

## 秋の防災特集! 自然災害が増える秋こそ見直しを。



秋は過ごしやすい季節ではありますが、同時に台風、竜巻、大雨などの自然災害が発生しやすい季節です。災害に遭う前に自宅の防災グッズや備蓄を見直すことで備えることができます。今回は、災害対策としておすすめの内容やグッズをご紹介します。

### ① 家具の置き方は、工夫していますか?

- 家具が転倒しないよう、壁に固定しましょう。
- 寝室や子供部屋には、できるだけ家具を置かないようにしましょう。置く場合も、なるべく背の低い家具にするとともに、倒れた時に出入口をふさいだりしないよう、家具の向きや配置を工夫しましょう。
- 手の届くところに、懐中電灯やスリッパ、ホイッスルを備えておきましょう。

### ② 食料・飲料などの備蓄は十分ですか?

- 飲料水/3日分(1人1日3リットルが目安)
- 非常食/3日分の食料として、ご飯(アルファ米など)、ビスケット、板チョコ、乾パンなど
- トイレトーパー、ティッシュペーパー、マッチ、ろうそく、カセットコンロなど

※大規模災害時には、「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。  
※飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。日頃から、水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつも張っておく、などの備えをしておきましょう。

### ③ 避難場所や避難経路、確認していますか? (家族会議で決めておくこと!)

- 避難場所や家族が集まる場所を決めておきましょう。
- 災害時の緊急連絡先や連絡方法を決めておきましょう。
- 家族一人一人の役割分担を決めておきましょう。

国土交通省ハザードマップポータルサイトで確認するのも有効です。

### ④ ご家族同士の安否確認方法は、決まっていますか?

- 【災害用伝言ダイヤル】局番なしの「171」**に電話をかけると伝言を録音でき、自分の電話番号を知っている家族などが、伝言を再生できます。  
※一般加入電話や公衆電話、一部のIP電話からご利用できます。  
※携帯電話・PHSからもご利用できます。
- 【災害用伝言板】携帯電話やPHSからインターネットサービス**を使用して文字情報を登録し、自分の電話番号を知っている家族などが、情報を閲覧できます。

### ⑤ 災害の【備え】チェックリストで確認するのも有効です。

#### 災害の「備え」チェックリスト

非常用持ち出し袋 避難の際に持ち出すもの!

- 水
- 食品 (賞味期限が長いもの、アレルギーなどがないもの、常温で持ち出しやすいもの)
- 防災用ヘルメット・防災ずきん
- 衣類・下着
- レインウェア
- 結なしのズック靴
- 懐中電灯 (充電式・乾電池式)
- 携帯ラジオ (充電式・乾電池式)
- 予備電池・携帯充電器
- マッチ・ろうそく
- 救急用品 (絆創膏、消毒液、包帯、ガーゼ、三角巾、止血剤)
- 使い捨てカイロ
- ブランケット
- 手袋
- 洗面用具
- 歯ブラシ・歯磨き粉
- タオル
- ペン・ノート
- 感染症対策にも有効です!!
- マスク
- 手指消毒用アルコール
- 石けん・ハンドソープ
- ウェットティッシュ
- 体温計
- 貴重品 (現金、印鑑、パスポート、運転免許、健康保険証、マイナンバーカード)

子供がいる家庭の備え

- ミルク (メーカー別)
- 使い捨て哺乳瓶
- 離乳食
- 携帯お風呂
- 子供用おむつ
- お尻ふき
- 携帯用お洗濯機
- ネットライト
- ぬいぐるみ
- 子供の靴

女性の備え

- 生理用品
- おりものシート
- サニタリーショーツ
- 中身の見えないごみ袋
- 防犯ブザー/ホイッスル

高齢者がいる家庭の備え

- 介護食
- 杖
- 補聴器
- 介護マット
- デパートゾーンの洗浄剤
- 持病の薬
- お薬手帳のコピー

備蓄品

- 食料や水 (最低3日分!できれば1週間分) × 家族分
- 生活必需品

※相首官邸ホームページより抜粋しております。

\*2面で災害時に役立つ料理レシピを紹介しております (^\_^) / + \*3面で災害時に役立つ防災家電、グッズを紹介しております (^\_^)

### 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

建築士  
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

税理士  
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行います。  
※税理士に正式に依頼される場合は費用は、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

#### ⑤ 法律相談

弁護士  
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行います。  
※弁護士に正式に依頼される場合は費用は、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。

### 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」

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)

※秘密厳守にて対応。※予約不要。※時間制限なし。

暮らしの“ホット”サポート受付センター  
《24時間 365日受付》

# 0120-099964

おー救急くらし

おー救急くらし





**酒田営業所  
オススメ!**

# お休み処 日和山関所



**公園を散歩しながら食べられる、  
画期的な商標登録済の珍しいピザは14種類。**



一番のおすすめは、何と言っても「これなに?持ち歩きピザさ!」です。

公園のごみ対策として、パッケージ7枚集めると、好きなピザ1個をプレゼントします。

**値段も  
ワンコイン**

その他、かき氷、ババヘラアイス(ジジが作るのでジジヘラです)、玉コンニャク、めっちゃおいしいスムージー、大判小判のお好み焼き。店内では、関所ラーメン(煮干しだし)、カレーライス、夏季限定の冷やし中華が召し上がれます。



【住所】〒988-0037 山形県酒田市日吉町2-9-32

【電話】090-2997-0805

【定休日】不定休

【営業時間】9:30~17:00

【決済方法】PayPay対応



**鶴岡営業所  
オススメ!**

# 株式会社 みやま湯殿の山塩



**「ゆどのの山塩」は、出羽三山の麓の熊出源泉から汲み上げ、丹精込めて作られた山塩です。**

生まれかわりの願いが込められたゆどのからの贈りもの

出羽三山は日本有数の山岳信仰の修験の地であり、生きながら新たな魂として生まれかわることができるという自然と信仰の結びつきを今に伝えています。

### 製品特徴

海塩にくらべ苦みが少なく、後味がすっきりしており、野菜料理等におすすめです。また、マイクロプラスチックなどの汚染物質の影響もなく安定した製品ができます。



ゆどのの山塩は旨味成分がすごい。野菜をはじめ、いろんな食材にも合います。また、山塩は素材の味を引き出し、強めてくれるのが特徴。食材本来の旨味を楽しむことができます。



アル・ケッチャーノ  
奥田シェフから

**商品のお求めはネット上で検索注文、  
またはお電話、FAXでご注文ください。**

【住所】〒997-0402

山形県鶴岡市東岩本字田中29番地3

【電話】0235-58-1020

【FAX】0235-58-1128

貴重な水と  
ガスを節約!!



# 【かんたんポリ袋調理】お吸い物で混ぜごはん

鍋とポリ袋だけでいつものごはんが作れる! 皿や器にラップをかければ、洗い物も不要です!

- 材料
  - ・米……………2合(4人分)
  - ・水……………400cc
  - ・お吸い物の素……………2袋
  - ・きざみ揚げ(乾燥)………20g

**調理時間約5分**  
米の浸水、加熱、蒸らし時間を除く

**本社スタッフA.S  
が作りました(^\_^)**



### ●作り方

- ①ポリ袋に米と水を入れ、30分程浸水させます。お吸い物の素を入れて軽く混ぜ、きざみ揚げも加えます。袋の中の空気を抜き、口を上の方でしっかりしぼります。
- ②鍋底にポリ袋がつかないように耐熱皿を敷き、水を鍋の高さの半分くらい加えます。①を入れてフタをして火にかけ、沸騰したら弱火〜中火にして20分程加熱します。火を止め、10分程度そのまま置いて蒸らして完成です。

※きざみ揚げが無くても美味しく出来上がります(^\_^)/ お吸い物の素、きざみ揚げを使用しない場合は白米として召し上がれます!



# 『備えあれば患いなし!ぜひ揃えたい災害対策家電・グッズ』

**石油ストーブ**  
**CORONA**

【暖房のめやす】  
●木造(戸建)13畳まで(21.5㎡)  
●コンクリート(集合)18畳まで(29.5㎡)  
【暖房出力】5.14kW

SL-5123  
**¥21,000** (税抜)  
23,100円(税込)

**石油ストーブ**  
**CORONA**

【暖房のめやす】  
●木造(戸建)7畳まで(11.5㎡)  
●コンクリート(集合)9畳まで(15.0㎡)  
【暖房出力】2.42~1.93kW

SX-EA24Y(W)  
**¥17,640** (税抜)  
19,404円(税込)

**ポータブル電源**  
**Denyo**

容量 **7.65 kg**  
容量: 720Wh  
定格出力: 600W

新提案!  
ポータブル電源 **VOLTANK(ボルタンク)**  
排気ガス・騒音を出さずに、いつでもどこでも電気機器が使えます。

ML720i  
**¥99,000** (税抜)  
108,900円(税込)

**Iwatani** **カセットガスファンヒーター**

NEW 特許取得 新6002350号

●カセットガスファンヒーター“風暖”  
CB-GFH-5  
**¥37,800** (税抜)  
41,580円(税込)

●胎内高原の天然水保存水 2L(6本入)  
●胎内高原の天然水保存水 500ml(24本入)

胎内高原ハウス(株) **6年保存水**

送料込 **¥2,047** (税抜)  
2,210円(税込)

送料込 **¥3,083** (税抜)  
3,330円(税込)

## ご意見・ご感想

ご当地レシピとても参考になります。いろんなレシピをこれからもお願い致します。

レシピコーナーを楽しみにして頂きありがとうございます。本社スタッフや営業所スタッフで調理を担当しております!今後も、楽しみにして頂けるようなご当地レシピや簡単レシピなど掲載していきます(^^)!

お店紹介がとてもよいですね。楽しく読んでいます。

『カネコ倶楽部』を楽しんでいただきありがとうございます(^^)!  
今回の秋号お店紹介は、酒田営業所と鶴岡営業所のオススメになります。パパヘライスは、バラの花びらのようで食べるのがもったいないですね。

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!

観光スポットの特集がとても参考になります。ぜひ訪ねてみたいと思います。今後も楽しみにしています。

観光スポット特集を楽しみにして頂きありがとうございます。夏号の特集は、十日町営業所のスタッフが取材をしました。十日町市の魅力が伝わる記事となっていると思います!私も、清津峡、美人林に行ってきた。とても素晴らしい景色でした。秋はまたひと味違う景色が広がっていると思いますので、ぜひお立ち寄りください(^^)!

### 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

Y  
の  
キ  
リ  
ト  
リ

## 2023年10月-11月の運勢は、

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

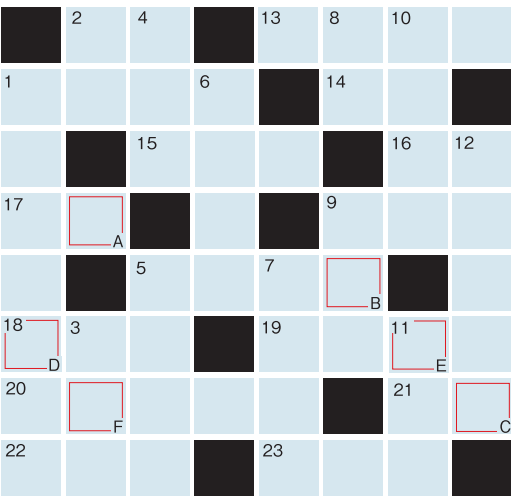
<p><b>Aries</b> 牡羊座 3月21日~4月19日</p> <p>よく聞く言葉や目にするものに注意しましょう。それはあなたに必要なヒントであり、気付いてほしいことが示されています。気になる場所へ行ってみましょう。 ☆ラッキーカラー 青</p>	<p><b>Taurus</b> 牡牛座 4月20日~5月20日</p> <p>自宅がリラックスできる場所になるように整理整頓を心がけましょう。気分を高めるためにもキレイにすることはとても大切です。要らないものは処分しましょう。 ☆ラッキーアイテム ロウソク</p>
<p><b>Gemini</b> 双子座 5月21日~6月21日</p> <p>うれしく喜ばしいことが続きそうです。思わぬ収入があったり優しさを感じられることがありそうです。手のお手入れが良いことを手に入れる鍵ですよ。 ☆ラッキーアイテム ハンドクリーム</p>	<p><b>Cancer</b> 蟹座 6月22日~7月22日</p> <p>毎日小さな目標を決め努力し達成させてください。日々やりがいを感じ、楽しみもつけられるでしょう。その分、帰ったらリラックスしてのんびりしてください。 ☆ラッキーアイテム アロマ</p>
<p><b>Leo</b> 獅子座 7月23日~8月22日</p> <p>コンプレックスとは自分より他人が良く見えること。自分より優れているとか豊かであると思うなら、まずそれを真似てスキルをあげましょう。 ☆ラッキーアイテム 本</p>	<p><b>Virgo</b> 乙女座 8月23日~9月22日</p> <p>自分を変えるのを恐れず新しい自分を表現してみましょう。話したいことを言葉にし、旅したいところには行ってみましょう。転職や引越しも良いときですよ。 ☆ラッキーアイテム 新しい靴</p>
<p><b>Libra</b> 天秤座 9月23日~10月23日</p> <p>自分らしさを表現するために身につけるものを整えて外見を変えてみましょう。他人に振り回されることなく自分の個性を大切にしてみましょう。 ☆ラッキーアイテム ネックレス</p>	<p><b>Scorpio</b> 蠍座 10月24日~11月22日</p> <p>先延ばししていたことにそろそろ取り組みましょう。今のうちに片付け、フットワークを軽くしておくこと来年に向け良い流れを引き寄せることができますよ。 ☆ラッキーカラー オレンジ</p>
<p><b>Sagittarius</b> 射手座 11月23日~12月21日</p> <p>髪型やメイクを変え気分を一新しましょう。心にあるストレスも軽くなることでしょう。内面磨きすると新しい人間関係が生まれ、楽しくなっていきますよ。 ☆ラッキーアイテム 雑誌</p>	<p><b>Capricorn</b> 山羊座 12月22日~1月19日</p> <p>物事を難しく考えると解決策が見えにくくなります。楽しめることをしながらタイミングを待ちましょう。楽しさを重視すると良いことがきやすくなります。 ☆ラッキーアイテム 水晶</p>
<p><b>Aquarius</b> 水瓶座 1月20日~2月19日</p> <p>やることなすこと好転していく良いときです。成功が次の成功を呼ぶ素晴らしい時ですので一日一善を心がけ、他人にもそのエネルギーを分けてあげてください。 ☆ラッキーアクション 感謝の心</p>	<p><b>Pisces</b> 魚座 2月20日~3月20日</p> <p>継続したいことを始めましょう。三日坊主でも途中で立ち止まってもかまいませんから、何かに挑戦して継続できるものを探して取り組んでみましょう。 ☆ラッキーソング YouTube</p>

# カネコ倶楽部 クロスワード

難易度 **中**

## 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 F

募集締切  
2023年11月30日(木) 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。

- ↓ たてのかけ
- ①新潟県出身の内閣総理大臣
  - ②山や岸(海岸・河岸・湖岸)などの険しく切り立った所。地表の高度が急変する部分の急斜面
  - ③物の大きさや寸法を表す英単語。衣料品などの大きさの型
  - ④細かく割った木材や竹材を一定の間隔で並べ、角材の上に打ち付けたもの
  - ⑤十五夜に行われ、月を觀賞しながら秋の収穫に感謝をする行事
  - ⑥植物の葉の色が、秋になり赤や黄色に変化すること
  - ⑦イタチ科の哺乳類で、河川などの水辺に生息する動物
  - ⑧組織や団体を代表し、担当の事務処理を行う役職。また、事務を管掌する地位にある者
  - ⑨台所、調理場の流し。排水溝が付いている洗いの総称
  - ⑩黄色い花を咲かせる植物で、花言葉は「友情」「豊かな感受性」「優雅」
  - ⑪住居及び生計を共にする者の集まり、または独立して住居、生計を営む単身者
  - ⑫薩摩地方から全国に伝わったことから呼び名がついた芋

- ようすなめ
- ①竹の地下茎から出る若い芽
  - ②英語で「気体」を意味する
  - ⑤西洋の君主がかぶるもの。帝王などがその主権を示すためにかぶる
  - ⑨指や手のひらで押すこと。ツボを刺激することで自然治癒力を高め、不調を改善していく手技療法
  - ⑬東京都江東区にあり、東京オリンピックの会場となった施設が多い街
  - ⑭その時の商品としての価格や価値
  - ⑮船舶や航空機が通行する一定の経路
  - ⑯それとなく知らせる事。ほのめかすこと
  - ⑰秋が旬の果物で、干したり保存食としても食べられていた。渋いものがある
  - ⑱群馬県にある町。温泉が有名
  - ⑲太陽系に属する比較的大きい8個の天体。恒星の周囲を公転する星のこと
  - ⑳いつまでも限りなく続くこと
  - ㉑網の別名、略称
  - ㉒地中から水のわき出てくる所。また、その水
  - ㉓あらくて大まかなこと。大ざっぱなこと

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

951-80111  
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こと以外の目的で使用することはありません。

### 夏号当選者

- 山田様 山形県鶴岡市
- 三田村様 新潟県上越市
- 青山様 新潟県上越市
- 小幡様 新潟県魚沼市
- 御船様 山形県酒田市
- 渡辺様 新潟県村上市
- 吉田様 新潟県十日町市
- 渡辺様 新潟県長岡市
- 田川様 新潟県十日町市
- 高井様 新潟県南魚沼郡湯沢町

「カネコeコネクト」からも、クロスワードパズルの答えの応募が出来るようになりました。カネコeコネクト→お知らせ一覧の中の「カネコ倶楽部〇〇号を発行しました。」→【応募フォームはこちらをクリック!】より応募が出来ます。※引き続きハガキでの応募も可能です。たくさんの応募をお待ちしております(^^)/\*

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.33 夏号の問題と答え

1ぬ か 2よ こ 3ぼ く  
り E つ B 4る 5す し  
6え 7も の 8か そ 9し  
の 10ふ き 11は ら  
12く さ 13ば な 14た い が  
15し け 16な A い ふ  
17た 18も の 19ま C ね と  
20け も の 21み D つ ペ い

夏号 クロスワード答え  
な つ ま つ り

- ↑ たてのかけ
- ①輪郭だけの絵に色を塗って遊ぶこと。
  - ②太陽が沈んでから次の朝まで暗い時間。
  - ③母と子。「〇〇手帳」
  - ④動物の頭にある、固くつき出たもの。
  - ⑤衣服の下部。山のふもと。首の後ろの髪の毛。
  - ⑦物の長さを測る目盛りのついた道具。
  - ⑧岩などに付く食用の二枚貝。オイスター。
  - ⑨白くなった毛髪。「〇〇〇染め」
  - ⑩コイに似ているが、小形でひげがない淡水魚。食用にもなる。
  - ⑪多くの人に配ること。
  - ⑬奇怪な姿・形をして現れ出たもの。妖怪。
  - ⑭高熱に耐えること。「〇〇〇〇容器」
  - ⑯生きている体。生のままの肉。
  - ⑰中に空洞があり、成長が早く丈夫な植物。
  - ⑱わからないことをたずねること。問題。
- ようすなめ
- ①玄米について白米にするときにできる粉。
  - ②水平・左右の方向。
  - ③男性が自分を指し示す言葉。
  - ④植物の茎が伸びて、地面をはったり他の物に巻きつくもの。
  - ⑤握った酢飯に生魚などを組み合わせた日本食。
  - ⑥狩りや漁でとった魚や鳥などのこと。
  - ⑧人口が非常に少ないこと。
  - ⑩キク科の多年草。花茎は「〇〇のとう」と呼ばれる。
  - ⑪動物の胸部と尾部との間の部分。
  - ⑫花の咲く草のこと。
  - ⑭大きな川。「〇〇〇小説」
  - ⑮風雨のために海が荒れること。
  - ⑯洋食を食べるときに使う小さい刀。
  - ⑰人や動物などの声や様子をまねること。
  - ⑱全身に毛が生えた、四本足の動物のこと。
  - ⑳すき間なく、ぴったりと閉じること。

郵便はがき

お手数ですが  
63円切手を  
お貼り下さい。

951-80111

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 https://www.kaneko-s.co.jp/



お問い合わせは、下記担当者までご連絡下さい。