

炎 ほのお



イメージキャラクター
モアモアファミリー

マフラーの上に舞い降りた雪片。
一秒もたずに消えてしまいました。
でも確実に、「一秒」ごとに寒さが
増していきました。
(新潟市/KiDo)

今回の写真・冬はじまる

- 「夫や妻のおバカエピソード」 ⑦
- 「読者投稿コーナー」 ⑥
- 秋葉つ子ふゆまつり開催
- 全国親子クッキングコンテスト結果報告
- ガス衣類乾燥機「乾太くん」 ⑤
- インフォメーション
- 街の企業紹介
- 社会福祉法人茨塚福祉会 ③④
- もち麦 ①②
- 食の宅配便

2019年
冬

暮らしの中の
ちよつとイイこと
おすすめ！



あなたの作品が炎の表紙に！

炎では表紙を飾る写真を募集しています。写真又は写真データに作品のタイトルとコメントを添えてお送りください。
応募方法、送り先、採用プレゼントはうら表紙面の投稿コーナーと同じです。お待ちしております！

**秋葉区民が健康なまま
長生きできるように！**

「健康寿命」という言葉をご存じですか？介護を受けたり、寝たきりになったりせずに日常生活を送れる期間をいい、平成28年のデータでは平均寿命よりマイナス10.5歳ほど低くなっています(※)。新潟市秋葉区では区民の健康寿命を伸ばそうと、平成28年から健康改善に取り組み始めました。その一環として、もち麦に白羽の矢が立ったのです！

名前の通りもちもちしていて、ご飯に混ぜてもなじみやすい。食物繊維は白米の25倍、大麦の1.4倍。ほかの食材ではなかなか摂取できないβグルカンが多く含まれ、血糖値の上昇や脂肪の吸収を抑え、血中コレステロールを低下させる効果があります。実は、秋葉区は新潟市内8区の中で最も血糖値の平均数値が高い地区。生活習慣病と肥満を予防するために、食生活に取り入れてもらおうと「もち麦健康プロジェクト」が進んでいるのです。

(※)厚生労働省が今年3月に発表。平成28年の健康寿命は男性72.14歳、女性74.79歳。同年の平均寿命と健康寿命の差は男性8.84年、女性12.35年

もちよる、ひろがる

便配宅定期食の

もち麦健康プロジェクト

地域が一丸となって
もち麦の6次産業化へ

もち麦は、農業法人の株式会社白銀カルチャーが中心になって栽培。もともと新潟薬科大学と連携しながら丸麦焼酎の商品開発や大麦の効能の調査に携わってきた。その流れで平成27年から寒冷地でも栽培できる新しい品種のもち麦を作付けします。同社の荒木さんは、「暖かい地方のもち麦より甘味が強い。おいしいもち麦で秋葉区を盛り上げていきたい」と

言います。

また、白銀カルチャーが社会福祉法人親和福祉会に農業指導を行い、障がい者の皆さんも栽培を始めました。同法人の管理者である大野さんは、「最初は、麦？どうするの!？」と思いましたが、やってみたら成長が早くて雑草が生えず、意外と手間がかかりませんでした。選別作業や梱包、もち麦を材料にしたドーナツやクッキー、パンなども作っています」と言います。

もち麦は、区内の飲食店にも広がりました。「Akiba 健康レストラン」



Check!

もち麦ご飯の 炊き方

噛むほどに味わい深く、
冷めても固くならないので
おにぎりにも!

1

お米をといで水加減をする。

2

もち麦をお米に対して3割入れ、
麦の2倍の水を足す。
(もち麦60gなら水は120cc)
※お米に対する分量は、
お好みで調整ください。

3

米ともち麦を軽くかき混ぜ、
水加減を確認してから
20〜30分おいて炊く。

4

やや長めに蒸すと
より一層おいしくなる。



【購入できる場所】

- ・コレッテ
- ・JA新津さつき ベジランド
- ・にいつフードセンター
- ・きらきらマーケット
- ・わくわくファーム など

※販売元によってパッケージが異なります。

もち麦健康プロジェクト
新潟市秋葉区役所産業振興課
商工観光係
TEL.0250-25-5689



「フードメッセ in にいがた2018」でPR。関係者が一丸となって臨んだ。来場者の反応からもち麦に注目が集まっていると実感!



もち麦は秋に植えて春に収穫。春から夏は大豆を育てる二毛作を行っている。



親和福祉会の商品はクチーナ・デル・オテント、コレッテで購入できる。もち麦でパンやお菓子を作ると小麦とは違うホワッとした良いうま味が出るという。



「えちてんガス展」でもメニューを紹介。用意した試食があつという間になくなるほどの人気ぶり。

秋葉区役所産業振興課の細川さんは、「秋葉区には市民の皆さん、薬科大、区役所が集まる場所があつて普段から顔を合わせています。それが基盤にあるので話が持ち上げればすぐに地域が一つになって連携できるのでしょう。それぞれできることを「もち」よりながら、区内外に活動を広めていきたい」と言います。

白銀カルチャーには遠藤さんのような若い方が農業に携わっている。以前、テレビで取り上げられたら店頭からなくなりました。もつともち麦を知っている人が増えてほしい」と言います。消費が増えるほど雇用も増え、豊かな区になります。これからは、さらに区民に食べていただき、「秋葉区の特産品だ!」と海外も狙える農産物に育ててほしいと願っています。

もつと豊かで住みやすい
秋葉区になるように!

もち麦で健康になりましょう!

荒木さん

遠藤さん

細川さん

大野さん



知っていますか？

地元の あんな企業 こんな企業



地元で頑張っている企業の皆さんを

エチテン目線でご紹介！

今回は社会福祉法人 茨塚福祉会が運営する
第二山王苑あけぼのに潜入しました！
さんのかみん

地域の高齢者に 寄り添い、心身をケア

老人ホーム、デイサービス、ショートステイ、ケアプランなどの事業を行う社会福祉法人 茨塚福祉会。「高齢者の助けになり、地域に貢献したい」という思いから平成17年に法人を立ち上げ、五泉市と新潟市で福祉施設「山王苑」を運営しています。今回お話を伺った「第二山王苑あけぼの」は、五泉市に住む方を対象にした、より地域に密着した特別養護老人ホームです。「個室には使い慣れた食器や家具を持ち込んでもらって、今までと同じような生活ができるようにしています」と、介護統括係長兼生活相談員の伊藤さん。住み慣れた地域で、安心して暮らせるよう、一人一人に合わせたサポートをしています。

地域に根ざした ふれあいの場として

十数年前から始まった「山王苑地域交流祭り」は、地元の人が多く訪れる一大イベント。福祉施設は閉鎖的な印象がありますが、この日の施設一帯は大賑わい。「地域の皆さんにこの施設を知ってもらうことと、利用者さん楽しんでもらうことが目的。身体が不自由な方にとつて、生活の楽しみは食事と入浴ぐらい。それ以外にも喜んでもらえることを増やすのが私たちの役割です」と伊藤さん。「あけぼの」ではボランティアの受け入れや近隣・市外へのおでかけにも積極的で、その様子を「あけぼの通信」を通してご家族にも伝えています。こうした地域との交流が積み重なり、地域に親しまれる存在になっているのでしょう。



今回の調査員

総合企画部
皆川

お話を伺った方

介護統括係長兼
生活相談員
伊藤さん

介護の担い手を 増やしていくために

交流祭りがきっかけで入社した職員もいます。「家が近くなので祭りにはよく足を運んでいました。それでいい雰囲気だなと思って。顔見知りの職員もいて、安心感がありました」と話すのは、介護職員の岩野さん。実は、全く別の業種から5年前に転職。未経験から介護の仕事を選び、就職後に介護福祉士の資格を取得しました。「想像していたよりも肉体労働ではない。毎日、利用者さんと話すのが楽しい」と岩野さん。利用者さんに頼まれておつかいに行くこともあるそう。伊藤さんが「技術や知識も必要ですが、その人の生活歴、青春時代や趣味を聞いて、一緒に楽しめるよう勉強することも大切なんです」と教えてくれました。介護業界で人手不足が問題となっているなか、同施設では、岩野さんのような無資格未経験者の雇用を進めています。入社してからスキルアップを支援するため、資格受験費用も負担。こうした取り組みを通して、利用者に行き届いたケアを提供し、地域の雇用増加にも貢献しています。

喜ばれる存在に。



地域に住むすべての方々に

INFORMATION

社会福祉法人 茨塚福祉会(本部)
特別養護老人ホーム
山王苑

〒959-1707 五泉市村松203-1
TEL: 0250-58-8989

地域密着型
特別養護老人ホーム
第二山王苑あけぼの

〒959-1707 五泉市村松98-1
TEL: 0250-41-5650

<http://www.ibaraduka.or.jp/index.html>

CHECK!



山王苑地域交流祭りは6月と10月に開催!

「特別養護老人ホーム 山王苑」駐車場で、ステージイベントや模擬店などを実施。来場者、利用者共に根強い人気があるプロレスを呼ぶことも!

いつでも見学しに来てください!

施設の利用や就職に興味がある方、いつでもご連絡お待ちしております! お祭りにもぜひいらしてください!

介護職員 岩野さん



洗濯物をスピーディーに乾かす！ ガス衣類乾燥機「乾太くん」

GAS X LIFE

日照時間が少なく、厚手の衣類が多い冬は、洗濯物を乾かすのにも一苦勞。
そんな時、頼りになるのが、パワフルな温風で洗濯物を
フカフカに仕上げてくれるガス衣類乾燥機です。



写真はRDT-54S-SV



ガス衣類乾燥機 4つの特徴

生乾き臭をカット!! NEW

外干しや日光消毒で
取り除けないニオイも除去

菌の減少率 **99.9%**

天日干しと同レベルの除菌効果 NEW

乾燥前に
ドラム除菌運転を行い、
ドラム内の大腸菌をカット

大腸菌を **99%**以上
カット

乾燥時間を短縮

5kgの洗濯物を
わずか52分で乾燥

電気式の約 **1/3**

天日干しよりも、ふんわり快適 シワの軽減効果もあり

残時間デジタル表示で、家事効率がアップ！

乾燥終了までの
(目安)時間をデ
ジタル表示。時間
が有効に使え、
効率よく家事に取
り組めます。



天日干しを超えた「ガス衣類乾燥機」の實力

雨や雪の日が多く、湿度も高い
新潟の冬。なかなか乾かない洗濯
物に困っている方も多いのでは。そ
んな方におすすめしたいのが、パワ
フルな温風で衣類をふかふかに仕
上げてくれるガス衣類乾燥機「乾
太くん」です。乾燥にかかる時間
は、5kgの洗濯物でもわずか52
分。電気式の約1/3なので、家
事の時間を大幅に短縮できます。
1回の乾燥代(ガス代+電気代)も
約33円と電気式と比べてランニン
グコストが低いのも魅力です。

洗濯物を外に干せない日が続
くと部屋干しに頼ってしまいが
ち。部屋干し特有のニオイに辟易
することも多いと思います。部屋
干しは、洗濯物に雑菌が繁殖しや
すい上に、お部屋に湿気がこもっ
てカビや結露の原因にも。最新の
乾太くんは、生乾き臭の原因とな
るモラクセラ菌や大腸菌を99%以
上カット。天日干し以上の力で快
適な暮らしを提供してくれま
す。詳しい機能など、お気軽にお
問い合わせください。

繊維の根元からふんわり

こんなにふっくら具合に差があります！



パワフルなガスの温風が洗濯物を包み込み、繊維の一本一本を
根元から立ち上げらせながら乾燥させるので、ふっくらと仕上がります。



COOKING CONTEST

第12回
ウィズガス

全国親子クッキングコンテスト

結果報告

3位入賞

誕生の喜びと
お祝いしてくれる人への
感謝をこめて

とぎお
川口時生くん
あゆみさん親子



2018年11月4日(日)、新潟市食育・花育センターにて第12回親子クッキングコンテスト新潟県大会が開催されました。新潟県代表を決める今大会は、応募総数587通の中から各県内ガス事業者の選考を通過し選ばれた栄えある8組の親子により競われました。越後天然ガスの代表として今年は川口時生(小6)くん・あゆみさん親子が出場しました。会場では熱戦が繰り広げられ、2人のチームワークの良さや手際の良さが審査員の高評価を得て見事3位入賞!! 彩りもすばらしく大変おいしい料理でした。閉会式の最後には、出場親子・審査員の方々全員揃って笑顔で写真撮影。笑顔で大会が締めくくられました。



2019年
2/3
10:30~15:30

まつり開催

秋葉っ子

新潟市秋葉区総合体育館にて、「にいがた秋葉っ子ふゆまつり」が開催されます。今回のテーマは「TRY~なんでもやってみよう~」です。ふゆまつり会場ではダンボール迷路や風船ドーム、福祉バザーなどがあり、楽しいステージイベントも盛りだくさん。小学生までのお子さんたちは豆まき大会に参加できます! さむ~い新潟の冬。にいがた秋葉っ子ふゆまつりに参加し、元気いっぱい遊びましょう。たくさんの方のご来場お待ちしております。

段ボール
迷路

風船
ドーム

ふゆまつり
レンジャー

カーボン・
オフセット
フェスタ

イベント
もりだくさん!
みんな来てね!

うちはきを
持って
きてね!



新

車でお初の遠乗りに心ウキウキ、軽井沢で一日満喫して、夕刻主人は単身赴任先に再出発。すでに運転でヘトヘトの私ですが二人の子の為に振り絞り馴染みのパスタ屋へ食事に出かけた駐車場で、(着いたよー)オートドアボタンを押して、ピッ、ピッ、ピッ・・・(音が止まない)。もう一度。あれードアが開ききらない。その時、小一の息子が「ママ、柱に当たってるよ。」<オー、マイ、ガー!>街灯とドアが力比べしてました。あれから10年、20万キロ私に付き合ってくれてるマイカー。まだまだお世話になります。m()m(みっちゃん)

車をぶつけるのは本当にショックですよ。新車ならなおのことです。これから末永くかわいがってあげてください! (編集部M)

某

大型スーパーができた頃の話。混んでいて駐車スペースを捜してウロウロ。「あそこ空いている!」といって主人が向かったのはカート置場。確かにカートは何もなかったが、屋根付き駐車スペースなんてないでしょ(笑)(望の月)

ご主人様のかわいさがにじみ出ていますね! 広い駐車場では、カート置き場のありがたさを楽しみます。(編集部M)

読者投稿
コーナー

「夫や妻のおバカエピソード」



め

ずらしく夫が自分でビールを買ってきたと思ったら財布まで冷蔵庫の中に。当然のごとく、数時間後、「財布がない!! 落とした!! 盗まれた!!」と大騒ぎ。警察に行きかけたので、仕方なくキンキンに冷えた財布のありがたさを教えてあげた。いつも家事を手伝ってくれないからじゃ!(かめきち)

財布は失くしがちですよ! たまに自分でするとロクなことが起きないです(笑)。私の母は宅配のクール便でパソコンを送ってきたことがありました。確かに機械は熱に弱いですが・・・。(編集部M)

単

身赴任中の夫。新婚の頃、思いがけなくホワイトデーのお返しを宅配便で送ってくれました。普段はサプライズなどしてくれない人なので宅配が届いたことにびっくりでしたが…。開封してみるとプレゼントの値札付きの品物と一緒に包装セットが入っていました。贈り物用ではない商品を相手に送ってしまう夫。慣れないサプライズは笑いで終わりました。(おまめ)

とても素敵なお話ですね! 「笑い」もホワイトデーのお返しの一つかもしれませんね♪ 私は、バレンタインデーの時に、すでにホワイトデーのお返しを指定されておりました。バレンタインという名の投資なんだと感じました。(編集部M)

次回の 投稿テーマ 「おすすめの映画」です

投稿コーナーではみんなに知らせたいとおきのエピソードをお待ちしております。送り先は、郵便、PC、携帯どれもOKです。

応募締切 平成31年3月31日(日)の消印有効

応募方法 郵便ハガキ、封書又はEメールに、ご住所、お名前を明記(入力)の上、テーマに沿った原稿をご応募ください。
※掲載される際に匿名やペンネームを希望される場合はお知らせください。

送り先 郵便：〒956-0031 新潟市秋葉区新津4516番地 越後天然ガス株式会社
季刊情報誌ほのお「読者投稿」コーナー係
PC・携帯：季刊情報誌ほのお専用Eメールアドレス honoo@echiten-gas.co.jp

採用させていただいたお客さまにはクオカード(500円分)を進呈させていただきます。



楽しい
エピソード
募集します!