



HOTな「たかまつ」！ ほっとする「たかまつ」！ ホットライン「たかまつ」！



2025年
3月号

SPRING

vol. 105

ほったか!

くらしのお役立ち情報満載！



社員のひとりごと



こんにちは、充填配送課の石内です。

少しずつ暖かくなって参りましたが、お元気にお過ごしでしょうか。



先月の寒波は大変でしたね。水巻周辺での積雪はあまり経験した事なかったのですが、

あっという間に辺り一面雪景色になり、配送スタッフがボンベの交換作業に出られず焦りました。

私はちょうどその時間帯に電車で小倉に向かう途中でしたが、大雪のため黒崎駅で運行見合わせになり焦りました。結局、約1時間遅れで小倉に到着しました。何とか講習会にはギリギリ間に合って良かったです。豪雪地帯で生活されていらっしゃる方々は大変だろうなと思いました。

早く春が来ないかと待ち遠しく思います。寒暖定まらぬ時期ですので、感染症や風邪などに注意して、美味しいものをいっぱい食べて元気に過ごしていきましょう。

▶主婦のナイショ話

においに敏感ですか？

▶暮らしの足し算

「イライラ対策」

▶なごみひとさじ

幸せの本質は感謝である

▶健康レシピ

春キャベツとハムチーズのホットサンド

▶生活のメモ

場所をとらない蛇口一体型浄水器

▶その他

他工事事故防止について
レンタルファンヒーターについて

LINE 公式アカウント

お友だち募集中！

「ほったか!」WEB版・暮らしに
役立つ情報など、好評配信中!



WEB アンケート: ご意見・ご感想など、お待ちしております(※ご回答頂いた方に、Vポイントプレゼント)



高松産業
グループ

なごみ庵

～なごみあん～



主婦のナインシヨ話

においに敏感ですか?どんなにおいが気になりますか?

20歳以上の男女614人を対象に行った、「におい」についてのアンケートがあります。まず、「においに敏感なほうですか?」という質問から。一番多かったのが「そう思う」で

51・8%、そのあとは、「とてもそう思う」29・5%、「どちらでもない」13・5%、「そう思

わない」4・7%、「まったくそう思わない」0・5%という結果になっています。

「とてもそう思う」と「そう思う」を合計すると、80%以上の人がにおいに敏感なことがわかります。

次に、「人工的な香りをかいて、体調不良を起こしたことはありませんか?」という質問です。「ある」が43・8%、「ない」56・2%となりました。具体的には頭痛やめまい、吐き気などがよくある不調のようです。

「掃除や洗い物のあと、洗剤のにおいが気になりますか?」という質問も見てみましょう。「気になることもある」が53・9%と一番多く、「あまり気にならない」25・7%、「とても気になる」14・

8%、「まったく気にならない」5・5%という結果でした。実際、最近では、「無香料」と明記された食器用洗剤や住宅用洗剤が増えています。

ただ、トイレクリーナーについては、現在でもミントの香りやバラの香りなど、香りつきのものが多いようです。そこで、質問です。「無香性のトイレクリーナーを使ってみたいですか?」と尋ねてみると? 「そう思う」39・4%、「とてもそう思う」30・8%と、70%以上の人が使ってみたいと考えていることがわかりました。

理由としては、「トイレの掃除中、洗剤のにおいでつらいと感じることがある」「トイレ掃除のあと、料理をするとき、手についたにおいが気になる」などの意見がありました。「トイレには芳香剤」というのはすでに昔の話。香りでにおいを消すのではなく、きちんと掃除をしてにおいを発しないトイレが望ましいということでしょう。



「イライラ対策」

暮らしの足し算

わけもなくイライラしたり、憂うつになったりと、メンタルの不調を感じたことはありませんか？ とくに更年期には女性ホルモンのエストロゲンが減少し、「幸せホルモン」と呼ばれるセロトニンが不足して、マイナスの気持ちを抱えやすくなります。「イライラしたらこう

してリラックスさせる」など、簡単にできる対処法を持っておくことが大切です。いくつか紹介しましょう。

まず、神経を鎮めるツボを押しましょう。足の甲の親指と人差し指の骨の間を、手前に向かって指3本分くらいたどったところを、親指でゆっくり押してみます。左右5回ずつを目安に行うことで、気持ちが落ち着いてきます。

また、胸を開いて目線を上にし、伸びをしながら深



呼吸するだけでも効果があります。

気持ちが前向きになるでしょう。逆に、落ち込んで背中が丸まった状態だと空気を体内にとり込みにくくなり、呼吸が浅くなります。結果、ますます不安感が襲ってくるのです。

ほかに、散歩をしてリフレッシュする、イランイランの香りで緊張をほぐす、できるだけ好きなことをして時間を過ごす、映画やドラマなどで思い切り涙を流す、GABAを豊富に含むトマトを食べる、ティーンがたっぷり入った抹茶ドリンクを飲むなども有効です。試してみてください。

幸せの本質は感謝である

— 鈴木秀子

シスターの鈴木秀子さんは、1932年生まれの92歳。聖心女子大学の教授を長く務めました。著作家としても知られ、『9つの性格』など、ベストセラーが多数あります。

鈴木さんが住んでいるのは聖心女子大学のキャンパス内にある寮。在学中から住みはじめ、70年以上も暮らしているのだとか。「ここでの暮らしに飽きることはない」と、鈴木さん。庭に咲く花、鳥たちの声などに触れると満ち足りた気持ちになります。共同トイレの掃除などは業者に依頼するそうですが、90代を過ぎても身の回りのことは基本的にすべて自分でこなしています。

なごみひとさじ

鈴木さんは望みに執着するエゴを手放すことを

すすめています。そのために大切なのは、幸せの本質について考えること。「お金持ちになりたい」「有名企業に就職したい」など、望みはさまざまですが、人が望むことの多くはかりそめの幸せだと、鈴木さんはいいます。その証拠に、望みが叶っても、もっともっとと欲望が尽きることはありません。



手に入れたくないもの、持っていないものに目を向けるのではなく、今あるものに注目してみる。だれかとくらべるのではなく、自分自身を見つめる。そして、感謝する。幸せの本質は感謝なのだ、鈴木さんはいいます。

元気もいもい 健康レシピ



3月の元気レシピ＜春キャベツとハムチーズのホットサンド＞

キャベツはストレスへの抵抗力を高めるビタミンCが豊富に含まれています。ビタミンCはほかに、免疫力のアップ、美肌やアンチエイジングの効果が期待できます。食物繊維が豊富なのも魅力で、腸活にぴったりの野菜。食物繊維はほかに、食後の血糖値の上昇をゆるやかにする、コレステロールや血圧を下げるなどの働きがあります。低カロリーなため、ダイエットにひと役買ってくれる点も優秀でしょう。さらに、キャベツ独特の成分、ビタミンUには整腸作用があります。

★レシピのポイント

やわらかい春キャベツをたっぷり使った、朝食や昼食にぴったりのメニューです。

材料（1人分）

食パン（8枚切り） 2枚
春キャベツ 30g
スライスチーズ 2枚
ハム 2枚
トマトケチャップ 大さじ4
バター 10g

1 キャベツはせん切りにし、食パンは2枚とも片面にそれぞれケチャップを塗る。



2 食パン1枚のケチャップを塗った面にスライスチーズ1枚をのせ、ハム2枚、キャベツ、スライスチーズ1枚を順にのせる。



3 さらにもう1枚の食パンをケチャップを塗った面を下にしてのせる。



4 フライパンを弱火にしてバターを溶かし、**3**を入れる。フライ返しなどでときどき押さえながら焼き色がつくまで3分くらい焼き、裏返して同様に焼く。



完成!!

重い水の買い出し不要！場所をとらない蛇口一体型浄水器！



飲料水にミネラルウォーター（ペットボトル）を使用している奥様。買い出しの際、持ち運びが重くて大変。



買い置きはペットボトルで冷蔵庫内のスペースが圧迫されて作り置きなどを入れる場所が少ない。



ペットボトルの月1・2回のごみ出し日をついつい忘れてしまい、なかなか捨てられず溜まってしまふペットボトルごみ……。そんなお悩みございませんか？



設置スペース不要！

タカギの蛇口一体型浄水器なら、浄水カートリッジ内蔵なので、蛇口を交換するだけで、いつでも清潔で美味しい水を使うことができます。

ペットボトルと違って、置き場所を確保する必要がなく、重い水の持ち運びもいりません。



takagi 蛇口一体型浄水器
JL306MN-9NL2

また、ペットボトルをストックする必要がないので、冷蔵庫内も広々使えます。そして、定期的にカートリッジを交換するだけなので、買い出しに行く手間もなくなります！

ごみが最小限！

蛇口一体型浄水器なら、ペットボトルごみがでなくなるので、今まで大量に捨てていたペットボトルのごみが出なくなり、捨てる手間やごみ袋代の節約にもなります！

月に数回しかない忘れがちなペットボトルのごみ出し日を覚えておかなければ……。というストレスからも解放されます。

エコとっても快適ですよ！



安心の技術とフォロー体制

弊社は「タカギ指定工事店」の認定を受けておりますので、商品説明だけでなく、水栓取替工事も安心してお任せください。また、些細なことも気になることがあればお気軽にお聞きください。

「蛇口一体型浄水器について詳しく聞いてみたい」と思われた方は、弊社お客様センター（0120-889-294）、または地区担当者まで、お気軽にご相談ください。



“賃貸でも取付できる”
蛇口直結型浄水器 miniNeo
お取り扱いいたします！！



takagi 蛇口一体型浄水器
JL306MN-9NL2

販売価格 39,600円(税込)
標準工事費 8,800円(税込)

※販売価格は仕入価格高騰により、予告なく変更になる場合がございます。

住宅工事等によるガス事故を防ぐために

自宅のリフォームや改装工事の際、ガス管やガス供給設備の位置を確認しないで作業をすると、ガス設備を誤って損傷し、お客様や作業員が巻き込まれる事故が発生する恐れがございます。

危険



お客様や作業員の安全を守るため、住宅工事を予定されている場合は必ず弊社へ“事前に”工事がある旨をご連絡いただき、ガス設備の取り扱い等、注意点をご確認ください。



工事予定がある方は、お手数ですがこちらまでお電話ください

〈高松産業グループ お客様センター〉

0120-889-294

受付時間 平日 あさ9時～よる6時

レンタルファンヒーターをご利用のみなさまへ

今シーズンもレンタルファンヒーターのご利用、誠にありがとうございました。

「重い灯油を運ぶ必要がなくなり、快適に過ごせました」等、たくさんのお喜びの声を頂きました！継続特典もございますので、ぜひ来冬のご利用をお待ちしております。

レンタル実績

約841台

※2024年度

レンタル料 550円(税込)/月

貸出期間：11月～4月末
(弊社のガスをご利用頂ける方限定)

- ◎5秒で点火（速暖）
- ◎燃料の入れ替え不要！
- ◎保管場所、メンテナンス不要！



※レンタル料は通常タイプの価格です。

●初めての方も、継続利用の方もお得！

¥0 お試しレンタル無料

はじめてご利用の方は初月レンタル料無料(*契約月無料)でご利用頂けます。

※ご満足いただけなかった場合、ご解約されても解約料は発生しません。

継続ご利用特典

2024年度レンタルご利用頂いた方は、翌年度11月～1月はレンタル料無料でご利用頂けます！(*継続利用の方もお得です)

【注意】※特典は2025年3月現在のものです。予告なく内容が変更になる場合がございます。
※レンタル端末はあくまで中古品であることをご理解・ご了承下さい。(内部まで清掃しております)
※レンタル契約は自動更新となります。解約ご希望の方は、書面での解約をお願いいたします。

※順次SMSやお電話にて「回収」のご連絡をいたしますが、大変多くのお客様にご利用頂いておりますので“回収をお急ぎの方”は、お手数ですが下記までご連絡いただけますよう、お願い申し上げます。

【今後のスケジュール(予定)】

回収連絡	4月中旬頃～
回収日	5月～6月下旬
清掃	7月～9月下旬

お問合せ
はこちら

〈高松産業グループ お客様センター〉

0120-889-294

ちょっと教えて！家づくり



建築家に頼んだほうがいい？



建築家といえばビルや個性的な家の設計をデザインするイメージがあるでしょうが、基本的には住む人のことを考えた住みやすい家づくりを大切にしています。たとえ小さな一戸建てでも、こだわりのある我が家を希望なら建築家に相談してみるのもひとつでしょう。また、変形した土地に家を建てる場合に建築家を頼る人も少なくありません。建築家の仕事は設計図を書くだけではありません。お客さんの相談役として現実化可能なプランを提案し、工事が始まれば現場との橋渡しとなって工程管理もしてくれま

施工後も何かと頼りになる存在でしょう。

もちろん費用がかかるので、その分のメリットが感じられるなら検討の余地はあると思います。

ガス料金のお支払いは

口座振替・クレジットカード払い
が便利でお得です♪

手数料無料！

お支払いの手間が省ける！

ポイントが貯まる！



※クレジットカード払い・ポイント付与サービスは
個人名義のお客様のみご利用頂けます。
(法人名義のお客様は対象外となります)

※Vポイント又はニモカポイントの付与をご希望の場合は、
別途ポイント付与登録が必要になります。

〈お支払方法変更のお申込はこちら〉

0120-889-294

受付時間 平日 あさ9時～よる6時



～横断歩道マナーアップ運動～

●おりお安心ネット通信 折尾警察署 093(691)0110

FUKUOKA
～oudanhodo manner-up～
～横断歩道マナーアップ運動推進中～

横断歩道マナーアップ運動について

ドライバーと歩行者それぞれに対し、横断歩道とその付近における交通ルール・マナーを理解・実践してもらうための啓発活動などを行い、お互いの交通安全意識を高めて、交通事故を未然に防ごうとする運動のこと。

横断歩道とその付近における注意点

ドライバーの皆さまへ

- 横断歩道に近づくときは、横断歩道の手前で停止できる速度に減速！
- 横断しようとする歩行者がいないことが明らかでない限り、横断中または横断しようとする歩行者がいるときは、手前で一時停止して、歩行者優先！

歩行者の皆さまへ

- 近くに横断歩道があるときは、少し遠回りでも、必ず横断歩道を利用！
- 横断する前に、止まって、見て、手を挙げるなどの合図を出して、車が止まるのを待って横断！
- 横断中も進まず左右の安全確認！



早めのライト点灯とハイビームの活用

夕暮れ時の早めのライト点灯と夜間のハイビーム活用で、歩行者を早く発見！

明るい服装や反射材を着用

夕暮れ時は、明るい服や反射材を着用し、自分の存在をアピール！

運転者も歩行者も交通ルール・マナーを守って「交通事故のない福岡県」を目指しましょう！

交通安全の大切さを学び、安全運転・安全歩行を心がけよう！

交通事故をなくす福岡県民運動本部
【福岡県・福岡県警察・市町村・（一財）福岡県交通安全協会ほか】

～ガスをご利用のみなさまへのお願い～



お引越し予定はございませんか？

名義変更による居住者変更や、居住人数変更の際は、必ずご連絡をお願いいたします。

(※急なガスのご利用人数の増加は、ガス切れの原因となりかねません。居住人数が増加された際は必ずご連絡ください。)

また、2月～4月は入退去が多く、ガスの閉開栓のご予約が大変混み合います。

お手数ですが、入退去の日時が決まり次第、早めのご連絡をお願いいたします。

＜高松産業グループ お客様センター＞

0120-889-294

受付時間 平日 あさ9時～よる6時



無線検針導入に伴う情報誌

「ほったか！」電子版への移行について



無線検針の導入に伴い、誠に勝手ではございますが、毎月紙媒体で発行しておりました情報誌「ほったか！」を順次電子版に移行しております。

情報誌「ほったか！」は、高松産業グループLINE公式アカウントまたは弊社HPからご覧頂けます。

※無線通信機器の設置は数年計画で順次行って参りますので、設置時期はお客様により異なります。

※LINE・HPからの電子版「ほったか！」の閲覧は無料ですが、ダウンロードやご利用時にかかるパケット通信料はお客様のご負担となります。予めご了承ください。

▶かんたん！LINE公式アカウントお友達登録のやり方



上の図の丸の中のマークをタップ

QRコードを四角の中に映し読み込む

追加ボタンをタップ



◀HPからの閲覧はこちら



編集 後記

みなさんこんにちは。編集担当の尾崎です。春まだ浅く、朝夕は冷え込む日もございますが、お変わりなくお元氣にお過ごしでしょうか。

3月になり入退去が多い時期となりました。お引越し予定があるお客様は、恐れ入りますが早めのご連絡に協力ください。

特に入居の際は、必ずお客様立ち会いでガスの点検が必要となり、お時間が30分～40分かかります。直前でご連絡いただきますと、ご希望の日時でお受けできない場合がございますので、なるべくお早めにご希望の日時をご連絡頂けますと幸いです。また、土日は当番制で対応スタッフの人数が最小限となりますので、お時間は「午前中」または「午後」でのご予約となります。何卒ご理解・ご了承の程お願い申し上げます。



さて、私事ですが友人が長期出張で不在の際に「モルモット」のお世話を頼まれ、餌やりやケージの清掃をしました。その時の話ですが、私が餌が入っている容器の蓋を開けた瞬間にモルモットが大歓喜して、「プイプイット」と鳴き声をあげてジャンプして走りまわっており、その姿にとて癒されました。「PUUPUーモルカー」というモルモットを題材にしたアニメがありますが、本当にモルモットは「プイプイ」と鳴くのかと実感しました。

季節の変わり目、くれぐれもお身体にご留意ください。

ガス機器修理・販売／リフォーム／オール電化／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

ハヤク ツクヨ

〒812-0011 福岡市博多区博多駅前3-28-3

☐ info@hottaka.jp FAX:092-510-7294



0120-889-294

ご意見・ご感想ございましたら、ほったか編集部までメール・電話・FAX・お手紙お待ちしております。