



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」！

2019年
5月号

SPRING

vol. 35

ほったか！

くらしのお役立ち情報満載！

社員のひとりごと

保安・工事課の緒方です。

最近は本当に暖かくなってきましたね。こんなに暖かくなると、私事ですが趣味である自転車に乗るのもさらに楽しくなりそうです。同僚と一緒に走ったり、一人で山に登りに行ったり、体を酷使しながら楽しんでいます。かれこれスポーツバイクに乗り始めて20数年経ちますが、のんびりと乗ってきたので継続できたのかもしれません。これからも乗り続けていきたいです。

もう1つの趣味が筋トレです。いわゆるウエイトトレーニングです。こちらも時々、同僚とトレーニングしています。地道に2年近く継続しているので、体の変化も感じられ

るようになってきました。

まさに「継続は力なり」ですね。

これからも継続していきます。



いつもご愛読ありがとうございます！
楽しみにしているページや表紙で紹介してほしい地区担当、ご感想など、みなさんのお声をお寄せください！
裏表紙の宛先までお便り・メール・FAX・お電話お待ちしております。
みなさんのお声がなによりも力になります…！

ほったか！編集部一同

主婦のナイショ話

「育ちがいい」と感じる人の共通点は？

くらしの足し算

1日30個捨ててお清め

なごみひとさじ

力が抜けているくらいが心地よい

健康レシピ

アジの南蛮漬け

生活のメモ

ご主人必見！

母の日に奥様へ贈る特別な時間

高松産業
グループ

いやしのひととき



なごみ庵

～なごみあん～

主婦のナインシヨ話

「育ちがいい」と感じる人の共通点は？

20～30代の働く女性322人を対象に行った、「育ちのよさ」についてのアンケートがあります。「育ちがいいなと感じるのは、その人のどんな行動を見たときですか？」という質問です。「一番多かったのが「食事のマナーがよい」で、65・2%でした（複数回答式）。

次に、「言葉遣いがきれい」57・8%、「あいさつがきちんとできる」57・5%、「お礼がきちんとと言える」40・7%、「悪口を言わない」35・7%、「気がきく」32・6%、「TPOに合った服装ができる」30・1%、「公共マナーをしっかりと守る」と「ハンカチやティッシュペーパーをきちんと持っている」が同率で29・2%、「金銭感覚がしっかりしている」26・4%と続きました。

「食事のマナーがよい」は、いっしょに食事をすると気づくこと。出されたものをきれいに食べる姿を見れば、幼いころからのしつけがきちんとされていると感じるでしょう。逆に、食べ方がきれいではない人との食事は不快に感じ

ることも。食事中、その人の食べ方が気になってしまうものです。

では、「食べ方がきれい」と思われるポイントをおさえておきましょう。まず、箸を正しく使うこと。刺し箸や寄せ箸、ねぶり箸、探り箸など、無作法な箸の使い方にならないように。

次に、姿勢。背筋を伸ばして正しい姿勢で食べるだけで、姿が美しく見えます。食器に顔を寄せて食べる「大食い」「ひじをついて食べる、脚を組んだ姿勢で食べるなどは、まわりに見苦しい印象を与えます。

そして、食べ方にも注意。くちやくちやくと音を立てて食べるのはもちろん、口いっぱいにはおはる、舌を出して食べ物を迎え入れるなどは、見ていて気持ちよいものではありません。当然のことながら、食べ物に口に入れたまま話すのもNGです。対策としては、ひと口の量を少なめにすると、比較的美しい食べ方になるようです。



算 1日三十個捨ててお清め

暮らしの足し

「お清め」とは、けがれをとる除くこと。家の中を清め、よい気をとり込むためには、家の中を片付けることが大切です。「悪いことが続いている」という人の家は、たいいものがあるが、片付いていません。ものを少なくして、神様が住みたくなる家にしましょう。

おすすめの方法は、「1日30個捨てる」というもの。捨てるものはなんでもOK。弁当につけてきた割り箸、粗品のタオル、レジ袋など、捨てることにあまり抵抗のないものからはじめます。次に、「いつか使うかも」とっておいたものに目を向けましょう。目安として、「2年間使っていないもの」は捨てる候補です。

「とは言っても、高かったのだから」と思い切れない場合もあるでしょう。しかし、洋服なら、



サイズが合わないもの、似合わないもの、着心地がよくないものは、今後着る可能性は低いはず。そもそも、使われずにしまわれたものは持ち主のエネルギーを奪います。出番待ちのものに囲まれていると、老化を促進してしまうのです。また、下着や靴下など、よれよれになったものをいつまでも使っているのもよくありません。運気を下げてしまうからです。同様に、欠けた食器や壊れた道具なども、運氣ダウンにつながります。1日30個捨てることを、まずは1週間続けてみてください。しだいに捨てる体質になり、心機一転、ツキを呼び込みやすくなるでしょう。

力が抜けているくらいが心地よい

——大塚寧々

ふんわりしたイメージが魅力の女優、大塚寧々さん。ちょうど50歳の

ものも食べるし、ジャンクフードも楽しむといった感じですよ。

の大塚さんですが、歳を重ねることに対する抵抗はまったくありません。「性格が適当だから」と。大塚さんのモットーは、冒頭の言葉、

そんな大塚さんが50歳になる前にはじめたのが、太極拳。きっかけは香港旅行の際、太極拳の早朝レッスンに参加したことでした。日本に帰ってからすぐ太極拳の教室に通い出し、すでに2年が経つそうです。太極拳のクラスメートは人生の先輩ばかり。80代の人でも背筋がキリッと伸びてとても元気なことに驚いたそうです。そんな先輩たちに影響を受け、太極拳を楽しんでいる大塚さんです。

「力が抜けているくらいが心地よい」。仕事もプライベートも力が抜

けているくらいに、何事もこだわりすぎないよう

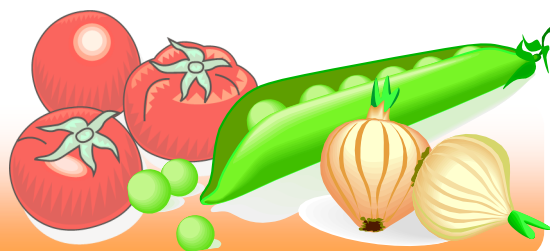
にしているとか。よく寝て、おいしく食べて、旅して暮らす。仕事もしつづ健康に、という暮らし方が彼女に合っているのです。

そして、こだわりのすぎないのと同様、「間口も視野も広いほうがよい」と考えています。たとえば、オーガニックの

なごみひとさじ



元気もいもい 健康レシピ



5月の元気レシピ＜アジの南蛮漬け カレー風味＞

良質なタンパク質をとることのできるアジは、5～7月が旬。脂がのっておいしくなります。注目すべき成分としては、DHAとEPAで、DHAは脳の働きを活発にし、EPAは血栓を防ぐ働きをしてくれます。また、アジはアミノ酸の一種であるタウリンが豊富で、コレステロールが気になる人におすすめの食材と言えます。さらに、「セレン」と呼ばれるミネラルがたっぷり含まれることでも知られ、老化防止に効き目があります。

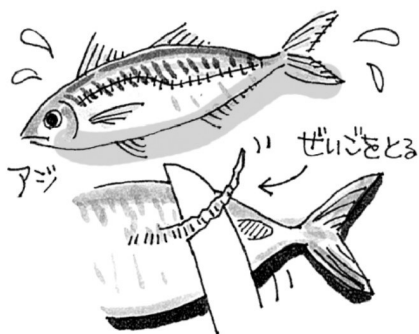
★レシピのポイント

アジは低めの温度でじっくり時間をかけて揚げることで、骨ごと食べられるようになります。漬け汁にカレー粉を加えているので、魚の臭いも気になりません。

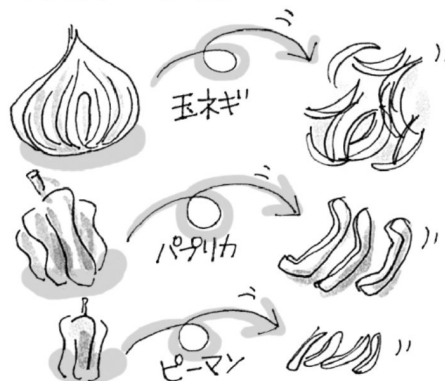
材料（3人分）

アジ：300g
玉ネギ：1/2個
パプリカ：1/2個
ピーマン：1個
Aだし汁：大さじ4
しょうゆ：大さじ1・1/2
酢：大さじ4
砂糖：大さじ1
カレー粉：小さじ1
おろしショウガ：少々
塩：少々
こしょう：少々
薄力粉：適量
揚げ油：適量

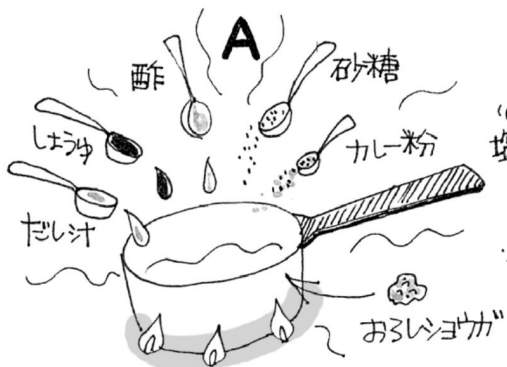
1 アジはうろこ、ぜいご、内臓をとり除き、水洗いしてから水気を拭く。



2 玉ネギ、パプリカ、ピーマンは薄切りにする。



3 小鍋にAを入れて煮立たせ、漬け汁を作る。



4 アジに塩、こしょうをふり、薄力粉をつけてはたき、170℃に熱した油でカラリと揚げる。



5 バットにアジを入れて2をのせ、3の漬け汁を加えて味をなじませる。



完成！

「お父さん、本当にありがとう。 今年の母の日は忘れられない日になったわ。」

～ お酒好きな奥様へ贈る特別な時間 ～

ご主人必見!



長谷園土鍋 いぶしぎん (小)

10800円 (税込)

料理初心者でも
本格おつまみ (燻製) が簡単にできる

という方におすすめするのが、

でも、お酒に合うちょっと
手の込んだ料理って、
普段料理をしない自分には
難しそうだし・・・。



「母の日に何を送るか毎年悩む・・・」
「今年は一味違った贈り物をしたい!」
とお考えになったことはありませんか?
そろそろビールが美味しい季節です。
母の日の贈り物として、
奥さまとの晩酌のおともに
ワンランク上のおつまみを振舞って
奥さまを喜ばせましょう!



当社は、ガスを通じてお客さまの暮らしを豊かにしたいという想いから、ガス火と相性が抜群の土鍋製品を探し続けていました。三重県の「伊賀焼窯元長谷園」本社に足を運び、作り手の方から直接長谷園土鍋の良さを学んだ私たちが、自信をもっておすすめします。

心のこもった手作り料理を添えての晩酌は、きつと奥さまにとって忘れられない特別な日となるのではないのでしょうか。

ローストチキンや焼き芋などのロースト料理にも使用できるので、燻製をしない時は普段の料理にもお使いいただけます♪

また、煙が外に漏れない構造になっており、美味しさをしっかり閉じ込めると同時に、部屋に臭いも付きにくいので、奥さまに怒られる心配ありません!

普段料理をしない方でも、付属のレシピ通りに作れば誰でもカンタンに美味しい燻製が完成! 基本の味付けは塩コショウのみなので、味付けの失敗がありません。

用意するものは「いぶしぎん (チップ・網は付属)」と、ガス火・水・アルミホイル・好きな材料のみ。



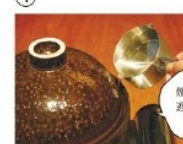
チップ・汁受けを敷き



強火で加熱



お好みの具材をセット



湯に水を注ぐ

30分で完成! 燻製の作り方

お届けまでの流れ

当社お客様センター
0120-889-294 へTEL

当社スタッフに
欲しい商品を直接伝える

お名前・ご住所・電話番号・
ご希望の商品を伝える
(ご質問等も受け付けています)

お届け

お支払方法は
①現金払い ②銀行振込
③クレジット決済
からお選びいただけます

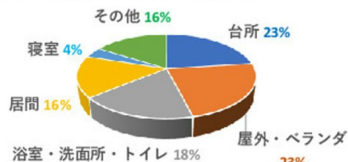
くらし安全点検サービス はじめました

(※点検は無料です)

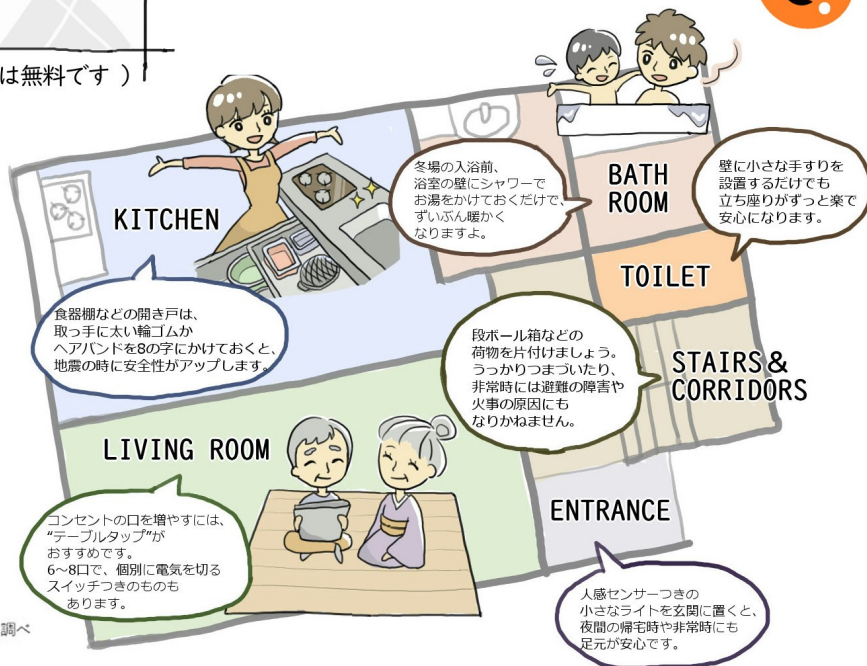
お客さまの
あんしん・安全を
お守りするのは
私たちの使命です！



自宅で「怪我をした」
あるいは「危険を感じた」場所は？



出典：「シニア世代の身の回りの危険」東京都生活文化局生活部 調べ
「ヒヤリ・ハットや危害経験の場所別集計結果」より



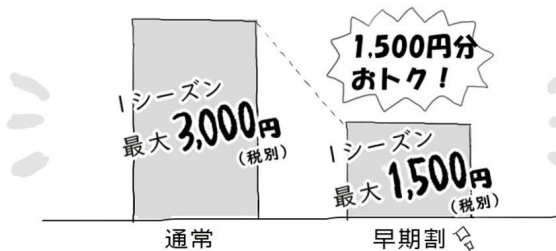
2019年度

レンタルガスファンヒーター 早期予約割引キャンペーンのご案内

2019/4/1～6/28までのお申込みで、

本体レンタル料（11月～1月分）

最大1,500円(税別)を割引いたします

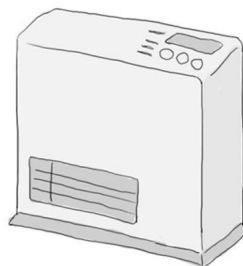


レンタル期間：2019年11月～2020年4月

燃料の
入れ替え不要！

保存場所の確保、
清掃・メンテナンス
も要りません！

5秒で
即、暖まる



リンナイ製
木造11畳
コンクリート15畳に対応
(専用ホース付き)

この機会にぜひ、
お申込み下さい！

申込方法	お電話でお申込み頂いたお客さまへ、申込・契約書と返信用封筒を郵送させていただきます。リピーターの方は、ファンヒーター回収時に当社スタッフに直接申込・契約書をお渡しいただいてもかまいません。※まずは当社お客様センター(0120-889-294)までお電話ください
受付期間	2019年4月1日(月)～2019年6月28日(金) 消印有効
対象	当社ガスをご利用のお客さま
適用条件	受付期間内に書面にてお申込み頂いたお客さまが対象になります。

個人情報保護のため、お電話の際はお名前とご住所を必ずお聞きしています。

口頭でお申込みいただいている
お客さまも、お手数ですが
書面での申込みを
お願いいたします！



ちょっと教えて！家づくり



ペットと上手に同居するための
アドバイスをお願いします。



近頃、ペットのスペースとしてサンルームを利用するのが流行っています。家族のいる居間とつながっているのにほどよい距離感があって、人もペットも安心して過ごせるからようです。住む人にとっても日差しが降り注ぐサンルームは何かと便利で、特別な空間になるでしょう。

ただし、サンルームでペットを飼う場合は温度調節に注意してください。ガラス張りなだけに夏はあつという間に50℃くらいまで気温が上がってしまいます。サンルームにはブラインドやシェードといった日差し対策をほどこし、ペットのニオイがこもらないよう換気にも工夫をしておくと、ペットにも住む人にも快適な空間になるでしょう。

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

2019年7月28日(日)開催決定!

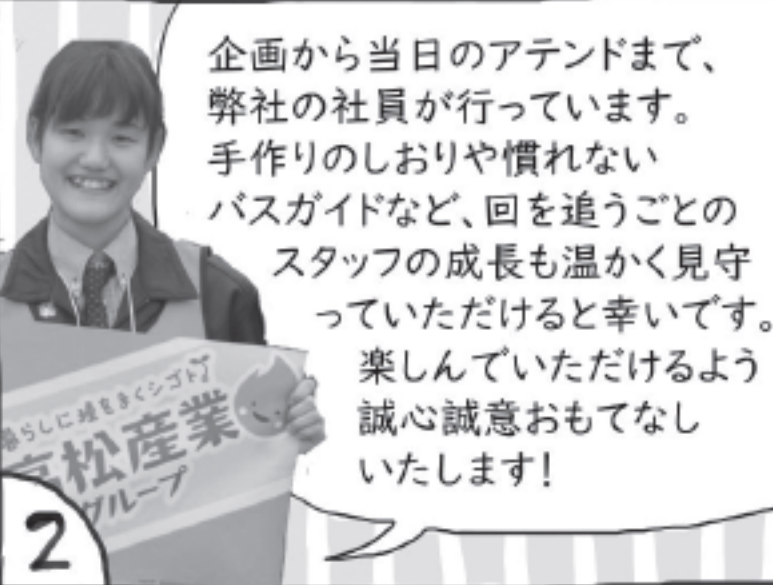
予告 第12回 WAKUWAKU長崎 日帰りバスツアー

佐世保・長崎
遊覧船クルーズ

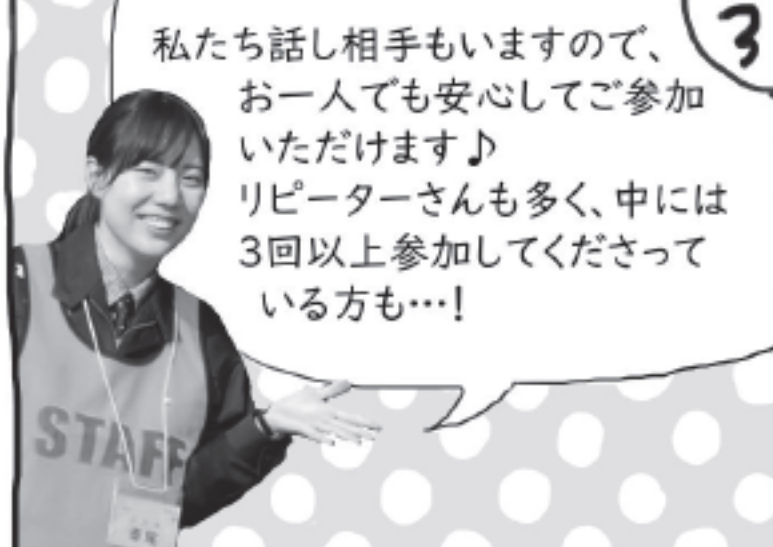
弓張の丘バインク
ハト笛絵付け体験
(武雄物産館)



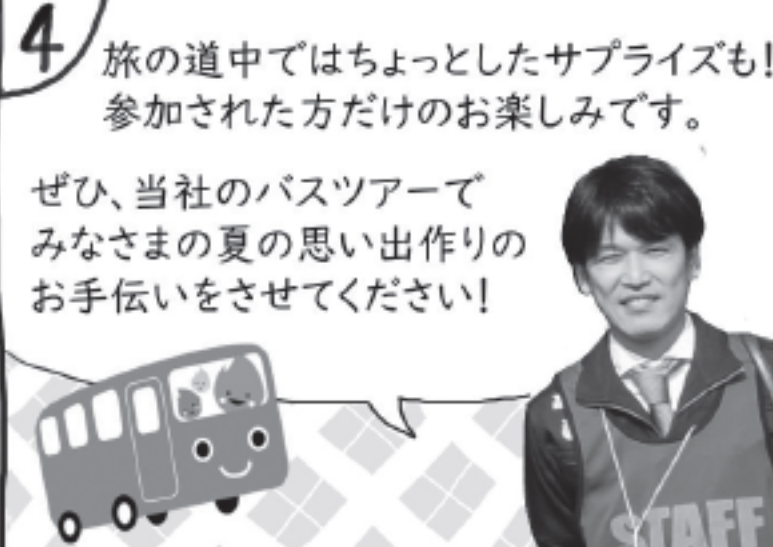
高松産業の
日帰りバスツアーって
どんな感じメラ?
スタッフの人に
聞いてみるメラ!



企画から当日のアテンドまで、
弊社の社員が行っています。
手作りのしおりや慣れない
バスガイドなど、回を追うごとの
スタッフの成長も温かく見守
っていただけると幸いです。
楽しんでいただけるよう
誠心誠意おもてなし
いたします!



私たちが話し相手もいますので、
お一人でも安心してご参加
いただけます♪
リピーターさんも多く、中には
3回以上参加してくださって
いる方も…!



旅の道中ではちょっとしたサプライズも!
参加された方だけのお楽しみです。

ぜひ、当社のバスツアーで
みなさまの夏の思い出作りの
お手伝いをさせていただきます!

【ツアー代金】

◆大人(13歳以上): 7,000円 ◆子ども(4歳~12歳): 3,500円 ◆幼児(3歳以下): 1,500円
※3歳以下の方は
お食事・絵付け体験は付いていません

前回いただいたアンケートより、「もう少し時間にゆとりが欲しい」とのご意見をいただきましたので、
今回は各所の滞在時間を長めに取ったツアー工程となっております。

6/1(土)より参加受付スタート!

忘れないように
カレンダーにご記入ください!

ツアー詳細は、次号ほったか! または6/1以降のホームページをご覧ください



<https://hottaka.jp/>

編集 後記

みなさんこんにちは。ミ
ニコミ誌「ほったか!」発行、
編集担当の幸尾です。新緑
が日に鮮やかに映る季節と
なりましたが、お変わりな
くお過ごしでしょうか?

高松産業グループでは、6月からエアコンキ
ャーが始められます。心機一転新しいエア
コンで、新元号となる令和初めての夏を迎えま
せんか? キャンペーン期間中は大変お安くお買
い求めいただけますので、6月のチラシをお見逃
しなく!



私はフレンチブルドッグ
が大好きで、先日、同期が
飼っているフレンチブル
ドッグのモモちゃんに会
いに行ってきました! 表情も
おしりの丸みも走り方もすべてが可愛い
です。

突然ですが、私、幸尾は5月よりほったか!
の発行・編集をしている営業企画課から営業
部署異動となりました。昨年の4月に新入社員
として入社後営業企画課に配属され、実は本誌
ほったか!の表紙のイラストも描かせていた
で、皆さまに直接お会いできる機会も増える
かと思えます。ぜひ気軽に話しかけてください!
ほったか!でお好きなページや知りたい情報
などございましたら、下記宛先ま
でご意見お待ちしています♪
木の芽どきの体調を崩しやすい季
節です。くれぐれもお体を大切に
なさってください。



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

ハヤク ツクヨ