

ほったか！

くらしのお役立ち情報満載！

社員の
ふんわりと



宗像営業所の内山です。12月の連休に大好きなデイズニールランドへ行ってきました！入園前から長蛇の列で心配になりましたが、いざ中に入ると、飾付けや音楽、ミッキー達の衣装もクリスマス一色になっていてとても可愛く見ているだけで幸せな気分になりました！居るだけで楽しいデイズニールランドは素晴らしいです。

グッズやお土産を見て回るのも楽しみの一つです。ついつい買いすぎてしまいます。その中で私がオススメしたいお土産は、ドナルドのクランチチョコです！35周年の期間限定で好きな缶と味を選び自由に詰め合わせができます！ちなみに私のイチ押しはストロベリーショートケーキ味です！3月までなので、行く予定がある方はぜひ寄ってみてください！



Instagram
やってます！
広報室
ID takamatsusangyokoho
ライフサポート課
ID takamatsusangyols
アカウントフォローおまちます

- ▷ 主婦のナイショ話
ネイルのおしゃれ楽しんでますか？
- ▷ 暮らしの足し算
「トライフル」流行中
- ▷ なごみひとさじ
外見を磨くと心持ちが変わる

- ▷ 健康レシピ
サワラと大根の煮付け
- ▷ 生活のメモ
家事負担0%で美味しい水をご家庭に

いやしのひととき



なごみ庵

～なごみあん～

主婦のナインョ話

ネイルのおしゃれ、楽しんでいただけますか？

10～50代の働く女性200人を対象に行った「ネイル」についてのアンケートがあります。まず、「普段、ネイルをしますか？」という質問。「たまにする」が一番多く51%、「あまりしない」32.5%、「よくする」15.5%、「まったくしない」1%と続きました。

次に、「ネイルサロン派かセルフネイル派、どちらですか？」という質問。「セルフネイル派」が圧倒的に多く、87.5%で、「ネイルサロン派」が12.5%でした。理由としては、「サロンは時間もお金もかかるから」といった金銭的な理由や時間的な理由が多く見られました。逆に、ネイルサロン派からは、「セルフネイルだとムラになってしまっから」という理由が挙がりました。

では、ネイルの色についてのアンケートを見てみましょう。10～60代の男女約1万人を対象にしたアンケートです。「一番好きなネイルのカラーは？」との質問に対して（複数回答）、女性には、ピンク系77.2%、ベージュ系

54.9%、クリア（透明）34.3%、シルバー23.2%、ゴールド22.6%と続きました。一方、男性に対して「女性のネイルで好きな色は？」との質問です。1位が女性と同じピンク系で35.8%、以下、クリア（透明）24.5%、ベージュ系11.6%、オレンジ系6.6%、ホワイト5.8%という結果になっています。

ピンクやベージュなどの清楚なイメージのネイルは男女ともに好評なようです。肌になじみやすい点も人気の理由でしょう。ただ、ときには赤や水色、ゴールドといった派手な色にトライしてみるのもおすすめ。おしゃれの楽しみが広がります。

ネイルで重要なのは、清潔感を感じさせること。はげかけたネイルだと、見る人にだらしない印象を与えてしまいます。また、ツメの手入れも大切。こまめに切りそろえ、クリームなどで栄養を補いましょう。





暮らしの足し算

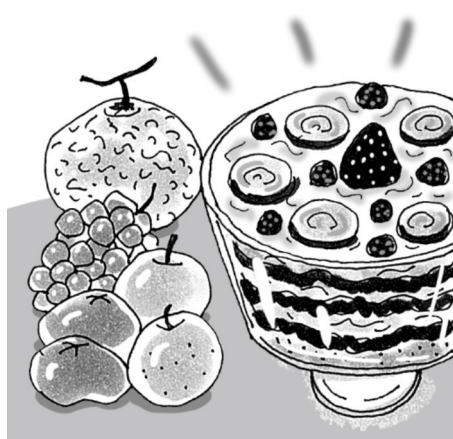
「トライフル」が流行中

おしゃれな断面がインスタ映えするとブームになっているのが、「トライフル」。

イギリス発祥のスイーツで、スポンジケーキとカスタードクリーム、くだものを器の中で層になるように重ねたものです。「トライフル」という言葉には、「ありあわせの物」や「つまらない物」という意味があり、スポンジケーキの端や余ったケーキを捨てずに活用するために考え出されました。大きめの器にたっぷり作るのがトラディショナルです。

そんなトライフルを透明なグラスに入れて断面を楽しむのが、最近のブーム。作り方は簡単で、市販のスポンジケーキ、生クリームやカスタードクリーム、お好み

みのかだもの、ジャムやソースなどを自由にグラスに重ねて入れるだ



け。ポイントはスポンジケーキを一番下にする。インスタ映え的には、くだものをグラスの外側にはわせるようにすると、きれいな断面になります。

アレンジバージョンとして、スポンジケーキの代わりに、パンケーキやカスタード、マドレーヌなどを使うのもいいでしょう。

トライフルは、作ってすぐよりも、冷蔵庫でしばらく寝かせ、クリームが落ち着いてから食べるのがおすすめです。スポンジケーキとクリーム、くだものがミックスされて、味のハーモニーを楽しめます。

なごみひとさじ

外見が若くなり、変わると、精神が若くなる。心持ちが変わる

— 内館牧子

内館牧子さんは、『ひらり』や『毛利元就』をはじめ、多くの人気ドラマを手掛けた脚本家。エッセイも多数出版しています。

内館さんは1948年生まれの70歳。60代の終わりに脚を骨折し、しばらく車イス生活だったそうです。治ってから筋肉が落ちたせいで、歩くのが億劫に。し

だいに、外出を控えるようになったとか。外出しないようになると、着るものやメイクに手をかけなくなり、体が思うように動かなくなると、いろいろなことが面倒になり、生活がだらしくなってしまう。

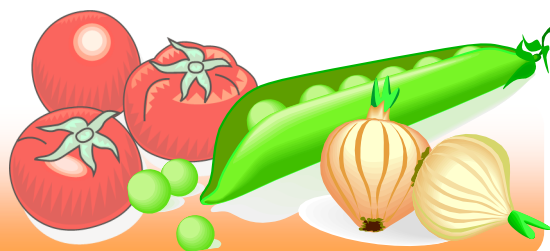
「これではダメだ」と、気持ちを切り替えた内館さん。「無理をしてもまわりに目を向け、人の目を

意識していかないといけない」と強く思ったそうです。そのためには、外見を磨くこと。高いものを着るとか、エステに行くとかではなく、自分に手をかけること。それが生きる力になると気づいたのです。

内館さんの最新小説『すぐ死ぬんだから』は、実年齢より上に見られた主人公が一念発起。外見磨きに目覚めるというストーリーです。冒頭の言葉は小説からの引用。小説には、「歳だから」とか考えないこと、自分に手をかけることなど、今を楽しむヒントが詰まっています。



元気もいもい 健康レシピ



2月の元気レシピ＜サワラと大根の煮付け＞

淡泊な味わいでクセのないサワラは、冬に脂がのっておいしくなります。サワラの脂は不飽和脂肪酸のDHAやEPAを含み、血管をやわらかくして、血液をサラサラにしてくれる働きがあります。中性脂肪を抑えたり、高血圧や動脈硬化の予防にもおすすめです。また、サワラは肌や髪、筋肉、臓器など、人の体を作るのに欠かせない良質なタンパク質をたっぷり含んでいます。健康な体、美肌を維持してくれるでしょう。

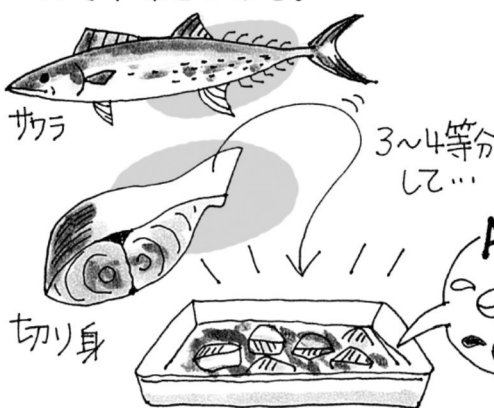
★レシピのポイント

サワラの身はとてもやわらかく、崩れやすいのが特徴。煮るときにかき混ぜたりせず、そっと扱うようにしましょう。

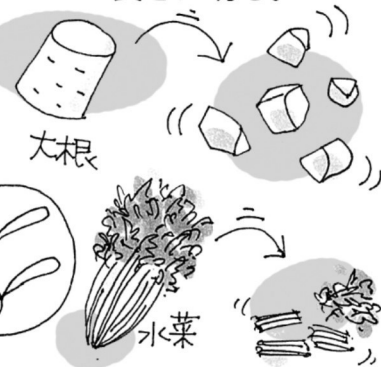
材料（2人分）

サワラ（切り身）：2切れ
大根：300g
水菜：1/4束
片栗粉：大さじ1/2
A ショウガ汁：小さじ1
しょうゆ：小さじ1/2
B 昆布（5cm角）：1枚
みりん：大さじ2
しょうゆ：大さじ1・1/2
水：1・1/2カップ
C 酒：大さじ2
水：1/2カップ

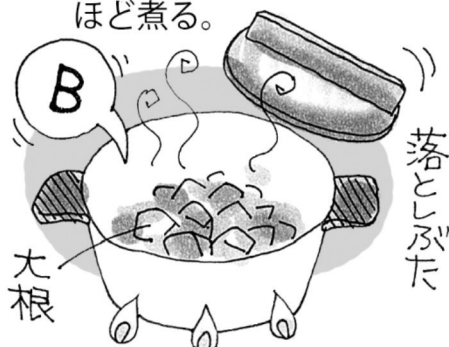
1 サワラは1切れを3～4等分し
Aで下味をつける。



2 大根は小さめの乱切りにして下ゆでし、水菜は5cm長さに切る。



3 鍋に**B**と大根を入れ、煮立ったら中火にし、落としぶたをして10分ほど煮る。



4 **C**を加えて煮立ったら、片栗粉をまぶしたサワラを並べてのせ、落としぶたをして、さらに10分ほど煮る。



5 水菜を鍋のすみに加え、火を止める。



健康意識の高いあなたへ

家事負担度0%で毎日綺麗！安全で美味しい水をご家庭に

頻繁に水を買に行くと

大変ではないですか？

自分や家族が口に入れる水は、「綺麗で美味しいもの」そんなこだわりがある方だと、普段からスーパーで水を汲んだり、ペットボトルの水を購入されている方は多いのではないのでしょうか。

家族みんなが飲んだり料理に使うと、購入した水が無くなる頻度も早く、月に何度もスーパーに行って重い水を持って帰ってこないといけない。ストックが冷蔵庫の場所をとり、食材の保管スペースが充分に取れない。ペットボトルのゴミが沢山でて捨てるのが大変。などのお悩みはありませんか？

買いに行かずに綺麗な水が使えるようになると、お子さんと過ごす時間が多くなることで、家族の笑顔が増えたり、ペットボトルゴミが減ってゴミ捨ての手間がなくなったり、冷蔵庫が広く使えて、他の食材や作り置きをたくさん保存できるよになりますよね！



負担度0%で毎日綺麗で

美味しい水をご家庭に！？

ご自宅のキッチンの蛇口をタカギの蛇口一体型浄水器に交換すると、蛇口の中の浄水カートリッジが水道水から塩素を取り除き、清潔で美味しい水に変えてくれます。また、浄水カートリッジは、雑菌の繁殖を抑え、微細なゴミは原水の流れて除去されるのでいつも清潔で安心です。

頻繁に重い水を購入しに行く負担ゼロ、冷蔵庫の保管場所ゼロ、ペットボトルゴミの量ゼロで、小さいカートリッジを期限が過ぎたら交換・捨てるだけなので、家事の負担が全くありません！

今日からあなたも負担なく清潔で綺麗な水でご家族の健康を維持しませんか？



タカギ
蛇口一体型浄水器

確かな技術力と万全のフォロー体制！

ガスだけでなく、暮らしに不可欠な水廻りのお悩みでもあしんしてご相談いただけるよう、知識だけでなく技術の向上に努めています。

実際に、北九州市の「指定給水装置工事事業者」の認定、蛇口一体型浄水器製造メーカータカギの「指定工事店」の認定を受けています。

また、専属のスタッフが担当につくので、設置後も何かあれば些細なことでも対応致します。

〈設置までの手順〉

- ①「綺麗で美味しい水を手軽に使えるようにしたい」と思った方は当社お客様センターへお電話下さい。
(お見積り無料！もちろんご相談だけでもOKです♪)
☎0120-889-294(高松産業お客様センター)
↓
- ②当社スタッフによる現場調査
↓
- ③お見積書提出
↓
- ④お見積り内容でご納得頂いたら、工事日を決定
↓
- ⑤取替工事(*2時間~3時間程度で完了)
↓
- ⑥代金のお支払*リース払い(一部条件あり)
*クレジットカード払いも可能です
↓
- ⑦ご不明な点はいつでもお客様センターまで



安全・安心・快適にガス機器をご使用いただくために ガス設備の安全点検を実施させていただきます

定期的に安全点検を行うことで事故を未然に防ぎ、お客さまの身の安全を守ります。

※お客様ご使用のガス設備によって、調査内容は異なる場合がございます。

※点検は法令に基づき実施させていただきます。



いつも安心してご使用頂くために定期点検を行い、お客様の安全をお守りすることは私たちの使命です。点検へのご理解・ご協力の程、よろしくお願いいたします。

ご連絡について

期日が近づきましたらお電話またはSMSでお知らせ。

※ご連絡がつかない方は調査員が直接訪問させて頂く場合がございます。

点検の頻度は？

法令で定められた期間内で実施しており、当社では3年に一回以上行なっています。

点検はいつ？

平日午前10時～午後5時の間でご対応をお願いしております。

※それ以外の日時をご希望の方はご相談ください。

✓ ガス設備のガス漏れ検査

敷地境界線から屋内ガス栓までのガス漏れ検査を行います。



✓ 湯沸器、ふろがまの給排気設備の調査

ご使用の湯沸器、ふろがまの給排気設備や、給排気口、換気扇などが法令に基づく基準に合っているか調査します。



✓ ガス機器の規格、燃焼状態の確認

ご使用のすべてのガス機器について、規格や型式、燃焼の状態を確認します。



※あわせて、ガスご使用上の安全注意事項を説明します。

ご存知ですか？

高松産業のお客様だけの

2つの特典！

1

Tポイント・nimocaが貯まる！使える！



毎月のガス代

ガス機器購入

リフォーム

家電・おせち購入

全てポイントが貯まります（※付与に一部条件あり）
Tポイントカードをお持ちでない方も、無料でオリジナルカード進呈！

毎日暮らしているだけで貯まるポイント！
貯まったポイントはいろんなお店で使えます♪

Webでのお申込みはこちら→



2

無料

ほったか！メッセージサービス

ガスの安全点検や、お支払いに関するご案内、また暮らしのお役立ち情報など無料でご登録の携帯番号へSMS（ショートメッセージ）で配信します。



安全点検予約の事前連絡ね♪
忘れるとこだった！

携帯番号登録はこちら→



お電話でのお申込みはこちら☞

お気軽にお問い合わせ下さい！

お客様センター

ハヤク

ツクヨ

受付時間：

平日9時～18時

（土日・祝祭日を除く）



0120-889-294

ちょっと教えて！家づくり

「ステンレス」と「人工大理石」のキッチンカウンターの特徴を教えてください。



最終的には使う人の好みになると思いますが、それぞれの短所と長所をあげてみましょう。

■ステンレス

【長所】水や熱、汚れに強く、臭いもつきにくい
ため、お手入れが簡単。比較的安価である。

【短所】長期間使用すると光沢がなくなる。鏡面仕上げは傷が目立つ。（ヘアラインやエンボス加工がいいでしょう）もらいサビがつく。実用的すぎる。

■人工大理石

【長所】風合いや質感などに高級感があり、デザイン性にすぐれている。

【短所】熱や、液体によっては変色する。（耐熱の製品もあります）重くて硬い物を落とすとわれるおそれがある。長期間経過すると変色することがある。可燃物であり燃えるおそれがある。もらいサビがつく。



はじめてでも安心

優しい先生とお話ししながら
少人数で学ぶ料理教室？？

イベント詳細は
前月号vol31 p8

Instagram

高松産業
料理教室福岡

で検索 🔍

お友達の家遊びに行く感覚で気軽に参加できる「わくわく！クッキング♪」

もっと早く参加していればよかった...と後悔しないように、次号最終ページを必ずご覧ください。

くらし安全点検コンテスト実施のご報告

当社ではお客さまに毎日安全で快適に過ごして頂きたいという想いで、くらし安全点検を行っています。ガス廻りのチェックや、凍結障害などの危険が潜む冬場でも、安全に生活して頂けるように水廻りのチェック等も行っています。

そこで、お客さまとお話しする際に、くらしの「不便・不満」を解消するための的確なアドバイスができるよう、練習の機会を設けています。

浴室が寒いので、家族が風邪を引いたりしないか心配…というお客さまへお悩み解決のアドバイスを実演。優しく、丁寧な話し方がとても安心できました！

-中間支店 渡辺担当-

数字を用いた根拠のある説明が明確でわかりやすく、相手役の質問に対する回答も丁寧でとても良かったです!最高得点で優勝!おめでとうございました。

-高松ガス 富田担当-

施工技術に自信ありの
水足担当の説明は堂々
としていて安心できると
審査員からも好評でした！

-福岡営業所 水足担当-



写真を取り損ねてしまったんですが…

入社2年目の小家担当
(高松営業所)も参加
しました。

入社したばかりの頃とは全然違い、知識も豊富で頼れる立派なスタッフになっていてとても頼もしかったです!



運當担当
古木



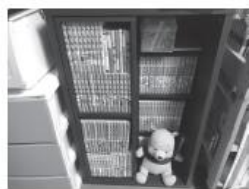
編集
後記

しょうか？

みなさんこんにちは。ニコミ誌「ほったか！」発行編集担当の尾崎です。春一番が吹き、ようやく寒さが和らいで参りましたが、みなさんいかがお過ごしで

先日、実家に置いていた本棚を、父に手伝わ
てもらって一人暮らしの家に移動させました。
運ぶ時に父が棚の上部を持ってしまい、板が外
れて壊してしまつたところ、母から怒られ、肅々
と修理をしておりました（笑）。

その姿をみて、私が大学生の時に両親に引越しを手伝ってもらった時の事件を思い出しました。学生時代は少しでも費用を抑えられるようにと、父・母・弟総出で引越しを手伝ってくれたんですが、引越しが始まって早々、父が2階から冷



蔵庫を運び出す際に、階段で足を滑らせ、右手が冷蔵庫の下敷きにし、出血が止まらなかったのに、病院に連れて行くと、針縫う程のまあまあの怪我をしていました。父はそこで戦力外となり、結局私の友達にも手伝わって

らつて三日かけて引越し作業を終えました。その時も、父は母に注意散漫だと怒られ、機嫌の悪い母に気を遣いながら黙々と引越し作業をしたのが今では懐かしい思い出です（笑）。みなさんも引越しや模様替えの際は怪我にはくれぐれもお気をつけ下さい。

立春とは申しますが、風邪など引かれませんようご自愛ください。



ガス機器修理・販売／リフォーム／オール電化／太陽光発電／家電販売からハウスクリーニングまで「おうち」に関わる事なら何でもご相談ください！

高松産業株式会社ホームライフ事業部 ほったか編集部

〒807-0833 北九州市八幡西区南鷹見町 15-20

✉ info@hottaka.jp

 **0120-889-294**