

カネコ倶楽部

2023
春号

カネコ商会 Vol.32
URL <http://www.kaneko-s.co.jp/>

電気料金・ガス料金 節約術!

昨今、食料品、日用品、家電、燃料、外食、運賃・・・あらゆる商品やサービスが値上がりし、家計を直撃しています。そこで、今回は『電気料金・ガス料金』にクローズアップして簡単な節約術をご紹介します♪

電気料金の節約方法

電気・家電のつけっぱなしをやめる。

テレビをつけながらのスマホを触る、ゲーム画面を放置した状態で出掛けるなど。

エアコンの温度を調整する。

環境省では、冷房28度・暖房20度を推奨しています。体に無理のない範囲で調整を心掛ける。サーキュレーターとの併用も有効。

照明器具を省エネ型に変える。

白熱電球をLED電球に変える。

トイレの便座の温度と温水の温度を下げる。使用時以外は便座のフタを閉める、節電モードの使用も有効。

冷蔵庫・冷凍庫の設定温度の確認。

『強』設定が必要ない季節などは『中』に変える。

古い家電を買い替える。

省エネタイプがオススメ!

40型液晶テレビの年間消費量を比較した場合、2007年製は約127kWh、2016年製は約48kWhと半分以下の電気を使えます。また、エアコンの期間消費量を比較した場合、2010年製は923kWh、2020年製は815kWhと約12%の省エネです。(2020年製のエアコンは省エネタイプ)。
※経済産業省 エネルギー庁 資料より

ガス料金の節約方法

追い焚き回数を1回少なくする。

お風呂に入っていない時はふたをする、保温シートを使うなど、家族が入浴する際はできるだけ間隔をあけないようにする事で追い焚き回数が抑えられます。

シャワーを出す時間を1日1分短くするよう心掛ける。節水シャワーヘッドを活用するのも有効。

1分短くすると、約12リットル(2リットルのペットボトルが6本分)節水になります。 ※経済産業省 HPより

ガスのバーナーキャップを掃除する。

ガスのバーナー部分の穴が詰まってしまうと熱効率が落ちてしまいます。五徳(ごつく)をはずしてバーナーキャップの目詰まりを竹串などでかき出すと熱効率UP。

圧力鍋や保温鍋を利用する。

煮込み時間の短縮や、初めに数分加熱するだけでいいものを使うことでガス料金の節約。

煮るより蒸す、蒸すより炒める。

炒める場合は水を使わないので一番火のとおりが早く、次に少量の水で調理できる蒸料理が煮るよりもガス料金の節約になる。

食器を洗う時はお湯の温度を低温にする。

ガスコンロの炎は中火にする。

炎がなべ底からはみ出してしまうと、その分が無駄になってしまいます。

食器洗い乾燥機でまとめ洗いをする。

手洗いした場合(給湯器40℃設定、使用水量65ℓ/回、冷房期間は給湯器を使用しない)と食器洗い乾燥機で洗った場合(給水接続タイプで標準モードを利用)を比較すると、食器洗い乾燥機を使った方が年間約6,470円光熱費が節約できます。
※経済産業省 エネルギー庁 資料より

古い給湯器を買い替える。

省エネタイプがオススメ!

省エネタイプの給湯器は少ない燃料でたくさんのお湯を沸かすことが出来ます。燃料の消費量が減ると、ガス・灯油・電気料金など光熱費を節約できます。また、少ない燃料でたくさんのお湯を沸かすことが出来ると、CO₂の排出量を減らすことができ、地球温暖化の一因となる温室効果ガス(CO₂)が減り環境にも配慮する事が出来ます。

中面で『フライパンチキン南蛮』のレシピを紹介しています。ぜひご覧ください!!

助かる

5つの無料特典

①水まわりのトラブル

居住建物内*の水漏れを止めるための応急処置などを無料で行います。
※本修理の費用や、部品交換が必要な場合の部品代はお客さま負担となります。

応急対応サービス (30分程度)

②かぎのトラブル

居住建物内*の一般的な住宅かぎなどの開錠・破錠の応急処置を無料で行います。
*居住建物内(専有・占有部分)には、分譲マンション等の各戸室の玄関ドアを含みます。
※部品交換が必要な場合の部品代はお客さま負担となります。

24時間 365日対応

③住宅相談

維持管理やリフォームなど、様々なご相談に対して電話でお応えします。

電話相談サービス (30分以内)

④税務相談

様々な税務のご相談に対して、税理士が電話で適切なアドバイスをいたします。
※税理士に正式に依頼される場合の費用は、お客さまのご負担となります。
※公序良俗に反するご相談はお受けできません。

⑤法律相談

様々な法律相談に対して、弁護士が電話で適切なアドバイスをいたします。
※弁護士に正式に依頼される場合の費用は、お客さまのご負担となります。
※公序良俗に反するご相談はお受けできません。

予約制

暮らしのトラブルに、とっても助かるサービス!



介護相談「介護なんでも相談室」 ※秘密厳守にて対応。 ※予約不要。 ※時間制限なし。

介護保険の申請やサービス内容、介護施設、介護にかかる費用など、経験豊かな相談員が電話でご相談に対応いたします。

0120-155-703

【受付時間】
午前9時～午後6時
(土・日・祝日も受付)



暮らしの“ホット”
サポート受付センター
《24時間 365日受付》

おー救急くらし
0120-099964



**新潟営業所
オススメ!**

三咲屋



創業22年 老舗のラーメン店

**お子様からご年配の方まで
幅広く支持を得ています。**

- ・塩ラーメン・半チャーハンセット **おすすめ**
- ・魅惑の甘いチャーハン
チャーシューを甘めに作っており、ふんだんに入ってます。さらに隠し味で砂糖を入れているため甘いチャーハンになります。

- ・【こだわりラーメン】しお・みそ・しょうゆ (各あつさり・こつてり選べます!) お子様ラーメン・チャーハンも!
- ・【席数】26席 (カウンター・テーブル・こあがり席あり)
- ・子供用の椅子もあります。

【住所】〒950-0813
新潟県新潟市東区大形本町3丁目1-75

【電話】025-250-9045

【定休日】火曜日

【営業時間】11:00~22:00 (L.O.21:45)

甘めのチャーハンが癖になる!!

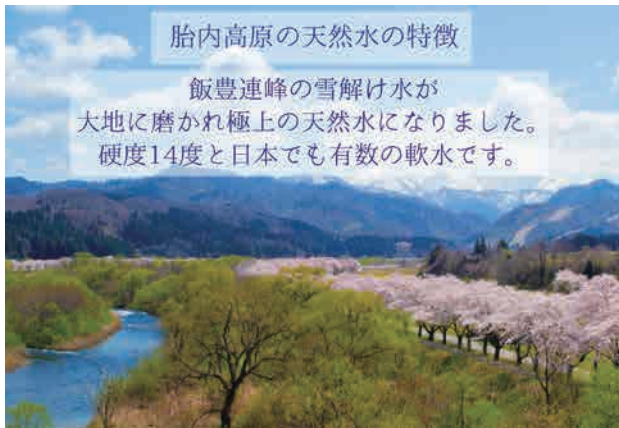


**村上営業所
オススメ!**

胎内高原ハウス

自然豊かな採水地「胎内市」から贈る天然ミネラルウォーター。

ナチュラル天然水を使用した商品を展開する清涼飲料水メーカー「胎内高原ハウス」。徹底した品質管理により安全性を追求し、地元産の原材料にこだわった商品化に取り組んでいます。



胎内高原の天然水の特徴

飯豊連峰の雪解け水が大地に磨かれ極上の天然水になりました。硬度14度と日本でも有数の軟水です。



【住所】〒959-2824 新潟県胎内市宮久1096

【電話】0254-48-0202

【定休日】土・日 定休日

【営業時間】月曜～金曜 8:00～17:00

【ホームページ】tainai-water.com

***お求めの際は、ホームページ内のオンラインショップ 又はお取扱店よりお求め頂けます。**

**揚げないから簡単!
タルタルも簡単!**

フライパンチキン南蛮

本社スタッフA・Sが作りました!

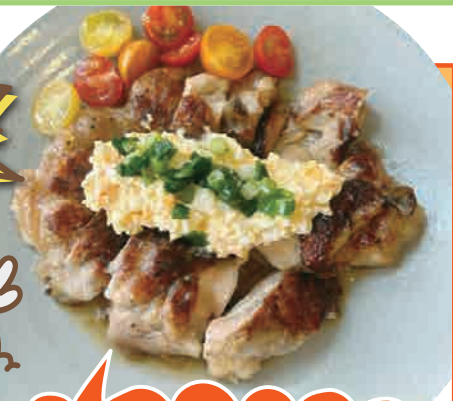
- 材料(2人分)
- ゆで卵.....1個
 - マヨネーズ.....大さじ1
 - 鶏もも肉.....350g
 - 片栗粉.....大さじ3
 - サラダ油.....大さじ2
 - 青ネギ(小口切り).....2本
 - プチトマト.....適量
- A { 塩.....少々
こしょう.....少々
料理酒.....小さじ2
- B { めんつゆ(3倍濃縮).....大さじ2
酢.....大さじ1
砂糖.....小さじ1

- 作り方
- ①鶏もも肉に数か所、フォークを刺して穴をあけ、ポリ袋に入れる。
Aを加えてもみ込み、さらに片栗粉を加えてざっとまぶす。
 - ②フライパンに油を中火で熱し、鶏肉の皮目を下にして入れ、約片面4分ずつ、計8分を目安に焼く。鶏肉に火が通ったら、いったん取り出し食べやすい大きさに切る。
※鶏肉を焼いている時間でタルタルソースを作ります!
ボウルにゆで卵を入れフォークでつぶし、マヨネーズを加える。
 - ③フライパンの余分な油をキッチンペーパーで拭き取り、Bを入れて中火にかける。沸騰したら鶏肉を戻し入れてからめる。
 - ④器に盛り、簡単タルタルソースをかけ、青ネギをちらし、プチトマトをそえる。

ポイント 鶏むね肉でも美味しくヘルシーにできます♪



揚げ焼きだからお手軽!
調理時間も15分で
時短節約レシピ(^^)~



省エネタイプ 家電製品キャンペーン

お問合せ・
ご相談はお気軽に
カネコ商会へ

※商品は全て本体価格となっております。工事費等別途ご相談ください。

ガス給湯器 Rinnai

これからのスタンダード  **エコジョーズ 給湯器**
Creating a healthier way of living



ウルトラファインバブル(リモコン・配管カバーセット)
(RUF-UE2406AW)

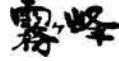
給湯器+リモコン+配管カバー 合計
MBC-240VC(A) マルチリモコンセット

希望小売価格502,600円(税抜)

¥189,000 (税抜)
207,900円(税込)

メーカー希望
小売価格より
62%OFF

エアコン



霧ヶ峰FZシリーズ
冷房15~23畳、暖房15~18畳 (MSZ-FZV5622S-W)

希望小売価格590,000円(税抜)

¥251,000 (税抜)
276,100円(税込)

FZシリーズは、全容量帯が「省エネNO.1」

- ・優れた快適性と省エネ性を実現する、FZシリーズ独自の構造
- ・左右の2つのファンで、暑がりさんも寒がりさんも同時に快適。

「ムーブアイmirA.I.+」が快適も省エネも叶える。次世代プレミアムモデル。

360°センシングが可能な高精度赤外線センサー
室温の変化を予測して、運転をムダなく切り替える。

メーカー希望
小売価格より
57%OFF



霧ヶ峰AXVシリーズ 冷房6~9畳、暖房5~6畳
(MSZ-AXV2223-W)

希望小売価格290,000円(税抜)

¥90,000 (税抜)
99,000円(税込)

寝室や子ども部屋などの
小部屋にちょうどいい
エアコン。

- ・お部屋も子どももみまもって快適に。(ムーブアイ)
- ・「エアコン」と「扇風機」のいいとこどりで、快適と省エネを実現。(ハイブリッド運転)
- ・うっかり消し忘れたときも、不在に気付いて自動でオフ。(消し忘れオートOFF)
- ・睡眠中の冷えすぎを防いで快適な眠りへ。(みまもり快眠)

メーカー希望
小売価格より
68%OFF

ご意見・ご感想

お便りありがとうございます！
カネコ倶楽部へのご意見・ご感想お待ちしております！



いつも楽しく見えています。スタッフさんの
オススメのお店が参考になります。あと、
ガスでの調理が好きなので、こだわってガ
スレンジを使っていますが、ガスが値上が
りしないかと心配です。

A あらゆる商品やサービスが値上がりしてい
る中、今回は電気・ガス料金の節約術の特
集しました。ご家庭で簡単に実践できるもの
もありますので、是非お試しください!(^^)!

楽しく読ませていただきました。
『カネコeコネクト』など、すっかり忘れ
ているようなことを確認出来て良かつ
たです。

A 『カネコeコネクト』を思い出して頂きありが
とうございます!『カネコeコネクト』は、月々
の請求書やガスの使用量のお知らせが
WEBで確認出来るサービスです。会員登録等
は不要です。登録方法も簡単です。登録が
お済でない方は、この機会に是非ご登録下
さい。(冊子裏面のQRコードよりご登録出来
ます。)

酒田営業所さんオススメ!の情報が
いつ掲載されるかとても楽しみにし
ています。

A 「営業所オススメ!」のコーナーを楽しみにし
て頂きありがとうございます!酒田営業所オ
ススメは、『カネコ倶楽部2023秋号』に掲載
予定です。是非楽しみにしててください
(^^)♪今後ともより良い冊子となりますよう
スタッフ一同頑張ります!!

①クロスワードパズルの答え

答

②住所(〒 -)

③氏名

④年齢

⑤本誌に対するご意見・ご感想

ク
リ
ト
リ

2023年4月-5月の運勢は、

【ハワイアンリラクゼーション マカナズハウス】 住所:〒998-0853 山形県酒田市みずほ町2丁目16-3 TEL:0234-22-5767



牡羊座 3月21日~4月19日

これは良くてこれは駄目という選択ではなく、どちらかひとつにせず両方を結びつけ、お互いの共通点や中間を見つけていく努力が必要です。一体性を見出しましょう。
☆ラッキーカラー オレンジ



牡牛座 4月20日~5月20日

努力が報われ新しい時代へのスタートが切れます。必要なものは引き寄せられます。経験してきた全てが土台となり、とても幸せなときを得られます。
☆ラッキーカラー 紫



双子座 5月21日~6月21日

行動する前に考えましょう。ふとした言動や行動はあなたの心にある真実です。それによって出てきた状況はあなたに心の優しさを持ったための訓練になるでしょう。
☆ラッキーカラー 紺



蟹座 6月22日~7月22日

視点を変えましょう。自分が正しいと思うことも他人目線で見ると違うものが見えてきます。人生の変容が必要なときですから人間関係の見直しが必要です。
☆ラッキーカラー 水色



獅子座 7月23日~8月22日

素直に子供のように純粋に生きることを楽しみましょう。自由に大胆に計画を立ててみましょう。新しいことを想像し勇気を持って恐れず進みましょう。
☆ラッキーカラー 黄色



乙女座 8月23日~9月22日

障害を乗り越える勇気と力を手に入れましょう。自分を卑下せず、かわいそうと思わず他人に服従ばかりの人生をやめ自分に必要なことだけをしましょう。
☆ラッキーカラー 赤



天秤座 9月23日~10月23日

目標をたて、確実に計画を立てましょう。資産や旅費、生活費や貯金などお金に関するところがテーマです。目標にあわせ、何が足りなくて何が出来るかです。
☆ラッキーカラー 金色



蠍座 10月24日~11月22日

人生への刺激が必要で、マンネリ化した毎日から脱出を希望しているならやりたいことへと進むべきです。他人と関わることで愛や光を感じることでしよう。
☆ラッキーアクション 習いごと



射手座 11月23日~12月21日

新しいことをするにはもう少し準備が必要です。見切り発車はいけません。詳細なところまで計算をしましょう。確実にその機会は訪れるはずですよ。
☆ラッキーアイテム お茶



山羊座 12月22日~1月19日

過去よりも現在を大切にしましょう。輝かしい時代や苦しかった時代よりも今ある幸せに気付くべきです。現在ある形は取り組んできた勝利のあかしです。
☆ラッキーアイテム 本



水瓶座 1月20日~2月19日

激変のときです。早いスピードで物事は叶って行きます。予期せぬ出来事は良い幸せのチャンスです。古い感情にとらわれず価値ある時間を楽しみましょう。
☆ラッキーカラー シルバー



魚座 2月20日~3月20日

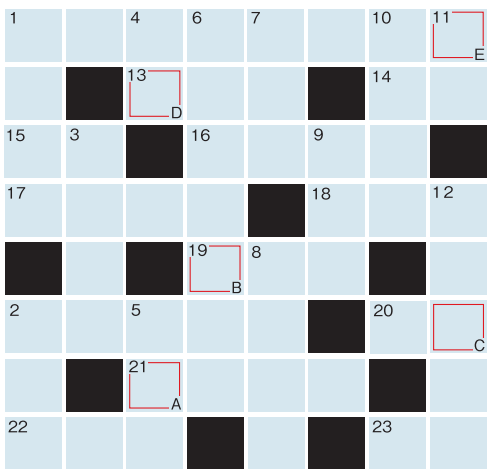
天から与えられた偶然が最高の幸せに導くために起こります。苦難と思えることも不可能なことは信念を持って立ち向かうことでリスクは消えて行くでしょう。
☆ラッキーアイテム 音楽

カネコ倶楽部 クロスワード



クロスワード応募先

□の文字を組み合わせるとある言葉が現れます。その言葉をハガキに書いてご応募ください。



答 A B C D E

募集締切 2023年5月31日(水) 当日消印有効
賞品

正解者の中から抽選で10名の方に3,000円分のクオカードを差し上げます。なお、当選者の発表は次号に掲載いたします。

- たのしみ
- ① サクラマスなどを使った富山県の郷土料理。
 - ② 音の間こえ方の総称。楽器や声音が音階などで表現されること。
 - ③ 物事の経過、事のなりゆきや流れ。
 - ④ 石川県北部の半島。
 - ⑤ 高くなったり低くなったりすること。栄えたり衰えたり変化があること。
 - ⑥ 桃花源記に登場する理想郷。世俗を離れた別世界。ユートピア。
 - ⑦ 革や布などを縫い合わせるための機械。
 - ⑧ 楽曲の終わりの部分。イントロと対になる単語。
 - ⑨ 嘘偽りのない心。欲がなく正直な心。
 - ⑩ 1970年公開、世界的に有名なボクシング映画。
 - ⑪ 釣り糸につけ、当たりを知るための釣り用具。
 - ⑫ 東京都港区にある街。複合施設が入った超高層ビルが有名。

- たのしみ
- ① 2023年春、朝ドラ「らんまん」主人公。日本植物学の父。
 - ② 物事に夢中になり興奮すること。
 - ③ 戦おうとする意気込み。積極的に物事にあたる心意気。
 - ④ 地球をめぐる衛星。地球からみえる天体の中で、太陽の次に明るい。
 - ⑤ 物事を中心。最も重要なところ。また名詞や動詞について、「そのまますぐに」の意味。
 - ⑥ 加工されていない宝石。未知の可能性や才能、魅力を秘めていること。
 - ⑦ 不動産の賃貸契約を行う際に支払う費用の一つで、担保として預けるお金。
 - ⑧ 「食べる」を英語で。
 - ⑨ 精神を集中させ物事にあたるときの、気持ちの勢い。集中力。
 - ⑩ 牛の第一胃。ホルモンの一つ。
 - ⑪ 手紙など主に紙類の移送・受け渡し・保存する際に封入する袋。
 - ⑫ 音楽のジャンルの一つ。アメリカを起源とし、大音量の激しいイメージが強い音楽。
 - ⑬ 意思や努力ではどうにもできないめぐり合わせ。

①クロスワードパズルの答え
②住所
③氏名
④年齢
⑤本誌に対するご意見・ご感想

951-8011
新潟市中央区入船町5丁目3935番地
(株)カネコ商会
カネコ倶楽部
編集部 行

クロスワード応募に関する個人情報の取り扱いについて

クロスワードの応募を通じてお客様からご提供いただきました個人情報を、本プレゼントの運営に関する以外に目的で使用することはありません。

冬号当選者

- ・根津様 新潟県十日町市
- ・樋山様 新潟県魚沼市
- ・重野様 新潟県十日町市
- ・和田様 新潟県新潟市南区
- ・山岸様 新潟県上越市
- ・皆川様 新潟県長岡市
- ・幅屋様 山形県酒田市
- ・土田様 新潟県長岡市
- ・秋山様 新潟県上越市
- ・貝沼様 新潟県村上市

Web請求サービス カネコeコネクトをはじめました

月々の請求書、ガス使用量のお知らせなどが確認できるサービスです!

会員登録方法

- QRコード読み込みまたはURLからアクセス
- 新規会員登録ボタンをクリック
- (仮)登録画面で、①お客様番号(お客様コード) ②電話番号 ③メールアドレスを入力
- 確認用メールから会員登録画面に進み、④パスワード ⑤ニックネームを入力し登録完了

会員費等は不要です。

カネコeコネクト
新規ご登録は下記QRコード、あるいはURLよりアクセスして下さい。

https://kaneko-econnect.com/login

前回号 vol.31 冬号の問題と答え

冬号クロスワード答え

かがみもち

- たのしみ
- ① 新潟県柏崎市出身の政治家。1972年に列島改造論を発表した。
 - ② 音楽の楽譜、または得点を表す単語。
 - ③ ある単語における音の強弱や、高低の配置のこと。
 - ④ 地中に打ち込んで目印にした、建築物などの固定に用いるもの。
 - ⑤ 海に突出している地形。新潟県内には佐渡や柏崎などにある。
 - ⑥ 例年、一月下旬ごろから開花する花。果実には強い酸味があり、完熟した果実を漬物にしたものがよく食べられる。
 - ⑦ 様々な事物が、一つの原理によって統一されている状態を表す言葉。対義語は多元的。
 - ⑧ 冬になると佐渡島湾内で獲れ始める魚。出世魚。
 - ⑨ 二枚の殻を持っていたり、らせん状に巻かれている殻を持っている軟体動物の総称。
 - ⑩ 空気中の水蒸気が冷やされて、植物などの表面につく水滴。秋や冬によく見られ、さらに冷え込むと霜となる。
 - ⑪ 春先から咲き始める花で、ピンクや白、赤色の花が咲く。花や蜜に毒が含まれている為、注意が必要。漢字で書くときと誤認。
 - ⑫ 多くの繊維を束ねてできる太い糸。人によっては財布についている。
 - ⑬ 県土の約18%が湖の都道府県名。県庁所在地は大津市。
 - ⑭ 可燃性であったり、不燃性であったりする気体の総称。弊社の主な取り扱い商品。
- たのしみ
- ③ 大乘仏教における代表的な仏で、その語源はサンスクリット語のアミターユス(無量寿)。別名を如来という。
 - ⑤ なすなごぎょうといった七種の野草。一月七日に粥にしたものを食べ、無病息災を願う。
 - ⑥ 唐時代の中国で完成した漢詩の詩形。一句あたり五文字か七文字が基本で、八句から成る。代表作は杜甫の「春望」。
 - ⑦ 天体の南北の位置を表す値のことで、一般的に赤経と合わせて用いられる。北に九十度ある天体が北極星。
 - ⑧ 人間の数だけ存在するもの。英語ではEgo。
 - ⑨ 地殻内にあるマグマが地表や海中に噴き出すことによってできる地形。実は東京都に日本一多く存在している。
 - ⑩ 地面の下のこと。非人工物のうち日本一深い場所は新潟県の白蓮洞。
 - ⑪ 粘土などを成形して高温で焼き上げることのできる食器類のこと。
 - ⑫ アルファベットの19番目の文字。
 - ⑬ 小麦といった穀物の粉を練って作る加工食品。
 - ⑭ 文化・習慣の異なる国のこと。○○○情緒あふれる。
 - ⑮ 人体内に約3gほどある栄養素で、そのうちの七割は血液中に存在する。元素記号はFe。
 - ⑯ 古代ギリシャにおいてソフォクレス、エウリピデスと並んで三大悲劇作家とされた人物。

郵便はがき

お手数ですが63円切手をお貼り下さい。

951-8011

新潟県新潟市中央区
入船町5丁目3935番地

株式会社カネコ商会
カネコ倶楽部
編集部 行

株式会社カネコ商会

〒951-8011
新潟市中央区入船町5丁目3935番地
URL http://www.kaneko-s.co.jp/



カネコ商会HP

お問い合わせは、下記担当者までご連絡下さい。