

青炎

～ 沖ガスニュース ～



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

第183号 2024年 3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@cruox.ocn.ne.jp

4月

沖縄行事

新暦	旧暦	行事名	行事内容
4月11日	3月3日	浜下り(ハマウリ)	浜に出て女性の健康を祈願し身を清めます。 (現在は潮干狩りを楽しむ行事として暮らしに根付いています)
4月23日	3月15日	三月ウマチー	麦の収穫を祝う行事。麦の穂を神仏へ供え豊作を祈願する。

今月のゲスト

2024年1月 NEWOPEN

沖縄市松本にオープンした「ペロリ食堂」では現在、店頭にてお弁当の販売をしております♪
元学校給食調理人による、栄養満点のお食事を是非ご賞味下さい。
皆様のご来店をお待ちしております。



～ MENU ～

- ・日替わり弁当 400円～
- ・カレー丼 500円
- ・沖縄そば 150円

etc...



営業時間 : 10:00～ 完売終了

定休日 日曜日

Instagram : @perori.shokudo

住所 : 沖縄市松本5-15-1



@PERORI.SHOKUDO

3月25日(月)に食堂もオープンします!

昼 10:00～14:00

夜 17:00～19:30

(ラストオーダー)



～ 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いたします。)

※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。



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致します。(無料)

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。安全と事故防止の為に協力をお願いします。

検針・配送担当からのお願い



安全に、ボンベ交換やメーター検針が行えるよう、ボンベまわりやメーターボックスの近くには物を置かないようにご協力をお願いします。



また、犬を飼っているご家庭は、出入り口やガスボンベ、メーターボックスから離れた場所につないでください。

ガス機器をご使用の際はご確認ください

- *LPガスには、必ずLPガス用ガス機器をご使用ください。(都市ガス用ガス機器は使用できません)
- *ガス機器は、取扱説明書をよく読んでから正しくご使用ください。
- *新しくガス機器をご使用の際は、LPガス専用のガス機器であることを確認してください。

ガス機器には寿命があります。10年たったら安心・安全の為に点検・取替をご検討ください。

～事務所からのご案内～

残高不足で口座引落できなかつたり、コンビニでのお支払いの期限が間に合わなかった場合は、下記口座へお振込みいただけます。

- 琉球銀行 コザ十字路支店 (普) No.503206
- 沖縄銀行 コザ支店 (普) No.1138103
- 海邦銀行 美里支店 (普) No.0458001
- コザ信用金庫 胡屋支店 (普) No.0322000

遊漁船 銀河

釣りを楽しもう!



沖縄市泡瀬漁港で遊漁船をしています船長の高江洲です。今回のお客様の釣果はこちらです。

中城湾、津堅島周辺、久高島周辺へご案内してます。

お問合せ先090-1945-9324(高江洲)

2024

泡瀬漁港

日曜セリ市

開場8:30~AM11:00

セリ市開始 AM9:00

子供から大人まで自由参加 セリ体験9時 入場無料

第3日曜日開催!



水揚げ状況により、なくなり次第終了します
会場：漁港セリ市場

沖縄イベント情報

- ❖ ビオスの丘
うりずんまつり 3/1~5/6 うるま市嘉手苅 961-30
- ❖ 東南植物楽園
おきなわブーゲンビリアフェア 3/1~5/6 沖縄市知花2146
- ❖ 沖縄こどもの国 花まつり 3/8~4/7 沖縄市胡屋5-7-1

心と身体 の健康回復センター

足のトラブル

足には、**内側アーチ・外側アーチ・横アーチ**という3つアーチがあることで機能的な働きをしています。

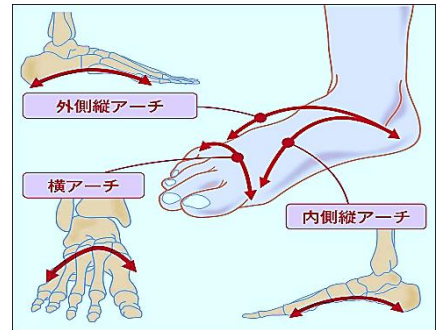
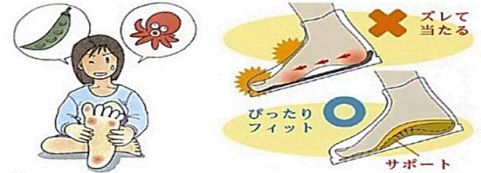
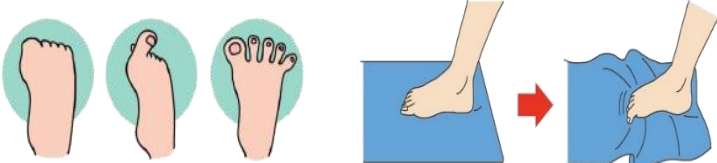
- ① 支持面の形成
- ② 不整（凹凸）な地形に適合する
- ③ 衝撃の吸収
- ④ 効率的な推進力
- ⑤ 下肢の回旋運動の吸収メカニズム

これらの足の機能が、立つ・歩くという行動をスムーズにしているのですが、3つのどちらかのアーチが高かったり低かったりすると、足のトラブルが引き起こされます。

縦アーチ（内側・外側）が低下したものを偏平足、逆に高くなった足をハイアーチ、横アーチが低くなった足を開張足と呼んでいます。

アーチの構造の維持の為には、ご自身の足のサイズをしっかりと計測して靴のサイズを知り靴選びをする事。それでもトラブルの改善が見られなければ、各種用途に合ったインソールを使用する事をお勧め致します。それでも改善されない時は、オーダーメイドのインソールを作成してトラブル改善に努めましょう。

足のトラブルを放っておくと姿勢不良や腰痛、肩こりなどの原因のなることが報告されています。インソールに頼りたくない方は、足指ジャンケンやタオルギャザーなどのトレーニングを行って足機能向上に努めましょう！



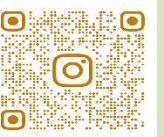
全国冷え症研究所

沖縄分室

(株) スタート・ライン
心と身体 の機能回復センター
〒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-oki.jp>



©BODYCARE.KATSUMI



©DEI_ITUPO

ボディケアセンターKATSUMIではインソールの作成も行っています。
足が気になる方は、是非お問合せ・ご来店ください。



4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
2024年 4月 30日
FAX 098-939-6087

1. 4月の第三日曜日は「もずくの日」です。次のうちもずくはどれ？
イ、)  ロ、)  ハ、) 

住所

氏名

電話

2. 沖縄行事の清明祭(シーミー)とはどこで行われる行事でしょうか？
イ、) 畑 ロ、) 墓 ハ、) 海

3. 知らんぷりして食べるパンはどんなパン？
イ、) あんぱん ロ、) 揚げパン ハ、) 蒸しパン

4. ほとんどのガスコンロに内蔵されている乾電池の種類は次のうちどれ？
イ、) 単一電池 ロ、) 単二電池 ハ、) 単三電池

ご応募
お待ちしております♪



キ リ ト リ

クイズ当選者発表

沖縄市 泉川 様
沖縄市 仲原 様
沖縄市 島村 様
沖縄市 島袋 様

沖縄市 宜志 様
沖縄市 島袋 様
北谷町 宮城 様

うるま市 吉田 様
うるま市 おしゃべり処うさぎ 様
名護市 宮城様

解答(ロ、恵方巻 イ、4年 イ、だんご ハ、きつね)

あなたの町の

私たちのお客様

どうぞご愛顧ください！

ペロリ食堂

沖縄市松本5-15-1

営業時間

10:00～売切終了

定休日 日曜日

現在は店頭でお弁当の販売をしております。
栄養たっぷりの食事をぜひお召し上がり下さい
ご来店をお待ちしております！



3/25に食堂もオープンします



パン・焼き菓子工房

まるデリ



沖縄市宮里1-11-5(1F)

営業日 火・金・日

12:00～18:30(売切れまで)

焼き菓子やパンなど皆様にまあいい気持ちになって
頂けるようなデリシャスな
お届けします。

お問合せはインスタのDM又は
公式LINEメッセージで承ります。



MARUDELLOKI

ちよつとね(知花店)

沖縄市知花6-4-10

湧川アパート1F

営業時間

2:00～完売終了

定休日

日曜日・第1月曜日

種類豊富なお弁当の他、
タコライスなどもあります。
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しプレゼント！**

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・定休日など内容が変更になる
場合がございます。ご了承下さい。