

青炎

～ 沖ガスニュース ～



第202号 2025年 9月 18日発行

株式会社 沖ガス

〒904-2143

沖縄市知花5丁目36番1号

TEL (098) 939-4635

FAX (098) 939-6087

E-mail okigas@crux.ocn.ne.jp

炎でつながるあなたとの絆 SAFETY

★ガス・ガス器具販売

★業務用ガス器具・ステンレス厨房設備

★ガス給湯器

★システムキッチン

10月

沖縄行事

| 新暦 | 旧暦 | 行事名 | 行事内容 |
|--------|-------|-------|----------------------------|
| 10月6日 | 8月15日 | 十五夜 | 小豆をつけたフチャギ餅を仏壇やヒメカンにお供えします |
| 10月27日 | 9月7日 | カジマヤー | 数え年97歳の長寿のお祝い、風車を持って祝います |

今月のゲスト

Emily's Sandwich

エミリーズ サンドイッチ

2025年8月に沖縄市知花にオープンしました！
当店はアメリカンサンドイッチをコンセプトにした
サンドイッチ専門店です。

牛肉を1週間塩漬けて燻製した、パストラミを
使用したサンドイッチが看板メニューです。
コーヒーやその他ドリンクもご用意してます！
電話注文やネットオーダーも承っております。
ご来店お待ちしております♪



沖縄市知花5-33-21 ※ちゃんぷるー市場近く
098-923-2233

営業時間 9:00～18:00 (ラストオーダー17:30)

定休日 水・木 emilyssandwich.com



～ 営業時間のお知らせ ～

営業時間 9:00～18:00 (月～土曜日)

窓口支払時間 9:00～17:00 (月～金曜日)

※土・日・祝日は除く

(料金等のお問合せにつきましては営業時間内をお願いします)

※営業時間外・日曜日・祝日の緊急時は年中24時間対応します



沖縄県「LPガス料金高騰支援事業」のご案内



沖縄県内でLPガス(プロパンガス)をご利用されているご家庭・企業の皆さまのLPガス料金の値引きを行います。



第2期

対象期間 令和7年7月分～令和7年9月分
値引きについて 月額300円×3ヶ月 ※一戸あたり最大900円
令和7年10月請求分で値引きいたします(申請手続不要)

平素より沖ガスをご愛顧いただきありがとうございます。
さて、沖縄県の支援によりLPガスをご利用されているご家庭・企業の皆様のLPガス料金の値引きを実施します。(県の方針に基づく対象者に限ります)

保安点検について

当社では、液石法により定期的に保安点検を行っております(4年に一度の大事な点検)
ガス漏れや、ガス器具に異常がないかを点検します(無料)
調査員がお伺いしたときはご協力をお願いします。

※一部地域によっては、沖縄県エルピーガス保安センター(有)へ委託しております

訪問時にお会いできなかったお客様も再度点検にお伺いしますのでご連絡ください。
事前にご連絡いただければ、土・日・祝日もお伺いします。

ガスの種類をお確かめください コミュニティガス

■お使いの ガス器具について

- 当社が供給しているガスはLPガスです。
- お持ちのガス器具がLPガスに合っているか確認してからご使用ください。
- 適合しないガス器具は絶対使用しないでください。
- お宅のガスと器具の「ガス種表示」が合っていることをお確かめください。
- ガスの種類はガス器具に貼付してある銘板や使用説明書に表示されています。

【表示例】

〇〇〇-△△△ ←ガス器具の形式名
LPガス用 ←適合するガスの種類
12kw:0.85kg/h ←ガス消費量
97.6-0001 ←製造年月日・製造番号
〇〇〇株式会社 ←製造事業者名

ご近所でこんな工事を見かけたら、ぜひお知らせください

■工事がガス漏れの原因になることも…



- 掘りおこし、埋め戻し、その他工事の内容によって、埋設してあるガス管をいためたり、異常な重みでガス管が破損してしまう場合があります。
- ガス漏れ!は、周辺の多数の方々に大変なご迷惑とご不便をおかけすることになります。

●海岸に近い地域では、メーターをビニールカバーなどで包み潮風による腐食を防ぎましょう

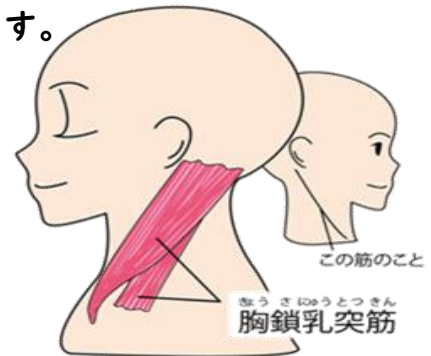
心と身体健康回復センター

胸鎖乳突筋でリフトアップ！肩こり解消

TVや雑誌で話題の胸鎖乳突筋でリフトアップや、肩こりを解消するほぐす方法や注意点についてご紹介します。

〈胸鎖乳突筋の役割〉

- ・肩関節の適切な動きをサポート
- ・首の動きをスムーズにし、ストレスや緊張を軽減
- ・姿勢を維持するための重要な筋肉
- ・深い呼吸時に肋骨を上へ引き上げ、呼吸を助ける役割



正しい姿勢

正面を向いて胸を開き
頭を天井から引っ張られるイメージで背筋を伸ばす

〈注意点〉

首の側面耳の後ろから鎖骨に向かって伸びる筋肉で、しっかりとご自分の指でつまめるのがポイントで、その部分を意識してほぐしやストレッチを行います。正しい方法で行う事が大事！無理に力を入れず正しい姿勢で慎重に行いましょう。

〈胸鎖乳突筋ほぐし〉

- ①耳の下の胸鎖乳突筋をつまんで、手を上下に動かしながら優しくもみ、凝りやすい上部を重点に全体を左右約30秒ずつもむ。
- ②胸鎖乳突筋をつまんで首から剥がす様に、前後の動かし揺らすようなイメージで行う。手の位置を少しずつ下げて中央部まで約30秒行う。

力を入れすぎないようにご注意ください



〈胸鎖乳突筋ストレッチ〉

- ①右手で左側の鎖骨を軽く押さえて顔を斜め右上へ向ける
左の胸鎖乳突筋がストレッチされる。
- ②左手で右側の鎖骨を軽く押さえて顔を斜め左上へ向ける
右の胸鎖乳突筋がストレッチされる。
- ①②を交互に10秒5回行う

お顔のリフトアップで若見え、首こり肩こり解消で元気ハツラツ(^^)

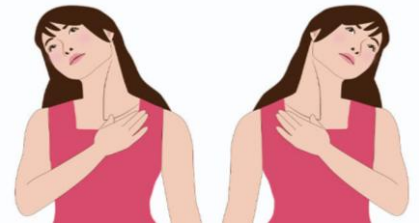
(株) スタート・ライン
心と身体健康回復センター
〒904-2141
沖縄市池原5丁目2-13
ボディケアセンターKATSUMI
デイサービス一歩
TEL098-938-7330
<http://sutartline-okl.jp>



@BODYCARE.KATSUMI



@DEI.ITUPO



遊漁船 銀河



釣りを楽しもう！

泡瀬漁港、遊漁船長の高江洲です。
中城湾・津堅島・久高島周辺へご案内します。
お気軽にお問い合わせください。

☎ 090-1945-9324 (高江洲)



日焼け・熱中症には十分ご注意ください

10月号クイズコーナー (答えを○でかこんでください)

応募締切

2025年 10月 31日

F A X 098-939-6087

1、夏の甲子園で優勝した沖縄尚学高校、県勢としては何年ぶりの快挙だったでしょうか？

イ、)5年 ロ、)10年 ハ、)15年

住所

2、沖縄の精霊キジムナーが宿る木とされているのは？

イ、)デインの木 ロ、)ガジュマルの木 ハ、)杣の木

氏名

3、10月2日は「豆腐の日」です、豆腐の原料はどれでしょうか？

イ、)大豆 ロ、)小豆 ハ、)枝豆

電話

4、鉛筆とリンゴのどちらにもあるのは？

イ、)実 ロ、)芯 ハ、)種

ご応募おまちしております



キ リ ト リ

8月号クイズ当選者発表

おめでとう!!

おめでとう!!

沖縄市
沖縄市
沖縄市
沖縄市

仲村様
今泉様
岸本様
宇根様

沖縄市
沖縄市
北谷町

東恩納様
美池自動車学校様
喜友名様

北谷町
うるま市
うるま市

喜友名様
久保田様
徳森様



あなたの町の

私たちのお客様

どうぞご愛顧ください!

Cafe moi moi (カフェ モイモイ)

北谷町港8-10

☎098-959-9556

営業時間

Morning 9:00~11:00

Lunch & Cafe 11:00~16:00 (ラストオーダー)

定休日 日曜日・木曜日

モーニング・ランチメニューの他に

自家製焼き菓子もございます。

ご来店お待ちしております。



喫茶 時計台

沖縄市園田3-8-32

営業時間

11:30~22:00

(19:00~カラオケ)

定休日 日曜日・木曜日

定食・軽食メニューなどレトロな雰囲気の
店内でお召し上がり下さい。

ぜひご来店ください。



ゆかり弁当

沖縄市登川3-25-8

☎080-3990-0993

営業時間

AM4:00~PM2:00

(売れ切れ次第終了)

定休日:日曜日



自慢の手作り弁当を種類豊富にご用意しております。ご来店お待ちしております。

抽選で全問正解者10名様に お食事券7プレゼント!

クイズ当選者へ、お食事券3,000円分を差し上げます。
応募方法は集金担当者への手渡し・来店・FAX・郵送等
の方法でご応募下さい。

FAXで応募される方は、解答欄や住所が
見えづらい場合がありますのでご注意ください。

利用店舗や営業時間・定休日など
が変更になる場合がございます。
ご了承下さい。

