ガスファンヒーター・ストーブ

レンタル
受付中

ガスコンセント取付の工事費無料! 部品・材料代のみでお取付いたします。

※レンタルストーブ・ファンヒーターは原則毎年回収し点検・清掃を行っています。
昨シーズンよりそのままお手元にお持ちのお客さまは東洋ガスまで一度ご連絡ください。

文化庁伝統文化 やさしい箏教室
親子教室事業

12月6日、にこにこセンターで、
箏遊会主催の「文化庁伝統文化
親子教室事業 やさしい箏教室」
の令和2年度発表会が開催され、
練習の成果が披露されました。



令和3年度には矢上団地内で
教室を開催予定です。

お問い合わせ 箏遊会事務局 黒川 (090-6639-5407)

この町に笑顔の花を咲かせたい

2020-21 花ひがなが 大作戦

東洋ガスは
本プロジェクト
を応援して
います

日常が日常でなくなった2020年。
うつむくことが多かった2020年。
少しでも心晴れやかに、
未来に希望をもって新しい1年を踏み出したい。

頑張る地域の皆さんへのエールとして
夜空に花を咲かせるプロジェクト

※3密を避けるために、打ち上げ日時場所はシークレットです。

主催: 東長崎商工会青年部



やがみ団地のお花屋さん 🔍 検索

営業時間 8:30 ~ 18:00
TEL 095-838-3254

トーヨーリフォームホームページ
http://www.toyo-reform.jp/

トーヨーリフォーム 🔍 検索

☎ 0120-38-3179

編集・発行



〒851-0115 長崎市かき道3丁目1-11
TEL 095-837-1174 FAX 095-837-1193

表紙写真: 杵岐の島海岸

よりよい暮らしと明るい街づくりを提案する生活コミュニケーション情報誌

けやき通り
KEYAKIDORI



TOPICS

特集
ヒート
ショック

大丈夫ですか？ ヒートショック対策

—寒い日は家の中の温度差に気をつけて！—

ヒートショックとは？

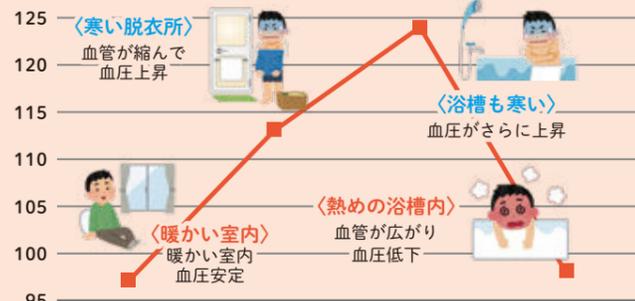
ヒートショックとは、暖かい部屋から寒い部屋への移動や急激な温度の変化によって、血圧が大きく変動することで失神したり、心筋梗塞などの血管の病気を引き起こすことです

Q

どういった場合に起こりやすいの？

A

暖房で暖まっている部屋とそうでない場所との温度差が激しい場合です
特に、服を脱ぐと体の表面温度が10度ほど下がるため、寒い脱衣所で裸になって熱い湯船に入る場合に危険性が高まります



血圧がジェットコースターのように大きく上下することで意識を失ったりしてしまうのです

今すぐ出来る！ 予防対策

- ポイント
- ・家の中での温度差をなくすこと
 - ・脱水に気を付けること

浴室・脱衣所で

入浴前に暖める

- 入浴前にシャワーでお湯を出しておいたり、浴槽のフタをせずにお湯をためて湯気で浴室を温めます
- 浴室との温度差解消のため脱衣所に小型ヒーターなどを設置します

浴室暖房乾燥機を設置する

- 入浴の20分程度前に暖房をつけておき、浴室のドアを開けておけば脱衣所も一緒にあたためることができます

お風呂の温度は41℃以下

湯船につかる時間は10分程度で

冷え込む前の午後2時～4時に入浴する

家族で見守りを

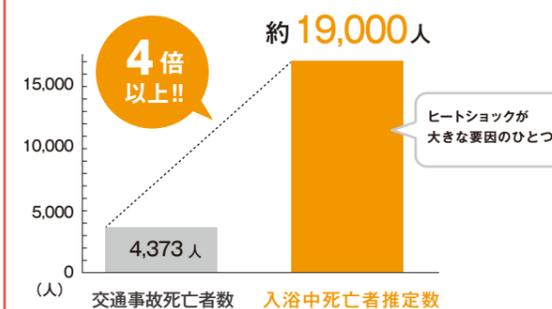
入浴するときは一声かけておく

- 家族がお風呂に入っていたことを知らずに発見が遅れることのないようにします

給湯器とスマートフォンで「お風呂の見まもり」

- 「見守り機能」搭載の給湯器リモコンならセンサーなどで入浴者の状況を検知し、台所リモコンやスマホに異常をお知らせしてくれます

交通事故死亡者数と入浴中死亡者数の比較



ヒートショックが大きな要因のひとつ

トイレで

- 便座は暖房装置や便座カバーを使う
- 夜に起きてトイレに行くときは上着や靴下を身に着ける

脱水防止

- 暑い日だけでなく水分をこまめに補給する
- アルコールを飲んでからの入浴を避ける

生活習慣

生活習慣病予防

- 適度な運動 ●バランスの良い食事
 - 規則正しい生活
- 高齢者・高血圧の方・糖尿病や脂質異常症の方は特に気を付けましょう

新年のあいさつ

代表取締役社長 濱田 恒之

新年明けましておめでとうございます。
皆様には、健康で明るい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。
本年も昨年にまして弊社サービス、製品をご愛顧いただけますようお願い申し上げます。
昨年の2月に中国武漢で発生したとされる新型コロナウイルスのまん延により私たちの生活も様変わりしました。
外出が制限され、またリモートワークが余儀なくされている中で従来のより都会的で洗練された「住みたいまち」から「住民に愛されている街」への関心が高まっています。
矢上団地はまさにこの「住民に愛されている街」と言えるのではないのでしょうか。

毎年クリスマス前からボランティアの皆さまによりふれあいセンターの木々は電飾で彩られ、夜になるとお帰りとって迎えてくれます。
海が見え、道路にはケヤキ並木があり、矢上団地のかき道地域文化があります。
そして集会所では、日々趣味や習い事の講座が開かれ、にこやかに談笑する声が聞こえます。
これは、一人ひとりの住民がこの矢上団地を支えそして、「住民に愛されている街」創りに参加されているという事でしょう。
わたしたち東洋ガスは、地域のエネルギーインフラを支える一企業として、今後とも質の高いエネルギー供給サービスを続ける事で、「住民に愛されている街」創りに参画し地域の皆様の安心した生活をサポートいたします。
本年も皆様に矢上団地に良いことがたくさんありますように。



お花屋さんからのお知らせ

Notice from Flower Shop

年末年始営業のお知らせ

- 年末 12月29日・30日 18:30まで
- 12月31日 15:00まで
- 年始 1月5日 11:00から

正月花・成人式の花
ご注文承ります。



ガラストッププレートは汚れにくく、拭きやすいのでおススメ!

- 1 マイクロファイバーふきんで水ぶき
- 2 排気口カバーも取り外してふく
- 3 スイッチまわりは乾ぶき

コンロお手入れ編

- 1 中性洗剤を丸めたラップに付けてクルクル擦る。やわらかい布で水ぶきし、乾ぶきます。
- 2 焦げはスクレーパーでそぎ落とす!刃を縦にして角を使うと傷付くので注意! ガラス天板のみ。
- 3 パーナーキャップは表面をスポンジで手洗いし、汚れ物が詰まっていたら竹串で取る。
- 4 ごとは鍋につけて煮沸し、仕上げに歯ブラシでこする。

知らない方もいると思いますが、実は、どのコンロでもグリル扉も簡単に取れて洗えちゃうんです!

- 1 洗うのはここだけ!!
- 2 「グリルの掃除は大変! 面倒!」と感じられる方は多いと思います! 今のリンナイのコンロにはグリルをほとんど汚さないココットプレートが付属で付いてきます。
- 3 もし、少し汚れても今のガラストップコンロには油跳ねガードが付いているのでグリルの中に手を入れて掃除することが無くなります。

グリル・レンジフードお手入れ編

- 1 取りはずしがカンタンな整流板
 - 2 凹凸が少ない一体クリーンパネル
 - 3 取りはずしがカンタンなオイルガード
 - 4 親水コート+凹凸のないディスク
- ※実際の手入れでは必ず手袋を装着してください。

AirPRO史上、いちばんラク! いつものお手入れをカンタンに。

お父様方に朗報!

レンジフードの中に頭を突っ込んで掃除するが無くなります! 10年間レンジフードの内部お掃除不要のレンジフードあります!! お手入れはお皿1枚洗う感覚!

くらしのサポート年明けお掃除承ります

お花屋さん 営業時間のお知らせ

クリスマスやお正月のお花を 展示しています

営業時間 平日 8:30~18:00 ※土・日・祝日はお休みいたします。



問い合わせ先

TEL 095-838-3254