

炎の花束

Gas One

暮らしとエネルギーの情報誌

2021 SPRING

No. 85

スマイル百選

「宇都宮には頑張っているお店がたくさんある。
今後はさらに飛躍した宇都宮ジャズが聴けるはず」

ジャズミュージシャン

佐々木順さん 櫻井智則さん 田島和俊さん





●ガスワン
話題のお客さま



ジャズミュージシャン
佐々木順さん 櫻井智則さん
田島和俊さん

「宇都宮には頑張っているお店が
たくさんある。今後はさらに飛躍した
宇都宮ジャズが聴けるはず」

栃木県宇都宮市といえば「餃子の街」として有名ですが、ほかにもさまざまな魅力がいっぱいです。なかでも市と市民が一体となって取り組んでいるのがジャズを活用した街づくり。あるジャズスポットに集った3人のミュージシャンを紹介しま

ジャズの音色が響く
栃木県宇都宮市

宇都宮市の魅力は餃子だけではありません。優秀なパーテナーを産み出すカクテルの街、スター選手が参加するサイクルロードレースの開催地、そして江戸時代から採掘される大谷石の産地としても知られています。

さらに、アルトサクソ奏者の渡辺貞夫氏やギターリストの高内春彦氏などを輩出したジャズの街としても注目されています。近年では、ジャズを中心とした音楽の街づくりも進行中。ライブハウスやバーのみならず、宇都宮駅構内や市街地の広場など

で年間を通して数多くのイベントが催されているのです。今回お話をうかがったのはジャズミュージシャンの佐々木順さん(33歳、ボーカル)、櫻井智則さん(30歳、サクソス・ピアノ)、田島和俊さん(42歳、ドラム)です。取材当日はすてきな演奏も聴かせてくださいました。

「3人でやるのは久しぶりです」(佐々木さん)

佐々木さんと櫻井さんはボーカルとピアノのユニット「Sense of Fun」(センスオブファン)としてアルバムを発表しています。

田島さんと櫻井さんも、これまで何度も組んできた演奏仲間です。



この日のセッションはカルテット。ベースはサイサン北関東支店開発課の印南慎平です。

みなさまのお近くでさまざまなホームエネルギーをお届けするブランド「ガスワン」。「スマイル百選」では、ユニークな活動をしているお客さまの笑顔の魅力を紹介します。

CONTENTS

- スマイル百選
佐々木順さん、櫻井智則さん、
田島和俊さん2
- 季節のおすすめクッキング
そら豆とえびのかき揚げ7
- 今月のズームアップ
特集／コンロを使うときは
うっかりミスにご注意を8
- クロスアップ！ 快適リフォーム
機能が充実したトイレと洗面化粧台
好みの色で統一感をもたせる 10
- いきいき健康プラザ
睡眠時無呼吸症候群について12
- ガスワンからのおしらせ13
- おたよりかわら版／クロスワード14

「花材クルクラマ」
トルコキキョウ・バラ・かすみ草



●表紙のことは テーマ「心躍る春」
トルコキキョウの花びらがユラユラ揺れるフリルのようで、踊り出したい気持ちになります(^_^) 笑顔あふれる春になりますように。
岡 りえ子 (サイサン華道部ぼっぼ)

「遊び心」を演奏で見せる

櫻井さんは4歳からエレクトーン※を、田島さんはお兄さんの影響でドラムを始めました。それぞれ音楽の専門学校へ進学し、本格的にプロの道へ。一方、佐々木さんはちょっと異色のプロフィルの持ち主。会社員生活を経て、25歳でジャズボーカリストとしてデビューしました。「同僚にジャズピアノをやっている人がいて、誘われてセッションしたら楽しくて。人生一度きりだ！とウエイトを音楽に移しました」（佐々木さん）

「仕事を辞めて歌でやっていこうなんて、なかなかできることじゃないですよ」（櫻井さん）

コロナ禍でも続けた自分なりの音楽活動

2020年は、コロナ感染対策として全国でイベントの開催が見送られました。3人のライブ活動も次々と中止になってしまいました。

しかし、自粛期間中、櫻井さんと田島さんは自身の音楽教室で生徒さんのレッスンを続けていました。自粛が明けて声がかかれば、演奏活動に出かけました。



「一緒にやると、(センスが)合う人はすぐにわかります。この人は上手いな、楽しいなって」(櫻井さん)

さまざまな出会いで育まれたキャリア

櫻井さんはサックス奏者でもあります。13歳でサックスを始め、宇都宮ジュニアジャズオーケストラに入団。専門学校卒業後は、社会人ビッグバンドで大物ミュージシャンとの共演を果たしたり、ニューヨークで本場のジャムセッションに加わるなど国内外で活動してきました。

佐々木さんが音楽を始めてすぐに出会ったのが櫻井さんです。意気投合してCDを出そうという話になり、「遊び心」を意味する“Sense of Fun”（センスオブファン）をユニット名にしました。「遊び心を演奏で表現できたらいいな」と思っって提案したんです」（櫻井さん）

櫻井さんが、俺のレギュラードラママーと呼ぶ田島さんは、ポップスやロック、アイドルのバックバンドなどあらゆるジャンルでプレイしていましたが、あるときジャズに目覚めました。

「26歳のときに出会ったドラマーがすばらしかったんです。ジャズマンで、自分もその人に近づきたいと思った。当時はジャズの知識があまりなくて、ほとんどゼロからのスタートでした」（田島さん）

その後、田島さんはニューヨークに長期滞在し、数多くのジャズミュージシャンとの演奏経験を積んで帰国しました。✕



「あまり仕事したことがない方から『大丈夫か?』と連絡がきて、櫻井さんとゴルフ場で屋外演奏しましたね」（田島さん）

また、後輩の指導にも力を入れていきます。

「先日は東京から超一流のベーシストを呼んで、10代のプロ志望の子たちと8時間の練習会をしました」（櫻井さん）

それぞれが自分のスキルやオリジナリティを磨き、進化を続けた1年だったようです。

「自分の音楽についていろいろなことを見直せたと思います。その中で得たものを音楽配信なども活用してみなさんにもっと聴いて



「ニューヨークでは毎日がニューヨークの連続。10%も消化しきれないです」



終始、笑顔の3人。家族や趣味の話でも盛り上がりませす。



「宇都宮には頑張っているお店がたくさんあります。今後はさらに飛躍した宇都宮ジャズが聴けるはず」（佐々木さん）

もらいたいです」（佐々木さん）

強い味方はもちろんご家族です。3人の奥さまは皆、音楽経験者で、理解あるパートナーとしてご主人を支えています。特に櫻井さんは、お子さんと一緒にいられる時間が増えたのがとてもよかったです。田島さんもうすぐ誕生するお子さんを楽しみにしています。



そら豆の緑と、
えびの赤。彩りよく
春を感じる1品です。

撮影：大井一範 料理：ベターホームのお料理教室

そら豆とえびのかき揚げ

調理時間：30分 1人あたり：269kcal

材料(4人分)

- ★そら豆(さやつぎ)……………700g(正味140g)
- ★えび……………12尾(約170g)
酒……………大さじ1
- ★みつば……………50g
- ★天ぷら粉……………大さじ1
- ★衣
水……………カップ1/2
天ぷら粉……………70g
- ★揚げ油……………適量
- ★天つゆ……………適量

作り方

- 1 そら豆は、さやから豆をとり出し、3～4分ゆでます。皮をむきます。みつばは、根元を切り落とし、3cmの長さに切ります。
- 2 えびは殻をむいて、背わたをとり、ぶつ切りにします。酒をふります。
- 3 ①②をボールに合わせ、天ぷら粉大さじ1をざっと混ぜます。
- 4 衣の水と天ぷら粉70gを混ぜ合わせ、③に加えます。
- 5 揚げ油を中温(160～170℃)に温めます。ボールの具を大きめのスプーンですくい、フライ返しなどの上に乗せて形づくりながら油に入れます。からりとするまで、2～3分揚げます。8個作ります。

※ホームページ(<http://www.saisan.net>)には「ヨーグルトかんでん」のレシピも掲載されています。



スマイル百選

本格的な活動再開に向けて、3人はどのようなことに取り組んでいるのでしょうか。
「「かっこいいな」と思う曲を演奏するために新しく楽譜をつくりたい。ライブでアウトプットするために、今は勉強して自分の中にインプットしていく時期だと思います」(櫻井さん)
「ニューヨークで得たものを一つずつ消化しているところだと思います。理想に向かって、あれもこれも練習しないと」(田島さん)
「ジャズスタンダードの強化はもちろんですが、ポップスのオリジナル曲も作っているのでも披露したいと思っています」

2020年の経験を形にしていこう準備

(佐々木さん)

前を向いて動き続ける3人。プロに必要なのは「覚悟」であり、「音楽のことを四六時中考えていられるか」「これしかない」と思えるか」だとも話してくれました。

コロナ禍が明けた将来奏でられる3人の音楽は、より充実した響きになるはずですよ。

左から、
佐々木順(ささきじゆん)
櫻井智則(さくらいともり)
田島和俊(たじまかずとし)



3人の演奏はYouTubeで配信されています。宇都宮ジャズ協会主催 生配信ライブVol.3 第2部



Sense of Fun オリジナルCDを 5名さまにプレゼント!

アンケートはがきでご応募ください。
当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。



取材場所

CORAL LOUNGE
LIMOUSINE

宇都宮市馬場通り3-1-21
馬上ビルB1F

13お店の詳細は
ページを
ご覧ください

特集／コンロを使うときはうっかりミスにご注意を

コンロ火災は不注意から起こる

ガスコンロの危ない使い方とは

Siセンサーコンロに取り替える

2019年中の全火災の原因のうち、ガスコンロはたばこ、たき火に次いで多く、件数は2918件のぼりです（消防庁発表）。件数自体は減少傾向にありますが、住宅火災では数多く発生しています。

コンロ火災の要因は、ほとんどがちょっとした不注意です。東京都の調査によると、4人中3人が「危ない使い方を経験したことがある」と回答しています。

危ない使い方をした人のうち54%が火をつけたまま、「大丈夫だろう」とその場を離れています。

また、コンロの近くの可燃物に火がついてしまった経験のある人も少なくありません。コンロの周りに物を置く場合は、15cm以上・離すようにしましょう（*消防関係法令で定められた離隔距離です）。

さらに、衣服への着火にもご注意ください。強火でガスを使用しているときは、炎が見えなくても鍋の上部で繊維に火がつくことがあります。防災加工されたアームカバーやエプロン等を使用すると燃え広がりを防ぐことができます。

2008年の販売開始以来、すでに60%の住宅に普及しているSiセンサーコンロには、過熱防止機能や消し忘れ防止機能など、充実した安全機能が搭載されています。過熱し過ぎるとセンサーが温度を感知してガスを自動消火するので、天ぷら火災などの防止に一役かっています。

うっかりミスを防ぐSiセンサーコンロなら、より安心してコンロをお使いいただけますので、次のお買い替えの時にはぜひご検討を。

Si 全口センサー搭載 センサーコンロ



STOP! 火災

ガスコンロが原因の火災は年間2470件発生

そのほとんどが「調理中のうっかりミス!」

わが家の火災リスクチェックリスト

- 1** 調理中にその場を離れたしまったことがある

調理中は決してその場を離れない! 離れるときは火を消して。
- 2** コンロの近くに燃えやすい物が置いてある

コンロの周りに燃えやすいものを置かないこと。
- 3** 火をつけたまま、コンロ奥のものをとろうとした

コンロの上や奥のものをとるときは火を消して。防災エプロンなど使用すればなお安全。
- 4** グリル庫内に汚れがたまっている

グリルは定期的にお掃除を。

グリル掃除の方法は動画でチェック!!

一般社団法人日本ガス石油機器工業会チラシより

24時間365日安心サービス
ガスワンサービスセンター

ヨイサイサン

0120-41-3130

番号をお確かめのうえ、お掛け間違いのないようご注意ください。

2階の洗面化粧台の扉色は、壁と相性がよいオープンミットグリーン。鏡は三面鏡として使える



1階のトイレ。TOTOの洗面化粧台「オクターブ」と、トイレ「ネオレスト」を明るいピンクで統一



TOTO「ネオレスト」は、掃除しやすいフチなし形状。便座は近づくともふたが開き、大小を判断して自動洗浄する

茨城県行方市/A邸
建物概要 / 戸建て・築16年
工期 / 2日間
施工 / **リフォーム・ワン** (サイサン リフォーム課)



紙巻に棚をつけると、立ち座りするときのサポートになる。小物置きとしても便利

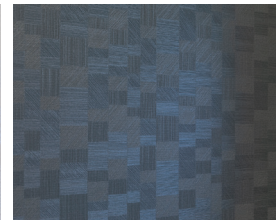
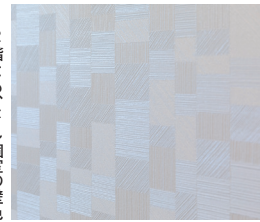
「トイレは自動でフタが開くので楽ですね。洗面の水栓も自動で便利です。壁の色を変えるのはよいアドバイスだったと思います」

お客様の声

う提案しました。使いやすくメリハリのある空間になったと思います。(担当:リフォーム・ワン島崎)

機能が充実した トイレと洗面化粧台 好みの色で統一感をもたせる

1・2階ともトイレ個室の壁色は、立体感がある材質でホワイトとグリーンの2色つかい。落ち着いた雰囲気を出している



施工のポイントは…

トイレと洗面化粧台は、1・2階とも、お客様のご希望によりTOTOのハイグレードタイプと同じ製品を色違いで設置しました。壁のクロスは1面だけ色を変え、張り替えました。

今回のリフォームは…

70代のご夫婦がお住まいの3階建てのお宅です。1階と2階にトイレがあり、1階の水の出が悪くなり、2階も一時流れなくなりました、とご相談をいただきました。それぞれのトイレ、それに併設された洗面化粧台を交換し、壁のクロス、床のクッションフロアを張り替えました。

Gas One



家事代行のベアーズ

Bears

玉木 宏 主演
日本テレビ系ドラマ
「極主夫道」
の家事を
ベアーズが監修!



サイサンでは、ガス・水・電気を
ご契約のお客さまに、新サービ
スとして家事代行とハウスクリ
ーニングを開始しました。
「最新家電を買ったけれど、まだ
まだ家事の時間が足りない」「た
まにはプロの手を借りてのんび
りしたい」と感じる方に、安心・
安全で快適なサービスをお届け
します。ぜひお試しください。

詳細はこちら



サイサンの家事代行と ハウスクリーニングサービス

いきいき

健康プラザ

睡眠時無呼吸症候群 について



日本のSAS患者さんは約200万人以上いると推測されており、頻度の高い病気で、顎が小さい、喉

が狭い、鼻の骨が曲がっているなどの構造の問題や肥満が原因となることがあります。そのような構造上の問題があるうえに、睡眠中に舌

運動中や会議中、強い眠気におそれたり、家族にいびきを指摘されたり、しっかりと寝ても朝の寝覚めが悪いといった症状に悩まされていませんか？もしかすると睡眠時無呼吸症候群（SAS）かもしれません。

SASには閉塞性睡眠時無呼吸と中枢性睡眠時無呼吸がありますが、ここでは主に閉塞性睡眠時無呼吸について解説したいと思います。

の筋肉が緩んで喉に落ち込み、空気の通り道を塞ぐことで空気の流れが停止し、無呼吸となります。そのため睡眠中に全身が低酸素状態となり、動脈硬化が進むなど、多くの臓器に負担を与えます。

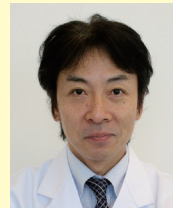
SASが疑われた場合は、終夜睡眠ポリグラフ検査を行い診断します。まずは簡易的に自宅で行う検査を行います。いくつかのセンサーを指示通りに装着して眠るだけです。簡易検査だけでも重症の場合は確定診断がつきますが、そうではない場合はさらに詳細な検査をするために1泊入院して検査を行います。

その検査で1時間当たりに20回以上呼吸が弱くなったり止まったりする患者さんは治療対象となります。肥満がある場合は減量も重要ですが、主な治療法として経鼻的持続陽圧呼吸（CPAP）と呼ばれる機械を睡

眠中に装着します。マスクを着け、气道に圧力をかけて広げることによって空気の出入りを良くします。

日中の眠気の減少や睡眠の質の改善効果があり、患者さんの中にはこれがないと眠れないという人もいます。さらにCPAPを使用することにより心血管疾患を減らすことができるというデータもあります。

人生の約1/3は睡眠時間です。眠気が強い、疲れが取れないような方は一度、医療機関を受診して、ご自身の睡眠の質を見直してみたいかがでしょうか。



千葉県柏市
柏たなか病院
副院長
呼吸器内科
伊藤 昌之



CORAL LOUNGE LIMOUSINE

今月号の
スマイル百選の
取材にご協力
いただきました



ジャズを聴きながら至福の時を

ジャズのまち、宇都宮。
リムジンは、海底の宮殿をイメージした非日常的な空間で、水槽でゆったりと泳ぐ熱帯魚を観ながら、ジャズと、マスター自慢のカクテルを楽しむお店です。夜だけでなく、昼ジャムのある日曜日にも営業しています。

(スケジュールは公式サイトに随時更新)

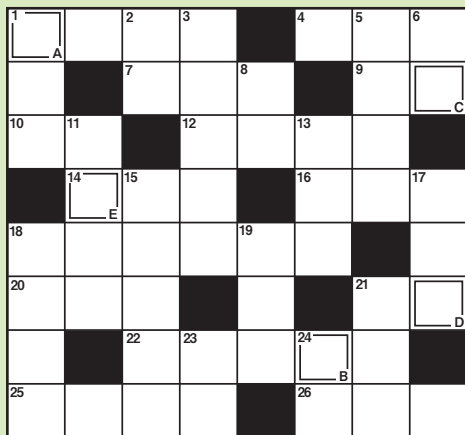
コーラル・ラウンジ **リムジン**
宇都宮市馬場通り
3-1-21 馬上海ビルB1F
TEL:028-636-8695



感染防止対策について

店内の換気、消毒、アルコール、アクリル仕切板の設置、フィジカルディスタンスの確保に加え、入店時には、お客さまにマスクの着用、検温、連絡先記入、座席指定のお願いもしています。

テイクアウトのドリンクカップがそのまま入る
ステンレスサーモタンブラー
 正解者の中から抽選で
5名さまにプレゼント!
 (480ml)
 ★締め切りは2021年5月末日。当日の消印有効です。



パズル/
マジックスタジオ

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

タテヨコのキーを解いて、□の中の文字をアルファベット順に並べるとある言葉になります。同封のアンケートはがきにこの「キーワード」をご記入のうえ応募ください。

「春の花」を解いて 応募しよう!

タテのヒント

- 春、桜、お弁当といえば?
- この下を借りて宿宿り
- 女の子の成長を祝う桃の節句
- 手品のこと
- 卵の黄色い部分
- ホテルに着いてチェック〇〇
- 私たちが住むこの星
- チケッ
- 誕生日を英語で言うと?
- 澄んだきれいな水
- 黒板に字や絵をかく白墨のこと
- 奈良公園の鹿は神様の〇〇〇といわれる
- 背広の上下
- 網状に編んだ半円形のキッチンアイテム
- 春の次にめぐってくる季節

ヨコのヒント

- 5月の第2日曜日、カーネーションを贈ります
- 端午の節句に、ちなんだ和菓子
- 飛行機の中でいただく「〇〇〇食」
- ⇄派手
- スピルバーグ監督の大ヒット映画「〇〇との遭遇」
- 心ゆくまで楽しむこと。桜で春を〇〇〇〇
- 風変わりで、人の意表をつく〇〇〇な服装
- スギナの子
- 春の訪れを告げるオランダの国花
- 目に見える物事のありさま
- 英語では「ベル」
- 洋服の形や色を考えるファッション〇〇〇〇〇
- 泳ぎ方のひとつ。現在最も速く泳げる泳法
- 「躑躅」と書く春の花

炎の花束 第85号 編集・発行/株式会社サイサン「炎の花束」編集部
 2021年3月20日発行 編集責任者/川崎春夫 制作協力/NORA.Com.CO.LTD
 〒330-0854 埼玉県さいたま市大宮区桜木町1丁目11番地5
 ホームページ <http://www.saisan.net>

函館旅行のいけすの思い出
 茨城県猿島郡 熱海さん
 スマイル百選を読んで、函館の朝市に、いけすで釣ったイカを刺身やイカソーメンに料理してくれるところがあつたことを思い出しました。そのおもしろいこと。
 岩槻の斉藤さんのお店にもぜひ行ってみたいですよ。



創業75周年おめでとう
 埼玉県加須市 加藤さん
 創業75周年を迎えるサイサン、おめでとうございます。長い長い道程を大勢の方々の支えにより歩んでこられたんですね。これからは100周年に向かって前進されることを祈念いたします。



ハイブリッド給湯器でガスのパワーを実感
 静岡県富士市 諸田さん
 新築を機に、ガスと電気のハイブリッド型の給湯システムにして、床暖房の設備を入れました。床暖房はとっても快適です。お風呂のお湯もすぐに温まり、お料理でもガスのパワーは1Hに勝ると実感しております。

わが家自慢のペットです!

前号の答え

シユンノアジ (旬の味)



千葉県船橋市の小出さん
 散歩の帰りのコナツです。ちょっと疲れたのか、「へえ、へえ」しているので口角が上がってます。目は? 逆光だったかも(笑)。

お客様からの情報、本誌へのご意見感想をお寄せください

お送りいただいたお名前や住所などの個人情報につきましては、おたよりかわら版での掲載、プレゼントお届け以外の目的で使用することはありません。宛先 honohana@saisan.co.jp または、折り込みのハガキをお願いします。
 ※お電話による受付はしていません。

プレゼント当選者の発表はお届けをもってかえさせていただきます。

※かわいいペット、ちょっと変わったペットなど、自慢のペットの情報大募集。紙焼きの写真または、400kb以上のjpg画像を添付のうえ、お名前(ペンネーム可)、お住まい、コメントを添えてお送りください。
 メール宛先
 「炎の花束自慢のペット」
honohana@saisan.co.jp

備えて安心!「まだ」のみなさまもぜひこの機会に!!

月額(税抜)
500円

値下げ
しました

↓
350円

サイサン駆けつけサービス

全国約120施設を会員価格で使える優待サービスを合わせたサイサンドブルサービスも月額800円から700円に改訂しました。

こんな時に「サイサン駆けつけサービス」は便利です。

生活のトラブルに24時間365日対応します!!

お電話1本で深夜でも早朝でも

修理のプロが何度でも出動します。



水まわりの トラブル

会員特典

無料※



- 洗面台やトイレの水が流れない!
- ウォシュレットから水が漏れる!
- 悪臭がする!
- キッチン排水が詰まった!

鍵の トラブル

会員特典

無料※



- 鍵を無くして家に入れない!
- 鍵が壊れた!
- 鍵穴にいたずらをされて施錠できない!

窓ガラスの トラブル

会員特典

無料※



- 物をぶつけてガラスが割れた!
- ガラスが割れて不安心なので
応急処置がしたい!

電気の トラブル

会員特典

無料※



- 落雷でブレーカーが落ちた!
- 照明がつかない!
- スイッチの具合がおかしい!

※但し、無料のサービスは30分以内の部品交換を伴わない簡単な作業が対象です。
お問合せの際に状況確認をし、有料になる可能性がある場合には事前にお伝えします。

お電話でのお申込みはこちら 受付時間/24時間365日

ガスワンサービスセンター ☎0120-41-3130

ウェブ申込はこちらから

<http://www.saisan.net/support-service/index.html>



Gas One

株式会社サイサン

本社/〒330-0854 埼玉県さいたま市大宮桜木町一丁目11番地5

TEL.048-641-8211(代) FAX.048-645-2325 <http://www.saisan.net/>