

青炎

～沖ガスニュース～

炎でつながるあなたの絆 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

第205号 2025年 12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

1月

沖縄行事

新暦	旧暦	行事名	行事内容
1月26日	12月8日	ムーチー(鬼餅寒)	月桃(サンニン)の葉に包んで蒸した餅を、火の神や仏壇に供え健康を祈願します

今月のゲスト



大衆鉄板酒場 着火
チャッカ

今年8月に沖縄市上地にオープンしました
 「大衆鉄板酒場 着火」です。
 肉料理を中心とした、鉄板料理や居酒屋の
 定番料理・またオリジナル創作料理など
 お酒に合うメニューを提供しています。
 店内は落ち着いた雰囲気で、テーブル席・
 カウンター席もあります。
 皆さまのご来店お待ちしています。

沖縄市上地1-18-15

☎ 070-9108-1187

営業時間 月～木曜日 18:00～1:00
 金・土曜日 17:30～2:00

定休日 日曜日



飲み放題やっています♪
 90分 ￥980～



～ 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にお願いします)

※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



～年末年始の営業のご案内～

日頃のご愛顧心より感謝申し上げます。

年末年始の営業日を下記の通りご案内申し上げます。

来年の営業は 1月5日(月)からとなります。

窓口・集金業務などのお問合せは12月26日(金)までにお願いします。

ガス漏れ等の緊急の場合は、年末年始24時間体制で対応いたします。



今年も一年ご愛顧頂き
ありがとうございました。
良いお年をお迎え下さい。



来年も変わらぬお引き立ての
ほどよろしくお願ひ申し上げます。

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年に一度の大変な点検)

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お願ひします。

※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つ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。

ガスコンロよくあるお問い合わせと対処法



●火が点かない、火が点きにくい、点火後すぐ消えてしまう

電池が切れていませんか？

電池ケースは
コンロの端に
あります



電池は単一が2個入っています
+とーがあるので正しくセット
しましょう

電池を交換するときは
新品の電池を使用しましょう



●炎が安定しない、異音がする

バーナーキャップのズレや、汚れ・濡れたりしていませんか？
汚れを洗い落とし、乾いた布で拭きましょう



不具合がございましたらご連絡を
お願いします。

守っていただきたいLPガスご使用上の注意点をチェック！

- 火が着いたかどうか必ず目で確認してください
- ガスの炎は、いつも青い状態でご使用ください
- 換気には十分気を付けてください
換気をしない長時間の使用は避けましょう

通常よりもガスを多く使用される方は
ガス切れ防止・安全供給の為、ご連絡
をお願いします



コンログリルレシピ

材料(4個分)

- ・サバ(切り身) ... 4切れ
- ・大葉 ... 8枚
- ・ミニトマト(薄切り) ... 4個分
- ・ニンニク(薄切り) ... 1かけ
- ・塩こしょう ... 少々
- ・ピザ用チーズ ... お好みで

さばの大葉チーズ焼き

作り方

サバに塩こしょうをふり、アルミホイルに並べ、大葉2枚ミニトマト、にんにく、チーズをのせて、上下中火で10分ほど焼きます。
※焼き加減をみながら火力・時間調整してください



心と身体の健康回復センター



話題の耳マッサージの効果とは?

気圧の変化で不調になりやすい日は「耳マッサージ」がおすすめです。

その理由として気圧のセンサーが耳の内耳という部分にあるからです。

今月は「耳マッサージ」の効果と簡単なマッサージ方法についてご説明します。

耳には自立神経の纖維が分布しており血液循環や、胃腸の働き、体温調節といった体のコントロールをしています。耳には2000以上のツボが集中しているともいわれ身体の不調や美容にも効果的です。

それぞれのマッサージは、「押す」「もむ」「引っ張る」というどちらかの方法で心地よいと感じる強さと、ポカポカと感じるくらいで3分程やってみましょう！

「肌のくすみ」

耳全体のマッサージ血流が良くなり
肌のトーンが明るくなる

「小顔」「リフトアップ」

耳たぶマッサージ
顔の筋肉が引き締まり
小顔効果



手軽で簡単な「耳マッサージ」で不調を解消し
笑顔で新しい年を迎えましょう。

ボディケアセンターKATSUMIメニュー(各3500円)

○シェイプロック(約40分)



加圧と通電、寝ているだけで
インナーマッスルを鍛る

○部分筋トレ(各20分)

○ヒップ○腹部○骨盤底筋



磁気の力で深層筋を鍛える

○ボディメンテナンス

腰痛・肩こり・膝痛などの痛みに

○美顔筋トレ(約40分)



表情筋を鍛えて
素敵な笑顔に

○毛活(約40分)



太陽光の優しい光が
頭皮の細胞を活性化
イキイキとした毛根
が再生します

くるくる耳マッサージ①



くるくる耳マッサージ②



「内臓効果」

耳穴周囲のマッサージ
消化器のツボを刺激

「肩こり・首こり」

耳の外側をマッサージ
活発モードに切り替り
スッキリ

リラックス効果
もむと副交感神
経と関わりの深
い内臓が反応



活動アップ！
もむと交感神經
と関わりの深い
手足が反応

(株)スタート・ライン
心と身体の健康回復センター

〒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

TEL 098-938-7330

<http://sutartline-oki.jp>



BODYCARE.KATSUMI

DEI_ITUPO

1月



1月号クイズコーナー(答えを○でかこんでください)

1、2026年の干支はつぎのうちどれでしょうか?
イ、)午 口、)未 八、)戌

2、初夢に見ると縁起がいいとされている鳥は?
イ、)アヒル 口、)ハト 八、)タカ

3、「森のアイスクリーム」とも言われるアテモヤはどれでしょうか?
イ、) 口、) 八、)

4、お風呂場に隠れている動物はどれでしょうか?
イ、)ゾウ 口、)ラクダ 八、)ロバ

住所

氏名

電話

ご応募お待ちしております



キリトリ

11月号クイズ当選者発表

沖縄市 小泉様
沖縄市 外間様
沖縄市 勝連様

沖縄市 新田様
沖縄市 宜志様
沖縄市 喜瀬様

うるま市 安慶名様
うるま市 大庭様
読谷村 山下様
恩納村 宮平様

あなたの町の

私たちのお客様

どうぞご愛顧ください!

居酒屋 たきばる

沖縄市高原7-29-9

098-930-3485

営業時間

17:00~24:00

定休日 水曜日

最終火曜日

旬な食材を使用した料理を

美味しいお酒とお召し上がり下さい♪

皆様のご来店おまちしております。



炭火焼肉 十兵衛

沖縄市美原3-21-3

098-929-1129

(美里公園近く)

営業時間

11:30~24:00

(ランチ15:00まで)

本格炭火で焼く上質な

黒毛和牛がリーズナブルな

価格で味わえます。ぜひご来店ください



大衆鉄板酒場 着火

沖縄市上地1-18-15

070-9108-1187

営業時間

月~木曜日 18:00~1:00

金・土曜日 17:30~2:00

定休日 日曜日

お肉を中心とした鉄板メニュー

創作料理など、お酒に合うおつまみをぜひお召し上がりください。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・
メール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下さい。

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。

