

ガスだより連載企画

省エネサポートガイド

〔台所編〕

今回は、生活の中で無理なくできる
台所の簡単節約術をご紹介します。



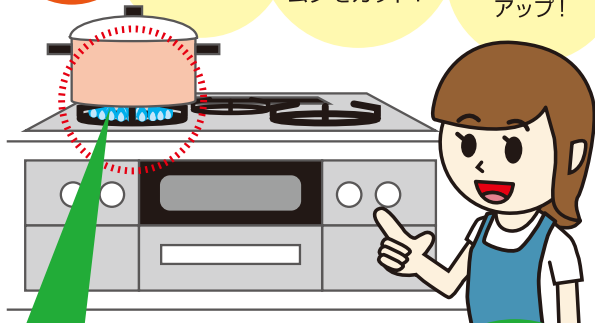
ガスをムダに
使って
いませんか？ **ガスコンロを効率よく使って
賢くおいしくエコクッキング**

調理時の
POINT

鍋や
やかんを
乗せてから
点火。

鍋底の水滴は
拭き取って
エネルギーの
ムダをカット！

平たい鍋底で
熱効率も
アップ！

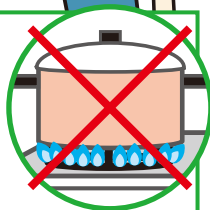


ガスコンロの炎の大きさを
鍋からはみ出さないように
調節するだけで…

年間ガス料金

約380円の削減効果

※1ℓの水(20℃程度)を沸騰させる時、強火から中火
にした場合(1日3回)
釧路ガス「一般料金」参照(原料費調整額を除く)



まだまだあります！
上手な

省エネ調理法

フタをして調理する

鍋から逃げるエネルギーのロスを抑える
ことができます。

圧力鍋で短時間に調理

高い温度で短時間に
調理することができます。

**食材を小さめに切り、
短時間で調理**

熱が早く通るので、
時間を短縮できます。

保温を上手に使って調理

鍋の余熱を上手に
活用しましょう。