



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
10月号

AUTUMN

vol. 28

ほったか!

くらしのお役立ち情報満載!

木々が色づきはじめ、
紙面もカラーにしてみました!

社員のひとりごと

主婦のナイショ話

体を動かしてやる気スイッチON

暮らしの足し算

あらためて防犯チェック

なごみひとさじ

元気の秘訣はハーブ

レシピ

サンマとカブのごまみそ煮

生活のメモ

もう倒れられないあなたに

わくわくりフォーム

イメージをカタチにするには?

ほったか編集部紹介、お知らせ他

中間支店の寺田です。

私の出身は長崎県の長崎市です。最近では長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産が世界文化遺産に登録され盛り上がりがありますが、長崎には他にも魅力的なスポットがあります。私のおすすめは長崎ペンギン水族館です。

ペンギンのお散歩タイムではペンギンがよちよち歩く姿を見ることができ、見ているだけで癒されます。小学生の時学校行事で訪れましたが、大人になって改めて訪れるとまた違った発見があり楽しめます。入園料が大人510円というのもおすすめポイントです。是非ご家族で、お友達同士で、カップルでお越しください。



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

定期的にスポーツをしていますか？

20～60代の男女1000人を対象に行った、「スポーツ」についてのアンケートがあります。まず、「定期的なスポーツをしていますか？」との質問から。一番多かったのが「まったくしない」で37・4%、「毎月1回未満」が16・5%と続きました。合計すると53・9%

と、半分以上の人が定期的にスポーツを行なっていないという結果になりました。一方、「月に1回以上スポーツをする」と答えた人の中で一番多かったのが、「2～3日に1回」で13・3%、「1週間に1回」が12・7%、「毎日する」が8・9%となりました。

次に、定期的にスポーツをしている人に1回の時間を尋ねたところ、1時間程度が34・9%と一番多く、30分程度が19・1%、2時間程度が11・9%、20分程度が10・1%という結果に。

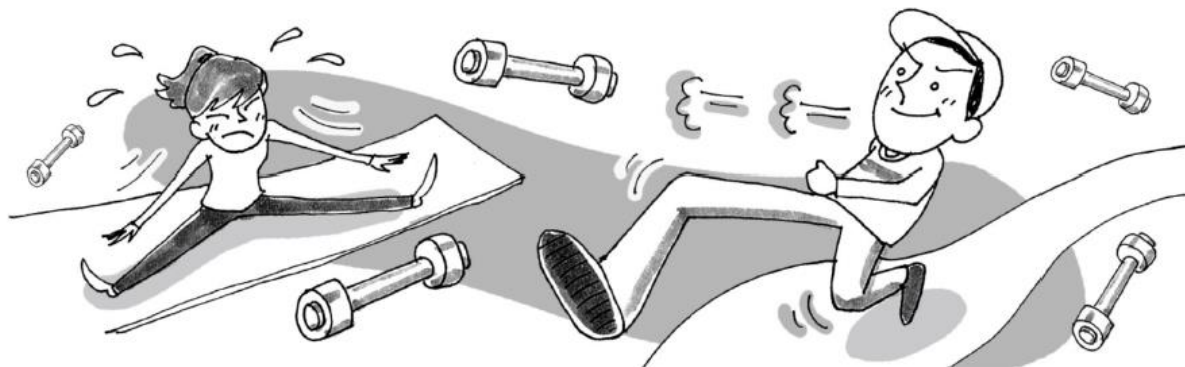
スポーツの種類については複数回答で、ウォーキングが一番多く38・6%、ストレッチ23・2%、ジョギング20・4%、ジム15・0%、自転車11・9%、

筋肉トレーニング11・1%と続きました。とくにウォーキングは60代で50・4%、50代で42・9%と、割合が高いという特徴がありました。

スポーツをする理由を尋ねてみると、複数回答で、やはり健康維持が一番多く67・9%、体力維持が43・2%と上位を占めました。

最後に「日ごろ、運動不足だと感じることがありますか？」という問い。あると答えた人が圧倒的に多く82・0%で、男性では77・6%、女性は86・4%。気持的には、体を動かさなければいけないという思いがかなりあるようです。

仕事でも家事でも、なんとなくやる気が出ないということがあります。そんなときは体を動かすことでやる気スイッチがオンになると言われています。体を動かすのにぴったりの季節。無理のない範囲でスポーツをはじめませんか。





算

あらためて、防犯チェック

窃盗犯が侵入する場所として多いのが、玄関と窓。家にいる間に侵入されることもあるので、在宅時でも玄関の力ギはかけましょう。さらに、玄関に補助の力ギを2〜3個とりつけると安心です。窃盗犯は7分以上かかると侵入をあきらめると言われているからです。また、人が近づくと明かりがつく「センサーライト」をつけるのもおすすめです。さらに、「ミミ出しなど、ちょっとした外出のときにも力ギをかける習慣をつけましょう。

窓には「クレセント錠」と呼ばれる力ギがついている場合が多いもの。しかし、窓のガラスを割って内側の錠を回せば、侵入も難しくありません。目につきにくいところに上下2カ所、補助錠をとりつけると安心です。防犯フィルム

を貼るのもよいでしょう。マンションの場合も同様です。オートロックだからといって万全ではありません。住人のあとをつければ簡単に侵入できます。マンションに入るときに、あやしい人があとをついていないかチェックする習慣をつけましょう。そして、エレベーターの中では、知らない人でもあいさつをするのがおすすめです。窃盗犯は顔を知られると、盗みをやめる場合が多いからです。

普段から近隣の人と交流し、おたがいの家を気にかけて合うことができるとベストです。



元気の秘訣はハーブとオリーブ油

— 北村光世

北村光世さんは、日本におけるハーブ第一人者として知られる食文化研究家。オリーブオイル研究家としても有名です。

ハーブを使うことで風味が増すので、調味料はごく少量でもおいしくできるそうです。

北村さんの鎌倉の自宅の庭には、ハーブをはじめ、実のなる植物があふれています。「ハーブは見せかけがない。役立つものばかり」と北村さんは言います。そして、せっかく育てたなら、料理に活用しようと、さまざまな料理にハーブを加えています。一般に、ハーブを料理に使うという

と、敷居が高いイメージ。しかし、ハーブを特別なものと思わずに、いつもの料理にハーブを加えるだけで、味の印象が変わるとか。しかも、

なごみひとさじ

と、敷居が高いイメージ。しかし、ハーブを特別なものと思わずに、いつもの料理にハーブを加えるだけで、味の印象が変わるとか。しかも、



元気もいもい 健康レシピ



10月の元気レシピ＜サンマとカブのごまみそ煮＞

サンマには、血液をサラサラにするEPA、高血圧を予防し脳を活性化させるDHA、そして、悪玉コレステロールを抑えるオレイン酸などが豊富に含まれています。ほかに、血合い部分に鉄分やビタミンB12が多く含まれるので、貧血対策としても効果的です。もちろん、良質なタンパク質もたっぷり。とくに旬のサンマは脂がのっておいしいうえに、栄養価も高いのが魅力です。

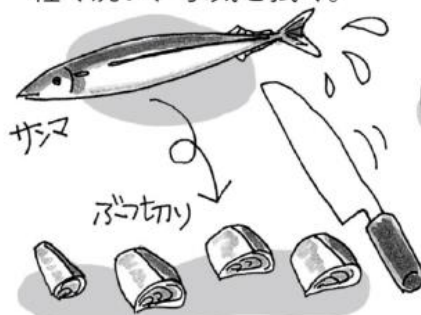
★レシピのポイント★

塩焼きや刺身がサンマ料理の定番ですが、味がじっくりしみ込んだみそ煮もおすすめ。カブは煮くずれないように、最後に加えましょう。

材料（2人分）

サンマ：1尾
カブ：2個
ショウガ：1かけ
長ネギ：1本
だし汁：2カップ
A 砂糖：大さじ1/2
酒：大さじ1
しょうゆ：小さじ1
すりごま：大さじ1
みそ：大さじ1

1 サンマは頭を落としてぶつ切りにし、内臓を除いて軽く洗い、水気を拭く。



2 カブはくし切り、ショウガは薄切り、長ネギは3cmの長さに切る。



3 鍋にサンマとショウガ、長ネギ、だし汁を入れて中火にかけ、沸騰したらアクをとって、落としぶたをして中火で20分ほど煮る。



4 **A**を加え、落としぶたをして10分ほど煮る。



5 カブを加えて5分ほど煮たら、すりごま、みそを溶き入れ、2～3分煮る。



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。



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。



敷地境界線

敷地内の
ガス漏れを
チェック
します!



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。



給排気
設備OK!



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。



点火・
燃焼OK!

※あわせて、ガスご使用上の安全注意事項を説明します。

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いただきます場合がございます。

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。

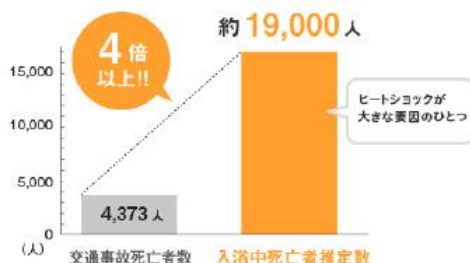
口生活のメモ

もう倒れられないあなたに…

大切なご家族を守るため、自分の身を守りましょう！



交通事故死亡者数と入浴中死亡者数の比較



入浴中の死亡事故は交通事故による死亡事故の四倍以上発生しています。年間で約一万九千人もの方が入浴中に亡くなっているんです。入浴死は寒い季節になると多くなる傾向にあり、原因の過半数を占めているのが血圧が急激に変化することによるヒートショック(循環器系疾患・脳血管障害)です。

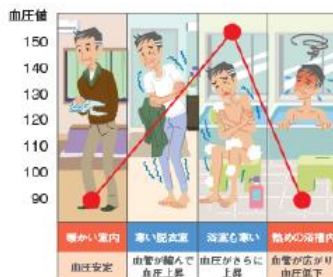
ご存知ですか？
冬の浴室に潜む危険



冬場は浴室の温度が下がるため、浴室温度が十度の時に四十二度の湯温とすると、温度差は約三十二度もあります。この温度差の大きさが問題です。浴室が寒いだけでも負担がかかるのに、浴室温と湯温の差が大きいとますます負担が増えます。温度差によって血圧が上がったり下がったり、変化が激しくなるので、高齢の方や血圧の高い方にとっては大変危険な環境となってしまうんです。この温度差を解消するため、浴室を暖かくする必要があります。

寒い浴室と熱いお湯の
温度差が問題

温度によって変動する血圧イメージ



冬場も暖かい浴室で
身の安全を守りましょう

「多少寒くても、服を脱いでお湯につかるまでの少しの時間だから我慢すればいい」という方もいらっしゃるかもしれませんが、その少しの時間にも血圧は激しく変動します。ご家族を守るためにも、ご自身の身を守り、安全で快適に入浴するため浴室の暖房は不可欠です。



パワフルなガス温水式なら
短時間であたたまる！

高齢者の方の場合、血圧の変動によって倒れることを防ぐには、浴室の温度を二十五度まで上げる必要があります。

ガスの温水式浴室暖房乾燥機は、約一分で三十五度まで暖めます。電気ヒーター式だとドライヤーぐらいのパワーなので一時間運転しても三十度にはなりません。ガスだと入浴十五分前のお風呂の支度をする少しの時間で暖まります。

施工も短期間で完了！



壁掛け型の浴室暖房乾燥機なら、施工は約一日で完了するので、長い期間お風呂に入れないという心配はありません。

豊富な知識と施工実績！
安心のサポート体制

ガスや暮らしの知識が豊富なスタッフが担当につくので、安心のアフターサポート。また、施工実績も多数ございますので「うちの浴室は大丈夫…？」と思っただ方は、当社お客さまセンター(0120-889-294)・担当スタッフへのご相談お待ちしております。



わくわくリフォーム

お客様のイメージをカタチにする秘訣は？



ライフサポート課

佐藤さん

「リフォーム」を担当する部署の責任者をしている佐藤さん取材してきました！
佐藤さんは設計10年、リフォーム13年と建築関係の経歴が23年になります。
お客様からご相談を受けた際には、持ち前の設計力と経験を活かし、お客様にとってもっとも暮らしやすい空間になるようなリフォームプランを心がけているそうです。
「暮らしやすい家にしたいんだけど…」
という時は佐藤さんへご相談してみてもいいのでは？



〈手掛けているプロジェクトの一部をご紹介します〉

福岡市南区のY様より、アパートで貸し出していた部屋をご自身でゲストハウスとして使用できるようにしたいとご相談を頂いたそうです。お話を伺ったところ、たくさん人が集まるような部屋にしたいので、居心地がよく家事がしやすい部屋がご要望だったそうです。そのご相談を受け、

狭い空間を広くみせるために、造り付けの家具の高さをなるべく低いものにしています。また、多人数が集まった時でも、食卓を2台置いてみんなの顔をみながら家事ができるようなキッチンやTVのレイアウトとしています。動線については生活動線と家事動線を明確に分けることで、使いやすい水廻りになるようなリフォームプランを組み立てています。



Y様のお悩みにあったイメージ図を手書きで作っていきます！



〈こんなご相談事例も！〉

使いづらかった洗面所を使いやすくオシャレにしたいというご相談を頂き、スタイリッシュで使いやすい洗面所へ改善！（H様邸）



ミニコミ誌「ほったか！」の編集を担当する 営業企画課・広報室をご紹介します！



西村 幸尾 尾崎 古木



育児休暇中
森井

営業企画課・広報室では、
社内・社外問わずかかわる人達が
もっと明るく豊かになるよう
さまざまな活動を行っています。

小学3年生の
次男が9月から地域の野球
チームに入りました。一緒に
白球を追いかけるのが週末
の日課になりつつあります！

西村

とにかく冬が
大好きです。
今年はスノー
ボードに挑戦
します！
雪が降るのが
待ち遠しいで
す…

幸尾

3度のご飯よりお菓子が
大好きです。
最近では友人の
結婚ラッシュ
でご祝儀貧乏
に悩む26歳
です…

尾崎

ラーメンが
大好きな38
歳です。
趣味はジョギ
ングで、来年
の北九州マラ
ソンにエント
リーします！

古木

ただいま育
休中です。
第1子長男の
育児に奮闘
する日々。
充電後、
フルパワー
で復帰しま
す！

森井

具体的にはこんなことをしています！

お客さまとの交流の場 をつくる活動



ミニコミ誌編集、ホームページ更新
イベント企画・運営など

今年は「ほったか！編集部」宛に
はじめてファンレターを頂き、
とても励みになりました！
「バスツアー」や「料理教室」など
楽しいイベントの企画も行っています。

商品企画



お客さまの暮らしをもっと豊かにするお手伝
いができるよう、「おせち」や「エアコン」
「ファンヒーターレンタル」など様々な商品
販売やキャンペーンを企画しています。



詳しいお知らせや内容は
次のページからメウ！

社員が働きやすい 環境づくり

社員が働きやすい環境をつくる
ため、業務をかんたんにしたり、
仕組み作りを行っています！

社内研修



社員の知識・技術力向上のため、
メーカー研修やくらし安全点検
コンテストなどの企画・運営を
行っています！

9/8(土) 10時~12時

親子料理教室を実施しました

実は簡単!? おしゃれ料理完成~!

講師: 花原先生



個人の料理教室や
メニュー開発をされています



お客さまの声 (アンケートより)

- ◇料理教室に参加した事がはじめてだったので不安でしたが、料理作りの途中で分かりやすくポイントを教えて頂き、楽しく出来ました。
- ◇家にある材料で作れたのはすごく良かったと思います。4人程の人数だと質問もしやすく楽しく参加できました。ありがとうございました。

家にあるものでこんなにオシャレな料理が作れて驚きました...! 私でも作れそうだったので、家でもチャレンジします!



西村 (4歳)



次回 わくわく! クッキング♪

12/8(土)

ご参加お待ちしております!

おせち料理



こんにちは。
広報室の幸尾です。
今年もあと
もう少しですね。
この一年間お仕事や家事、
お疲れ様でした。
地震や異常気象による
農作物の影響など、
今年は大変なこと
ばかりでした。
来年に向けて運を
引き寄せるためにも、
おいしいおせちを食べて
年を越しましょう!
今年も残り二か月、
風邪やインフルエンザに
気をつけて頑張りましょう。



ご予約承り中!

詳しくは同封のチラシをご覧ください



今年の冬も人気のガスファンヒーターを
なんと月々**500円**でレンタル頂けます。

期間中
11月～4月
末日まで

オススメ ポイント

- ポイント1
便利**
- ・ガスだから、面倒な燃料補給の手間がかりません。
 - ・レンタルなのでオフシーズンのお手入れ、収納いらず

ポイント3 安心

- ・万が一倒れても、ガスも炎もすぐ停止！
(ホースが外れてもちゃんとガスをストップします)

ポイント2 カイテキ

- ・点火時、消火時のイヤなニオイが気にならない快適暖房。
- ・5秒で温風！足もとからあったか
- ・エアコンみたいに乾燥しないカイテキ暖房

ポイント4 だれでも！

- ・ガスコンセントもカンタン1日取付！

※別途工事が必要になる場合がございます。

ご利用者の声

ガスファンヒーター
よかったです！
なくてはならない
ものになっていま
す。 岡田 様

春に使い終わる頃、
掃除をして片付ける
必要もなく、秋には
もっと早くから使いた
かったと悔やまれる
ばかり。 中岡 様

すぐつく、臭いがいい、
灯油の購入と給油の
必要がない。
もっと早くから使いた
かったと悔やまれる
ばかり。 春日 様

ありがとうございます！



リンナイ製 SRC-362E(A)

暖房能力：木造11畳／コンクリート造15畳まで／寸法：高さ440×幅440×奥行き150(脚部207)mm／質量：7.7kg／
安全装置：不完全燃焼防止装置、始動時ガス遮断装置、8時間自動消火装置、ロックスイッチ

お申し込み
お申し込み
お申し込み

木造11畳
コンクリート15畳
に対応

お申し込みは

ハヤク ツクヨ



0120-889-294

にお電話するだけ！

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！



nimoca
ポイント



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でのお申し込みは
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→



ちょっと教えて！家づくり



「スキップフロア」の導入を考えています。
メリットを教えてください。



- ① 壁ではなく目線の高低差を利用して視界を分断するので、実面積以上の空間演出ができ、スペースの有効活用に役立つ。また動線も短縮される。
- ② 床の段差によって空間に変化が生まれる（ワンルーム空間の分節に有効）。
- ③ ずれた床の間から光や風を取り込むなどバリエーションに富んだ採光・通風が可能。
- ④ 家全体が一つの空間ともとれる設計なので家族の気配を感じながら暮らせる。
- ⑤ 防火・準防火地域ではスキップフロアを「ロフト付きの2階」とすることで、法律で定められた防火のグレードをワンランク下げられる。

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、尾崎です。宗像在住の26歳です。気持ちの良い秋風が澄み渡る頃となりましたが、お元気にお過ごしでしょうか？

さて、9月から3ヶ月間日本ガス協会では「ガスと暮らしの安心運動」が行われています。ガスに関する簡単なクイズに答えると抽選でホッとなプレゼントが当たりますので、WEBで「ガスと暮らしの安心運動」と検索して、ぜひ挑戦してみてください！私も早速チャレンジしました。お鍋があたりますように！



私事ではございますが、先日高校時代からの親友の結婚式に出席して参りました。初めて友人代表スピーチをさせて頂いたのですが、友人と過ごした日々を思い出し、彼女の幸せそうな姿をみて、感極まって泣きながらのスピーチ

となってしまいました。

普段なかなか面と向かって感謝を伝える機会がなかったのが、結婚式という場をかりてあげたのを伝えることができて本当に良かったです。これからも友人や家族、周りの方への感謝の気持ちを大切にして過ごしていきたいです。実りの秋を満喫して、どうぞお元



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



ハヤク ツクヨ
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。

日帰りバスツアー

WAKU
WAKU

2018
12月2日
Let's go!

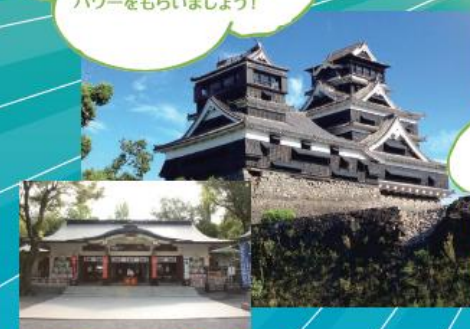
熊本

ばけーしょん! ばっ! と行け、ばーん! と別世界



蓮華院誕生寺
奥之院

世界一の梵鐘を擁するパ
ワースポット。鐘を鳴らして
パワーをもらいましょう!



熊本城・加藤神社

加藤清正の歴史を知る。
復興中の熊本城を
眺めることができるのは
今だけ!

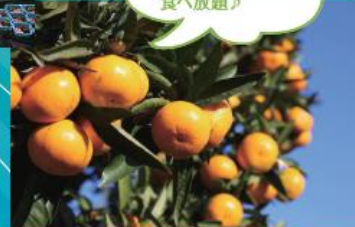
ランチバイキング
(司ロイヤルホテル)

メインからデザートまで
楽しめます♪
カレーは絶品。



みかん狩り
(有明オレンジ園)

もぎたてみかんが
食べ放題♪



ツアー代金

先着
45名様 限定

大人 5,500円中学生以上

子供 2,700円小学生以下

幼児 1,100円3歳以下

お申し込み締め切り

2018年11月15日
18:00まで

いつも当社をご愛顧頂き、誠にありがとうございます。
今回で11弾目となる、大好評お客
様バスツアーの開催が決定いたしました!み
なさまの想い出作りのお手伝いができればと
思います。お友達や家族とぜひ一緒に
申し込み下さい。

当社スタッフが添乗して旅をサポート

当社スタッフが添乗しますので何でも困ったことや不安なこ
とがあればお申し付けください。真心こめて対応いたします。

記念写真プレゼント

当日スタッフが撮影したお写真を後日郵送にてプレゼント!

ツアー行程表 (予定)

- 8:30 遠賀信用金庫 出発
- 8:50 赤間駅 出発
- 10:40 蓮華院誕生寺奥之院(～11:30)
- 11:45 ランチバイキング(司ロイヤルホテル～13:00)
- 13:50 熊本城・加藤神社(～15:00)
- 15:30 みかん狩り(有明オレンジ園～16:10)
- 18:00 赤間駅 到着
- 18:20 遠賀信用金庫 到着

お申し込み方法

お電話またはメールで下記6つの項目をお伝え下さい。

- ①代表者のお名前 ②ご住所 ③お電話番号(携帯番号)
- ④同行者のお名前 ⑤参加者全員の生年月日 ⑥参加者全員の性別

0120-889-294

info@hottaka.jp

受付時間 平日9時～18時(土・日祝は休業)

ツアー代金のお支払いについて

お申し込みいただきましたら、弊社からお申し込み確認のご連絡を
いたしますので、その後ツアー代金を2018年11月25日(日)まで
に下記口座までお振込願います。

尚お振込に要する手数料は、お客様負担にてお願い申し上げます。

福岡銀行 渡辺通支店 普通 2093750 ラド観光株式会社

個人情報の取り扱いについて

1. ラド観光(株)と高松産業(株)では、旅行のお申し込みの際に必要とした個人情報について、お客様とのご連絡や運送
・入館施設等のために利用させていただくほか、必要な範囲内において当該機関にのみ提供いたします。
2. 高松産業(株)が取り扱う商品・サービスに関する情報をお客様へご提供させていただく事があります。
3. 上記のほか、ラド観光(株)の個人情報の取扱いに関する方針については、ラド観光(株)の店頭またはWebサイトにて
ご確認ください。

キャンセルについて

キャンセルには規定のキャンセル料金が掛かりますのでご了承ください。旅行開始後の解除または無
連絡不参加の場合は、ツアー代金の100% 掛かります。

キャンセル日	～8日前	7～2日前	出発前日	出発当日	旅行開始後
キャンセル料	無料	ツアー代金の30%	ツアー代金の40%	ツアー代金の50%	ツアー代金の100%

旅行企画・実施

ラド観光株式会社 福岡支店

RADO NO.1 TOUR
観光庁長官登録旅行業 第1650号

〒812-0011 福岡県福岡市博多区博多駅前3-10-24

【電話】092-432-1860

【URL】rado.co.jp

【営業時間】9:30～18:30(月～金) 【休業日】日・祝祭日、年末年始