



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
7月号

SUMMER

vol. 37

ほったか!

くらしのお役立ち情報満載!

社員のひとりごと

中間支店の鷹尾です。先日、福岡の新宮方面にある相島に行ってきました。相島は通称「猫島」と呼ばれている島です。新宮港からフェリーに揺られて20分ほどで到着しますのでちょっとした旅行気分を味わえました!到着したらたくさんの猫が出迎えてくれて、人に慣れているようで、猫のほうから近づいてきてくれました。私たちの日陰を利用して涼んでいる姿がすごく可愛かったです。他にも家族連れで釣りを楽しみに来ている人や、町の探索を楽しんでいらっしゃる方もいました。とてものんびりとした休日を過ごせて楽しかったので、よかったら皆さんも行ってみてください!



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ご感想などございましたら、裏表紙の宛先まで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

▷主婦のナイショ話
酢を上手に活用していますか?

▷暮らしの足し算
発芽玄米

▷なごみひとさじ
「寒青」のごとく生きる

▷健康レシピ
ナスの田楽風しょうゆ煮

▷生活のメモ
室内環境を清潔に保つ

▷その他
お店紹介、イベント情報 他



高松産業
グループ



なごみ庵

～なごみあん～

主婦のナインツ話

「酢」を上手に活用していただけますか？

日常的によく料理をする、30～60代の女性800人を対象に行った、「酢」についてのアンケートがあります。まず、「酢は好きですか？」という質問から。「好き」が55%と一番多く、「とても好き」32%、「あまり好きではない」12%と続き、「嫌い」はわずか1%となりました。

次に、「酢を料理に使う頻度は？」という質問。「週1回」が33%と多く、「週2～3回」25%、月1回15%、週4～5回10%、月に1回より少ない11%。「ほぼ毎日」と答えた人もいて、6%でした。つまり、「週1回以上」と答えた人が7割以上にもなり、酢が好まれていることがわかります。

では、「酢を何種類常備している？」という質問になると、1本が44%と一番多く、2本33%、3本15%、4本5%と続きました。常備している酢の種類を見てみると、一番多かったのが穀物酢で、2番目が米酢、3番目以降は黒酢、リンゴ酢、調味酢、ワインビネガー

といった順番になりました。

さて、料理上手の人に尋ねた酢の活用法を紹介しましょう。

*和食のときは米酢、洋食のときはワインビネガーを使うと、味が決まりやすい。

*天ぷらの衣に穀物酢を数滴加えると、カラリと揚がる。

*鶏むね肉の下ごしらえに黒酢をまぶすと、焼き上がりがしっとりとしてパサつかない。

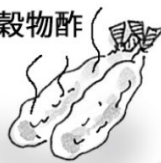
*サラダのドレッシングにリンゴ酢を使うと、うまみがアップする。

*米を炊くとき、酢を少し入れると甘みが増す。

*酢を少しまぶしてから、豚の生姜焼きを作ると、ぐっと柔らかくなる。

酢は料理以外にも活躍します。雑巾に少したらし拭き掃除をする、トイレの臭い消しにする、切り花を長持ちさせるなど。暮らしの中でいろいろ試してみましょ。

天ぷらの衣に穀物酢



ドレッシングにリンゴ酢



米を炊く時に酢



肉の下ごしらえに酢





算

発芽玄米

暮らしの足し

「発芽玄米」は、玄米を少しだけ発芽させたもの。特徴としては、発芽する過程で酵素が活性化しているので、栄養価が高いこと。また、外皮がやわらかくなって食べやすくなり、甘みやうま味も増しています。そして、白米と同様に炊けるのも特徴のひとつです。

発芽玄米の栄養について、具体的に見ていきましょう。まず、アンチエイジングに効果のあるビタミンE、コレステロールを低下させるγ-オリザノール、リラックス効果のあるGABA、抗酸化作用やデトックス効果が期待できるフィチン、脂肪肝を予防するイノシトール、食物繊維、脳機能を改善するフェルラ酸など、

いずれも白米に比べて豊富に含まれています。

発芽玄米はダイエット中の人にも



おすすめ。それは、食べたあとの血糖値の上昇がゆるやかなこと、また、豊富に含まれるビタミンB1が代謝を助け、脂肪を燃焼させることが理由です。白米よりもよくかんで食べる必要があるため、かむ回数が自然と増えて早食い防止になり、少量でも満腹感が得られるというメリットもあります。

食感や味などに抵抗のある人は、白米と混ぜるとよいでしょう。白米と発芽玄米を2対1の割合で混ぜるのがおすすめ。米を入れたら炊飯器の目盛りまで水を入れ、発芽玄米1合につき水4分の1カップをプラスすると、おいしく炊き上がります。

「寒青」のごとく生きる

—— 高倉健

昭和、平成の時代を代表する名俳優、高倉健さん。『幸福の黄色いハンカチ』『八甲田山』『鉄道員（ぽっぽや）』など、代表作は数知れません。

冒頭の言葉にある「寒青」は、福岡県・小松山正覚寺の記念碑に刻まれた、健さんの好きな言葉。もともとは王陽明の言葉で、吉田松陰や三

島由紀夫らに大きな影響を与えたと言われています。

意味は、「凍てつく風雪の中で、木も草も枯れ果てているのに、松だけは青々と生きている。一生のうち、どんな厳しい中

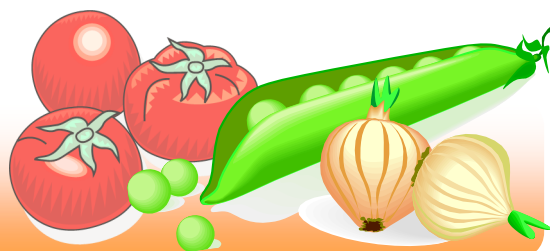
にあっても、自分はこの松のように、青々と、そして活き活きと、人を愛し、信じ、触れ合い、楽しませるようになりたい」というものだそうです。



健さんは、還暦を超えた頃からこの言葉を座右の銘として、身に付けていた腕時計の裏蓋にも「寒青」の文字を彫ってもらっていたそうです。健さんの著書、『旅の途中で』というエッセイ集の中で、この言葉に触れ、「そんなふうに生きていけたら」とつぶつぶしています。

そして、「死にゆく時、愛する人にその姿を見せないでいく」と生前に語っていたとか。その心持ち通りの潔い最期。大切にしていたクルーザーや車をすぐに処分するなど、健さんらしい人生の幕引きだったそうです。

元気もいもい 健康レシピ



7月の元気レシピ＜ナスの田舎風しょうゆ煮＞

ナスの皮に含まれる「ナスニン」と呼ばれるポリフェノールには抗酸化作用があり、高血圧や動脈硬化の予防に効果的です。目の疲れをとったり、アンチエイジングにも役立つでしょう。そのため、ナスの皮はむかずに残したまま調理するのがおすすめです。また、カリウムが多い点も見逃せません。カリウムは体の熱を逃してくれるので、夏バテ解消にぴったり。ナスは94%が水分で、カロリーが低いのもポイントです。

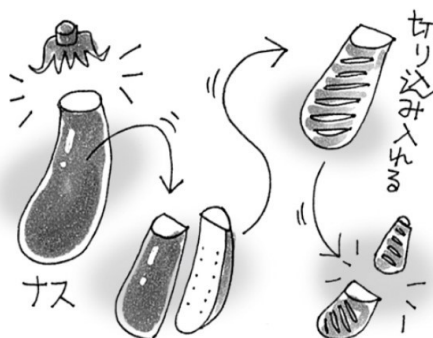
★レシピのポイント

ごはんにもお酒のつまみとしてもよく合う、やさしい味わいの煮物。暑い時期は冷たく冷やして食べるのもよいでしょう。

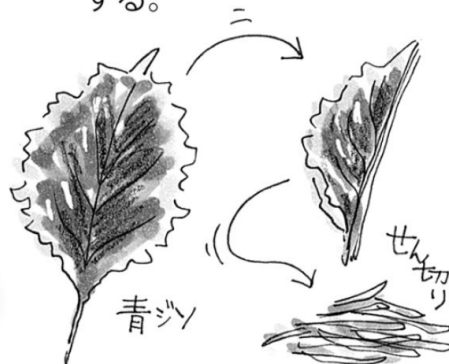
材料（2人分）

ナス：3本
青ジソ：2枚
サラダ油：大さじ2
しょうゆ：大さじ1
A 酒：大さじ1
砂糖：大さじ1
水：1カップ

1 ナスはヘタを切り、縦半分に切って皮に斜めに切り込みを入れ、長さを半分に切る。



2 青ジソは縦半分に切って重ね、横方向にせん切りにする。



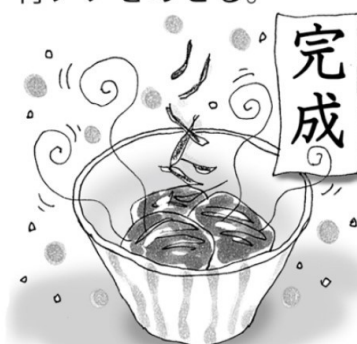
3 鍋を熱してサラダ油をなじませ、ナスを弱火で炒める。



4 しんなりしてきたら、**A**の煮汁を加えてフタをし、5分ほど煮る。



5 しょうゆを加えてさらに5分煮、器に盛りつけ青ジソのをせる。



◇生活のメモ

エアコンの臭いが
気になる方へ



いつ孫が来てもあんしん！

エアコンから臭わない。清潔で快適な部屋へ

いよいよ夏本番。エアコンをつけると、ニオイが気になると感じたことはありませんか？

室内の空気を吸い込みながら運転するエアコンは、内部に汚れやホコリが溜まりやすく、結露によってカビなども発生しやすくなります。また、そのホコリやカビからニオイの原因菌が繁殖し、エアコンの風から嫌なニオイがすることが多いのです。

長時間使用するエアコンから排出される空気は、身体への影響力も高いので、いつお孫さんが遊びに来て、あんしんして清潔な空間で過ごしてもらえよう、なるべく清潔を保ちたいですね。

でも、自分での清掃も限界はあります。だから、エアコン内部に根本からカビなどが発生しにくくなれば、「おばあちゃん。この部屋変なニオイがする。」と、言われることなく、お孫さんがいつ遊びにきても、快適に過ごしてもらえますよね♪



臭わない！清潔な室内

ダイキンのストリーマ技術は、プラズマ放電の力で有害物質を分解し、集塵・脱臭フィルターに付着したカビや花粉を室内に排出しません。

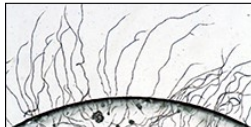
また、熱交換器・

通風路にもストリーマを照射してカビ菌の繁殖を抑制し、エアコンから排出される空気を清潔に保つので、ニオイの発生を抑制し、室内を清潔に保ちます。

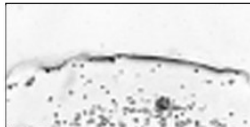
だから、お孫さんがいつ遊びに来てても清潔な室内で遊ばせることができます。あんしんです。

カビ菌の繁殖抑制比較

ストリーマ内部クリーンなし



ストリーマ内部クリーンあり



〈エアコン交換までの手順〉

- ①ご相談・お見積り依頼(※無料)
は、当社お客様センターへご連絡下さい。

0120-889-294

- ②担当者がお客さま宅へ訪問
ヒアリング&現地確認
- ③ご提案+お見積書ご提出
(※しつこい営業は致しません)

- ④ご納得頂いた場合、
工事請負契約書へサイン
を頂く&設置日打ち合わせ

- ⑤設置工事(最短2時間～)

- ⑥お支払い
(お振込み/クレジット決済)



200円(税抜)で1ポイント貯まる！
(例)10万円で500ポイント付与

何でガス屋さんに エアコンを頼むの？

毎月の検針や数年に一度の法定点検など、お客さまと接する機会が多いので、日々様々なご相談を受けています。

そんなお客さまの日々の困ったへなるべく何でも対処したいと考え、住まいに関連する知識の習得、及び商品の取り扱いを行っています。

地域密着だからこそ、きめ細かな対応ができますので、サポート体制も万全です。



ダイキン ルームエアコン
(※SX/CXシリーズ
以外に搭載)

うちにはどれが
いいのかしら…
種類が多くて違いが
よくわからないわ～

ご安心ください！
家電アドバイザー-取得者
が在籍していますので、
お悩みにあったものを
お探しできます！



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。



点検対象のお客様に届く
SMS に記載の URL から
点検予約ができるように
になりました！

点検の
予約は
こちら➡



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1回以上行なっています。

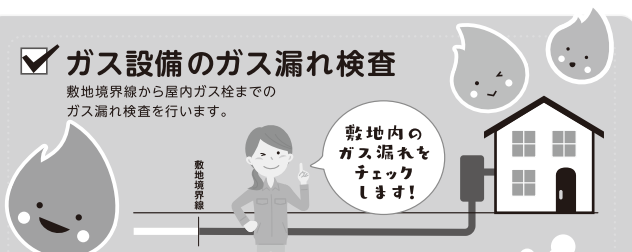
点検はいつ？

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。



SMS で届く URL から
安全点検の予約が
できるようになったのね♪

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）

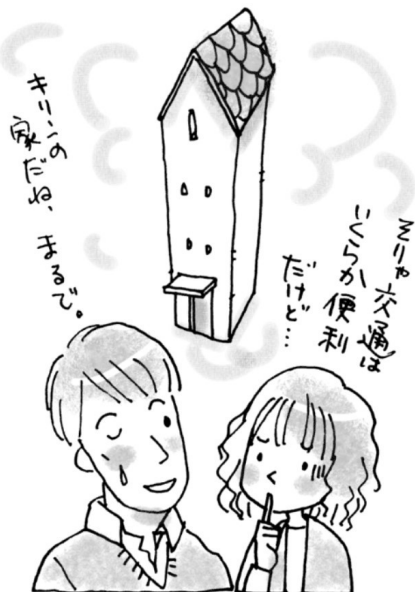


0120-889-294

ちょっと教えて！家づくり



土地を買って家を建てる場合、まずは土地探しからでしょうか？



まずは土地を買い、土地に合わせて家を建てるのが一般的なイメージですが、そもそも土地をかうのは家を建てるためです。

ところが、「建てたい家」を想定できていないまま土地を買ったと、結局は土地に合わせた家を建てることになります。我が家に対するこだわりや思い入れがなければ問題ありませんが、「こんな家に住みたい」という希望があれば、「土地ありきの家」ではなく「家ありきの土地」家に合わせて土地を選んだほうが希望に近づけやすいでしょう。

家ありきで土地探しを始めても、話が具体的に becoming と、いつの間にか「土地ありき」の考え方になってしまうことが多いようです。建てたい家のイメージを明確にしてから土地探しに望みたいものです。

あの気になるお店に密着取材！人気の秘訣は？



ほったか！編集部尾崎が、地域の気になるお店を調査してきました！

グリーンコープ生協みずまき店



「国産にこだわった安心・安全な食品」が魅力のグリーンコープ生協様。

みずまき店は福岡県最大の店舗だそうで、精肉・鮮魚・パン・お惣菜など全てが揃っていました。カフェコーナーでは、夏に嬉しい「ソフトクリーム」の取り扱いも！

店内のお買い物は、組合員以外でもお試しできるそうなので、お近くの方はぜひ行って下さい！(組合員への加入も簡単です)

おすすめ！

毎月第1土曜日は鹿児島産「黒牛」まつり！大人気のため即売り切れになることも！



お店で購入したお惣菜やパンは、カフェコーナーでの飲食OK！

定期的にイベント開催

2Fで、組合員以外も参加可能なイベントが♪6月は「子どもと一緒にピザ作り」が行われました。

ーグリーンコープ生協みずまき店ー

住所:福岡県遠賀郡水巻町頃末北1-16-15
営業時間:10:00～19:30 定休日:年始

大展示会 in なかまハーモニーホール

開催決定！

日程：11/22(金)・11/23(土)

場所：なかまハーモニーホール

中間市蓮花寺3丁目7-1

ガス機器やリフォーム商品を展示します。
また、当日は展示会特別価格でお得にお買い求めいただけます！

楽しいイベントも多数企画中です♪

詳細が決まりましたら、本誌でお知らせします so で楽しみにお待ちください！



地域のお祭り 出店情報

当社は地域密着企業として地元のお祭りを一緒に盛り上げます！

- 春日市・塚原台夏祭り 7/28(土) 射的
- 岡垣町・松ヶ台夏祭り 8/24(土) 未定
- 水巻町・コスモス祭り 10/27(日) 型抜きなど

編集後記

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。夏空が眩しく感じられるようになりましたが、いかがお過ごしでしょうか？

先日、若松地区でガス事業者を装った詐欺事件が発生しています。法定点検を依頼されたという口実で訪問し、高額な点検料を請求するという手口です。法定点検は、ガス設備の安全点検で、点検料は無料です。法定点検で点検料を頂くことは一切ございませんので、もしご自宅に見ず知らずの業者が来た場合はくれぐれもご注意ください。



さて、いよいよ夏を感じる暑さになりましたね。最近半沢直樹で有名な池井戸潤さんの著書を読むことがマイブームです。正義とは何か、色々考えさせられます。ページ数は多いですがさっと読めて、経済の勉強にもなる本が多いので、ぜひ読んでみて下さい♪

そして、2つ目のブームはご当地ポテチ集めです！全国出張が多い友人がポテチ好きな私にいつも出張の度に買ってきてくれます！今のところ奈良の柿の葉すし味が個人的に一番美味しかったです。おすすめのご当地ポテチがあったら教えてください(笑)。

暑さはこれからが本番です。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



ハヤク ツクヨ
0120-889-294