



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」！



2018年
5月号

SPRING

vol. 23

ほったか！

くらしのお役立ち情報満載！



どれを選ぶ？
「メンズ
アンダーウェア」

5月の元気レシピ

● 初ガツオのサラダ風そば

暮らしの足し算

● 豆皿を楽しく使う

なごみのひとさじ

● 齋藤孝さんの
「ミッション、パッション、
ハイテンション！」

学び直しの日本語！

● 間違えやすい漢字の読み

生活のメモ（エアコン編）

● 空気からつくる健康な
くらし

ちょっと教えて！家づくり

● 居心地の良いトイレ

なごみのアロマライフ

● 5月は「パセリ」



高松産業
グループ



なごみ庵

～なごみあん～

主婦のナインショ話

あなたの夫のパンツはどんな形？ 何色？

既婚女性163人を対象に、「夫のパンツ」について尋ねたアンケートがあります。まず、「夫のパンツはだれが選びますか？」との問いから。「夫本人が選ぶ」と答えた人が一番多く、58%。「妻が選ぶ」と答えた人が38%、「その他」が4%でした。夫本人と答えた人の中に「一緒に買いに行く、本人が選ぶ」派と、「夫が自分で買ってくる」派がいました。

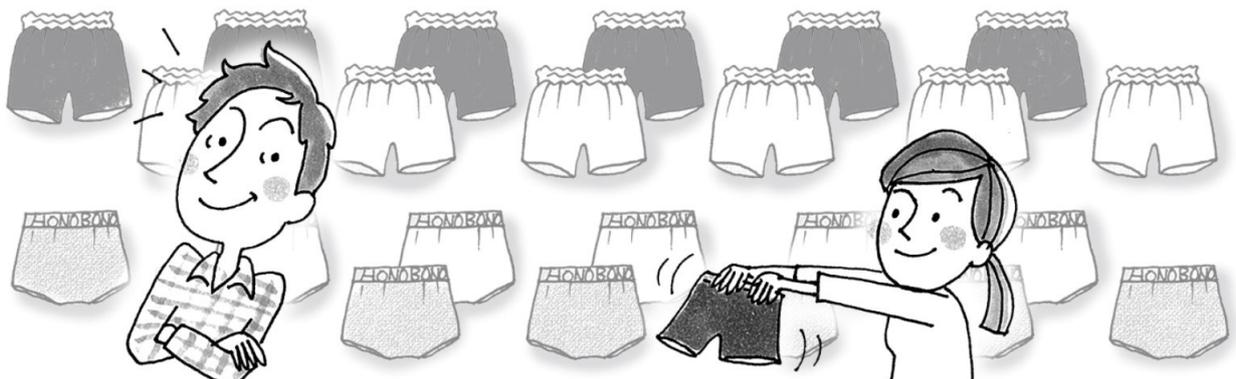
次に、「夫がよくはくパンツのタイプは？」との質問。複数回答で、「ボクサー」が58.5%、「トランクス」が50.6%、そして、「ブリーフほか」が2.4%となりました。

では、よく購入している色についてはどうでしょう？ 1位が「黒」で55.2%、2位が「紺」で27.6%、3位が「グレー」で24.0%となりました。柄については、「無地」を選ぶ人が約7割と多め。とくに、色の質問で「黒」と答えた人の約8割が「無地」と、無難なセレクトが一般的なようです。ちなみに、

最近のユニクロでの売れ筋も黒ですが、デニム風のものや暖色系の販売数が伸びているとか。

さて、最後に、15歳から64歳の男性約1000人に尋ねた調査から。「パンツを購入する際にこだわるのは？」との問い。複数回答で、1位が「サイズ」で84.5%、2位から4位は「肌触りや素材感」77.9%、「着心地」77.5%、「値段」77.4%、「色」75.3%とほぼ同じくらい割合で続きました。少数意見の中には、「話題性」や「女性向け」「身体トレーニング機能」と答えた人もいます。

男性の場合、一度購入してみてよく問題がなければ、同じものをずっと買い続けるという傾向にあるようです。しかし最近では、いろいろな形、色柄のパンツが登場しています。たまには新しいスタイルやデザインのパンツに挑戦できるよう、夫にプレゼントしてみるのはいかがでしょうか？



算 豆皿を楽しく使う

暮らしの足し

「豆皿」は、小さくて価格が控えめなうえ、色柄が豊富。魚や野菜、動物など、ユニークな形のものもあります。最近では、陶器や磁器の和食器だけでなく、洋食器やアルミ素材、木の素材など、さまざまなたいストのものが登場しています。

プーン・フォーク置きとして使えます。クッキーやチョコシートなど、小さなスイーツをのせるのにも。ティータイムに使うなら、砂糖をのせたり、ティーバッグおきにするのもおすすめです。

食べ物以外でも、アクセサリー入れやカギ入れ、小銭入れと、小さなものを入れるときに重宝します。さらに、洗面所において石けん皿として使う、キャンドルの受け皿に使う、アロマオイルをしみ込ませたコットンやお香をのせる……と、使い方はアイデア次第です。

2〜3寸(6〜10センチ)に満たない器を指します。手のひらにちょうどおのるくらいのサイズ。漬物や調味料を入れたり、取り皿に使ったりするのが一般的です。豆皿数枚にいろいろな副菜を1種類ずつ入れ、トシヤ竹ざるにのせてひとまとめでおするものもおしゃれ。旅館で食べる朝ごはんのように豪華になります。

ほかに、豆皿はさまざまに使うことができます。小さめの豆皿なら、箸置きやス



「ミッシェン、パッシェン、ハイテンション！」と叫んでから仕事をしよう

— 齋藤孝

齋藤孝氏は、明治大学文学部教授であり、作家。多数の著書を持ちます。とくに、「エッセイや自己啓発本は教育者ならではの視点で書かれたものが多く、説得力があります。」

対するやる気が起こるはず。言ってみれば、力が湧いてくる、合言葉のようなものです。

冒頭の言葉は、『働く気持ちに火をつける』(文藝春秋刊)にある見出し。本のサブタイトルにもなっています。仕事に向かうものの、気分が乗らないことは多いもの。ほかのことを考えてしまったり、ネットサーフィンをはじめめてしまったり……。そんなとき、「ミッシェン、パッシェン、ハイテンション！」と声に出して言うてみるのです。

齋藤孝氏の人生は、順風満帆というわけではなかったようです。大学受験に失敗して浪人生活を送り、大学で職を得る32歳まで苦勞を重ね……。でも、「ミッシェン、パッシェン、ハイテンション！」と、自分の心を奮い立たせてきたのです。そして今や、教育者であり有名人となっています。齋藤孝氏の合言葉を、やる気の出ないときの特効薬として試してみませんか。

じ さ と ひ み ご な

不思議なもので、自然と気持ちが前向きになって、仕事に



人生を開く扉



バッグの中を
チェックしてみましよう
今日の用事に
必要なものだけが
入っていますか？
バッグが軽くなると
一日の疲れ方が違います
気持ちも軽くなります

鏡で運氣アップするとき
に大切なのが、くもりや汚れ
を取り除くこと。鏡自体のパ
ワーを強め、よいエネルギー
を家中に満たしてくれるで
しょう。

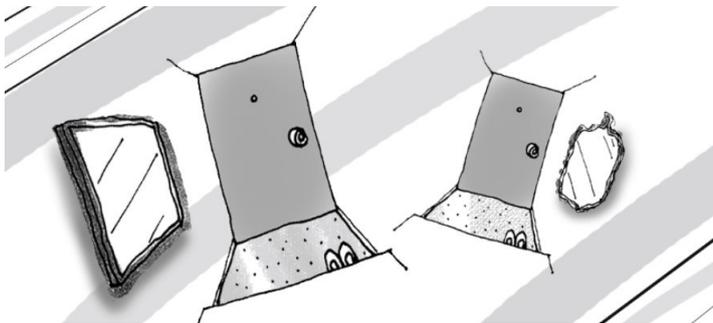
寝室に鏡を置くときは、寝
姿が映り込む位置にしない
こと。睡眠を妨げてしまいま
す。また、寝室のドアの正面
に置くのもよくありません。
邪気や陰気を反射し、寝室の
中全体にため込んでしまっ
からです。

ほのぼの 開運術

<鏡を使った開運術>

鏡にはよい気を引きつけ
る力がありますが、扱い方
によっては運氣を左右しま
す。まず、玄関に鏡を置くこ
きは壁側に。玄関のドアを
背にして、右の壁なら仕事
運を、左の壁なら金運を
アップさせます。

洗面所やバスルームの鏡
は美容運を左右します。い



★間違いやすい漢字の読み★

次の漢字は、正式には何と読むでしょうか？

- ① 代替
- ② 凡例
- ③ 舌鼓
- ④ 元本

【正解】①だいたい ②はんれい
③したつづみ ④がんばん

【解説】①の代替は「だいたい」が正式には、

正しい読み方です。ただ、「だいがえ」と読む
人が増えてきたことにより、「だいがえ」でも
一般的には間違いではないとされています。

元気もいもい 健康レシピ



5月の元気レシピ＜初カツオのサラダ風そば＞

4～5月の「初カツオ」、9～10月の「戻りカツオ」と、カツオの旬は年に2回あります。初カツオはタンパク質やカルシウムをたっぷり含み、赤身が多くてカロリーも低め。ダイエット中の人におすすめの食材です。また、カツオには「パントテン酸」という成分が含まれています。このパントテン酸はストレスに打ち勝つ働きのある副腎皮質ホルモンを作ることから、ストレス対策にも効果的と言えます。さらに、肝臓の機能を高め、疲労回復に効果をもたらすタウリンもたっぷり含んでいます。

★レシピのポイント★

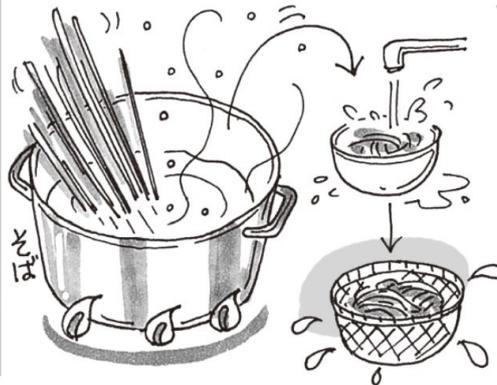
洋風のドレッシングでいただく冷たいそば。野菜をたっぷり食べられます。

材料 (2人分)

カツオのたたき : 150g
乾そば : 2人前
レタス : 2～3枚
キュウリ : 1/2本
パプリカ : 少々
カイワレ大根 : 適量
塩 : 少々

A ポン酢 : 大さじ4
オリーブ油 : 大さじ3弱
すりごま : 大さじ2
こしょう : 少々
B 練りわさび : 小さじ2
マヨネーズ : 大さじ2・1/2

1 そばは表示通りにゆでて水にさらし、水気をきる。



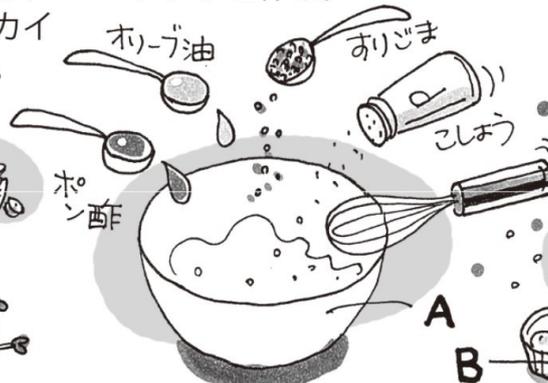
2 カツオのたたきは7～8mmの厚さに切り、軽く塩をふっておく。



3 レタスは食べやすくちぎり、キュウリは薄切り、パプリカは細切り、カイワレ大根は根を切る。



4 Aを混ぜ合わせてドレッシングを作る。



5 皿にそば、野菜、カツオを盛りつけ、ドレッシングをかける。Bのわさびマヨネーズを添える。



完成!!

「ご家族の健康で明るい生活を願うあなたに」 外部の環境変化に対応が難しいお子様・お年寄り・ ペットを健康被害から守りましょう！



ゴールデンウィークは満喫されましたでしょうか？

5月になり暖かい日が多くなってきて、ひさしぶりにエアコンをつけてみると

なんだか『ニオイが気になる』 それってかなりの確実でカビが発生しています。

そのまま使用してしまうとアレルギーの原因物質を空気中に巻きちらし、大切なご家族の健康が犯されてしまう可能性があります。実はエアコンは湿度80%以上・ホコリを蓄えやすいなど、カビの発生条件をほとんど満たしており、普段から綺麗に掃除しているつもりでも目につきにくいエアコン内部で繁殖しています。湿度や温度があがってカビが発生しやすくなる梅雨や夏が来る前に大切なご家族を守る準備をととのえましょう！

シャープのH-Xシリーズは、「風クリーンシステム」でエアコンの中を清潔に保つから吹き出す風の清潔さが違います！



＜プラズマクラスターパトロール＞

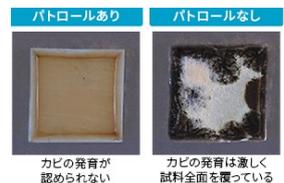
*室内

部屋の温度と湿度がカビの繁殖しやすい域に達したら、自動でプラズマクラスターイオンを放出し、お部屋のカビを抑制します。



*エアコン内部

エアコン停止中に、温度20℃、湿度70%を上回ると自動でエアコン内部の空気を動かすとともに、高濃度イオンで満たし、内部のカビの発生を防ぎます。



＜カビの栄養ホコリ対策もバッチリ！＞

ホコリを従来の4分の1の細かさのフィルターでキャッチし、2つのブラシで除去性能アップ。送風路やドレン水の通り道は防カビ仕様。ファンもホコリを弾く素材でコーティングされています。

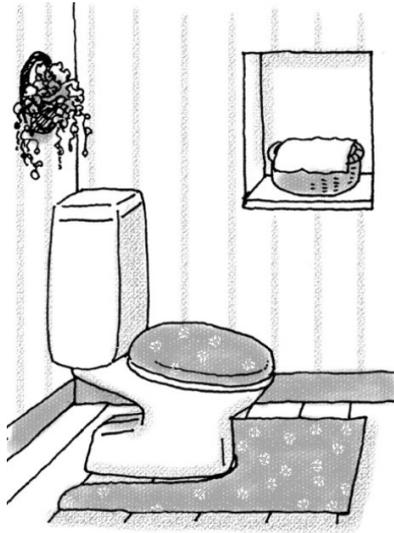
SIAA
防カビ加工*
JP0512036A0002U

当社は、情報がたくさんあって便利な時代であるがゆえに、何を選んだら良いのか判断が難しいと感じている方々と向き合い、本当にあなたが求めているもの、かかえているお悩みをどんなことであっても解決のお手伝いができる一番のパートナーでありたいという想いから、「家電」の取り扱いも行っております。そんな想いから、お客様1人1人に必ず担当がつき、気軽に相談できるよう努めております。



ちょっと教えて！家づくり

居心地の良いトイレにしたいのですが。



トイレをプライベートな空間と考え、トイレタイムを大切にしている人は意外と多いようです。狭いながらもすっきりと落ち着いて過ごせるよう収納に工夫を凝らしたり、全体の色調をコーディネートしたり、狭い空間だからこそプランを考えたいものです。

例えば壁の厚みを利用したオープン棚。奥行きが10センチほどになるので予備のトイレトーパーをすっきり収納できますし、小さな置物の飾り棚としても目を楽ませてくれそうです。

安らぎの空間として照明も工夫したいところです。トイレの照明が眩しすぎると落ち着かず、寝る前なら目が冴えてしまうかもしれません。調光機能付きのダウンライトにすれば必要に応じて明るさを調節でき、見た目もスッキリするでしょう。

今月のごあいさつ



情報誌

「ほったか」2018年5月号をお読み

いただき誠にありがとうございます。高松産業グループ常務取締役の住吉です。

本誌は、2013年7月に創刊して以来、これまで約5年の歳月を経て通算22誌を発行して参りました。

本誌は、弊社のガスやリフォーム、各種商品・サービスをご利用頂いているお客様に対して、安全にガスや機器をご利用して頂くための方法を紹介・案内させて頂く事ほもとより、より良い暮らしを送る為の情報を紹介させて頂く事や「弊社の事をもっと知って頂きたい」・「弊社職員の事を知って頂きたい」・「そして何より」皆様へいつでも多くの付加価値を提供していき

い」という目的で発行を始め、今日まで試行錯誤して参りました。

創刊から5年が経った現在、改めて本誌発行に関する見直しを重ね、内容の拡充・充実ほもとより、発行回数を増やす事、これまで以上に読者の皆様に親しまれる情報誌に育てていきたいと考えております。

その為、これまで全誌全頁力でお届けして参りましたが、製作費用を工夫する事により、本年4月発行分より単色仕様でお届けさせて頂いております。

内容・頻度を高める事で読者の皆様に愛される情報誌となる様これまで以上に職員一同で創意・工夫して参りますので、何卒ご理解の程よろしくお願ひ申し上げます。

(高松産業グループ
常務取締役 住吉 弘太郎)

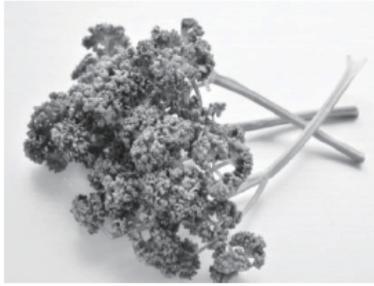
発行：高松産業株式会社
発行人：ホームライフ事業部
ほったか編集部

【住所】 〒807-0001
福岡県遠賀郡水巻町猪熊10-2-25
【電話】 093-201-1329
【FAX】 093-201-4430

今月のアロマポイント<リラックス&消臭効果が!>

【なごみのアロマライフ】

5月は「パセリ」



食材としておなじみのパセリは、栄養価が高いことでよく知られるハーブ。特にビタミンAやC、ミネラル、鉄分がたっぷり含まれています。また、消臭効果も期待でき、口臭予防にもぴったりです。パセリの精油には、早く木から抽出する「パセリリーフ」、種子から抽出する「パセリシード」の2種類があります。ただ、アロマテラピーの精油としては、どちらもそれほどピュアではありません。香りはやや甘く、スパイシーなのが特徴です。心への効能としては、気持ちを落ち着かせ、穏やかにしてくれます。ストレスやイライラを鎮め、リラックス状態に導いてくれるでしょう。

一方、体への効能としては、抗菌作用や利尿作用、血液浄化作用が期待できます。消化器系にも働き、消化不良や胃もたれなどに効果があるほか、婦人科系の不調にも有効です。皮膚を引き締める作用もあるので、頭皮を刺激し、育毛の助けもします。

編集

後記

皆さんこんにちは。「ミニコミ誌ほったか」の発行・編集を担当しております、西村です。妻、子供二人あり、宗像在住、働き盛りの41歳です。5月は心地よい日が続き、緑が濃い新緑の季節です。お元気にお過ごしですか？

先日同窓会のため、卒業以来約15年振りに神戸へ行ってきました。神戸は海から山までの距離が短いため、平地が少なく坂道が多い街です。どこに移動するにも下るか上るかの選択にせまられます・・・。そのためか自転車をこいでいる人をほとんど見かけません。久しぶりに歩き、心臓のバクバク感が懐かしかったです。

同窓会は久しぶりに会う友達が多く楽しかったです。学生時代の昔話や近況など話は尽きず、近くに住む友人宅に上がり込み、結局朝までお邪魔してしまいました。

翌日は99歳になる祖母に会いに、京都まで足を延ばしました。室内であればゆっくり自立歩行できるようですが、膝の痛みがとれないと嘆いています。



耳が遠いですが、声は変わらず元気で、顔をさすり、握り返してくれたしわくちやの手は昔と変わらず、おばあちゃんの手だなあと昔の記憶が蘇りました。握力が意外

に強くビックリです！（笑）

2日間、とても良い時間を過ごすことができました。

5月といっても紫外線が強い季節のようです。お元気にお過ごしください。



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

〒807-0001 福岡県遠賀郡水巻町猪熊 10-2-25

☐ hottaka@takamatsu-group.co.jp

0120-889-294

ハヤク ツクヨ