



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」！

2020年
1月号

WINTER

vol. **43**

ほったか!

くらしのお役立ち情報満載!



社員のひとりごと



あけましておめでとうございます。
福岡営業所の西岡です。

最近小学生の長男が競馬に興味を持ち、小倉競馬場や佐賀競馬場に足しげく通っています。特に、佐賀競馬のジョッキーとは顔見知りになるほどになりました。ゲームや漫画の影響で変な趣味を持つてしまいましたが、何事にも興味を持つことはいいことだと家族みんなで楽しく馬活しています。普段は競走馬の応援がメインであまりお金はかけないのですが、年末の有馬記念では息子と一緒に予想して一攫千金を狙いました!



ガス
ファンヒーター
月々**500円**(税抜)
レンタル
好評受付中!!

◆主婦のナイショ話
食費にどれくらい
かける?

◆暮らしの足し算
オキシヅケ

◆なごみひとさじ
愛妻家蛭子さん

◆健康レシピ
カレー鍋

◆生活のメモ
暮らしのお悩み解消
～キッチン編～

凍結予防対策など...



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～

主婦のナインショ話

食費にどれくらいお金をかけていますか？

主婦182人を対象に行った「食費」についてのアンケートがあります。まず、「1カ月の食費はどれくらい？」という質問から。家族2人の平均金額が3万6765円、3人が4万7932円、4人が5万2881円、5人が5万6250円、6人以上が6万8333円となりました。家族の人数に関係ない平均では5万4500円で、年収別に見ても、大きな差はありませんでした。

次に、「食費の内訳は？」という質問。食材が4万8300円、米代が3582円、外食代が8874円、酒代が2598円となりました（合計6万3354円）。食材は肉や魚、野菜、調味料と多岐にわたり、かなりの出費になっているようです。

主食の米代について家族の人数別に調べた結果を見てみましょう。「1カ月の米代は？」という質問です。3人だと3303円、4人が3210円、5人が4956円、6人が4934円となりました。

では、「食費がかさむ原因は？」という質問。回答として一番多かったのが「無計画な買い物」。2位に「外食が多い」、3位に「家族が食べる」と続きました。「食材を腐らせることはよくある？」との質問になると、YESが72%と圧倒的に多く、NOは28%でした。「よく腐らせてしまう食材は？」と尋ねると、一番多かったのが葉もの野菜で、キュウリ、もやし・豆腐と続きました。葉もの野菜は洗ったり切ったりと、下ごしらえの手間が面倒なのがネックのようです。豆腐もやはり安い時にまとめ買いした結果、消費期限内に食べられないようです。

食材の無駄はできるだけ省きたいもの。野菜が余ったら、残り野菜を一気に使い切るメニューにするのはいかがでしょう。ピザやお好み焼き、ナムル、ヒンバ（ヒンパ）、スープなどがおすすめです、さまざまな残りの野菜を使っておいしく仕上がります。





オキシづけ

暮らしの足し算

最近、話題の掃除法が「オキシづけ」。アメリカ生まれの酸素系漂白剤「オキシクリーン」の溶液を作り、その中に汚れたものをつけおきするだけで、驚くほどきれいになるというものです。

人気の理由はいくつかあります。まず、「こすこすり洗いをする必要はなく、つけたあとと放っておくだけという手軽さ。また、黄ばみや加齢臭などのおいがスッカリとれるなど、パワフルな点。そして、溶液は6時間もの間、効果が続くので、経済的に使える点。キッチンからバスルーム、トイレの掃除、洗濯まで、万能に使える点も魅力ポイントです。

具体的な方法を見ていきましょう。オキシクリーンを40〜60℃のお湯に溶かし、汚れたものをつけます。しばらくする

と、酸素の泡が発生して汚れを浮き上がらせます。あとは、水洗いをして溶液や汚れを流せばOK。こすらずにするっと落ちるのです。

オキシづけで落とせるのは、キッチン用品なら、鍋や五徳、レンジフードについた油污、排水口のヌメリ、湯のみの茶渋汚れ、布巾の黄ばみなど。バス用品では、洗面器や風呂イス、シャワーヘッドなどの皮脂汚れ。衣類では、汗じみや黄ばみ、どろ汚れなど。その他、洗濯槽、カーテン、ごみ箱、トイレのタンク、エアコンフィルターなどにも効果を発揮します。一方、水あかや石けんカスなどのアルカリ性の汚れには効きません。



女房の言うことには「おお、わかった!」って、即答します

—— 蛭子能収

ユニークなキャラクターでタレントとしても活躍する漫画家、蛭子能収さんは、1947年生まれの72歳です。

テレビで拝見するイメージその

ままに、蛭子さんは人付き合いが苦手。人間関係を築くのが難しいと感じ、人と親しくなるのが容易ではないそうです。そして、親しくなっても、ずっと一緒にいたいというよりは、早くその場を離れたいと思ってしまうのだとか。ひとりでいるほうが気楽だし、自分がしたいように動いて楽しいと言います。

それぞれ。ひとりが楽しいと感じるなら、ひとりの時間を大切にすればOK。まわりの情報に振り回されて、無理に気持ちと反対のことをする必要はありません。

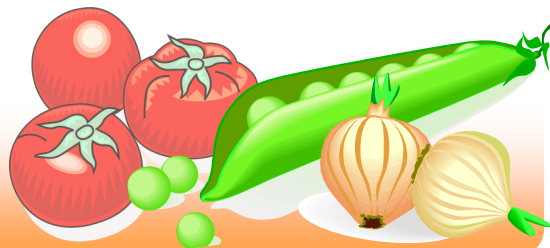
さて、愛妻家としても有名な蛭子さんによると、夫婦仲よく過ごすコツは、「奥さんの言う通りに動く」とだとか。「これが食べたい」「あそこに行きたい」「あれをしたい」など、奥さんが言えば、蛭子さんは奥さんの希望通りに行動。しかも、反対などせず、一つ返事で快諾するのがよいそうです。

なじひとさじ

ストレス解消や脳の活性化のためにも人とコミュニケーションをとることは大切と言われますが、本当に人そ



元気もいもい 健康レシピ



1月の元気レシピ＜カレー鍋＞

白菜はほとんどが水分ですが、カリウムやカルシウム、ビタミン類を含んでいます。加熱することでかさが減り、栄養分を効率よく吸収できるでしょう。

また、ネギはビタミンCやβカロテン、カルシウムなどを豊富に含む野菜。とくに、独特のにおいのもとである「アリシン」は免疫力を高める効果があるほか、ビタミンB1やB2の吸収をよくしてくれます。

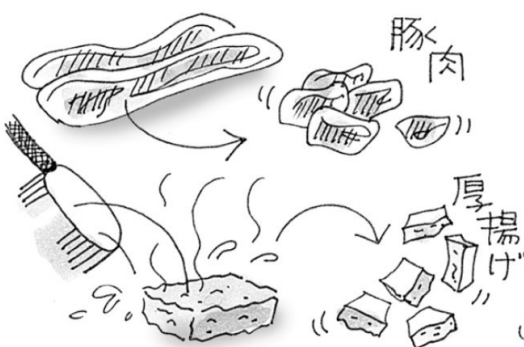
★レシピのポイント

いつもの鍋に飽きたらカレー味の鍋が新鮮です。豚肉の代わりに鶏肉を、また、野菜はほかにキャベツや玉ネギ、大根などを加えるのもおすすめ。締めにはうどんが合います。

材料（4人分）

豚もも薄切り肉：300g
厚揚げ：1枚
ニンジン：1本
白菜：4枚
ネギ：1本
シメジ：1パック
モヤシ：1袋
ショウガ（すりおろし）：2かけ
A
めんつゆ（4倍濃縮）：大さじ6
水：4カップ
片栗粉：大さじ2
カレー粉：大さじ2
B
ネギ（緑の部分）：2本分
ニンニク（つぶす）：2かけ
赤唐辛子（種をとる）：2本

1 豚肉は食べやすく切る。
厚揚げは熱湯をかけて
油抜きし、食べやすく切る。



2 ニンジンピーラーなどで
薄切りにし、白菜はざく
切り、ネギは縦に3～4本
切り込みを入れてから5cm
長さに切る。シメジは根元
を切り落として小房に分け
る。



3 **A**のめんつゆと水を
合わせ、片栗粉とカレー粉
を加えてよく溶き混ぜる。



4 鍋に**3**と**B**を加えて弱火
にかけ、煮立ったら**B**を
とり除き、ショウガを
加えて混ぜる。



5 **4**に豚肉や厚揚げ、野菜
を入れ、煮ながら食べる。
途中で味が薄くなって
きたら、しょうゆ（分量外）
で調味する。



口生活のメモ

時間と手間をかけなくてもこんなに綺麗！？キッチンお掃除の新常識

～キッチンのお悩み解消編～



毎日使うキッチン。「口に入れる食べ物
を扱う場所だから常に綺麗に保ちたい」
けれど、日々の忙しさに追われて
納得いくようにできていないとお困り
ではありませんか？

調理用品が多く、十分に収納できるス
ペースがないので綺麗に整頓できない。
気をつけていても、いつのまにか油はね
や水はね汚れが付着して、なかなかとれ
ないので掃除に気が向かない。

そんな悩みをお抱えの方。綺麗に整頓
できる十分な収納スペースがあって、お
手入れがサクッとできるキッチンなら、
毎日綺麗な状態をキープして、快適に
お料理が楽しめますよね！

TOTOのシステムキッチンミッテナ
ら、引き出しにたっぷり入れられてすっ
きり整頓できます。また、レンジフード
は、フラットな整流板を拭くだけで、油
汚れを落とせるので、時間と労力を使
わなくても、家事のちよつとした空き時
間ですぐに綺麗にできます！

レンジフード



収納スペース



シンクのお手入れは

水で一拭き

クレンザーで
ごしごし擦って、
苦労して落とし
ていた水アカ汚
れも、水で濡ら
したスポンジで
さっと拭くだ
け！



排水かごはごみ
がひっかかりにくい
ので、生ごみ処理
もかんたんに。

伸ばせる蛇口

は、洗いたい場所
をスムーズに洗
い流せます。



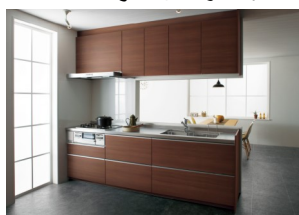
時間がかかるし大変だからと
後回しになっていた方でも、普
段のかんたんなお手入れだけ
で済むので、お掃除のストレス
なく、気軽に綺麗な状態を維
持できますよね♪

工期や費用の目安は？



施工期間は約3日程度で、費
用は約73万円が目安にな
ります。「キッチンのお手入れ
がもっと簡単にできれば」と
思われた方は、普段接してい
るガスのサービススタッフへも
気軽にご相談ください。

たくさん収
納できて、か
んたんにお手
入れできる
キッチンで毎
日快適に過ご
しましょう！



高松産業で

納得のリフォームを

設計歴、リフォーム歴と
もに10年以上の建築歴を
持つスタッフが在籍。ま
た、福祉住環境コーデ
ィネーター取得者も在籍し、
技術面と知識面において安
心してお任せ頂ける体制を
整えています。

ライフサポート課



佐藤



下岡

<キッチンリフォームまでの手順>

①ご相談・お見積り依頼のご予約を

0120-889-294までお電話下さい



②担当者がお客さま宅へ訪問

ヒアリング&現地確認

③お客様のご希望に沿ったご提案

お見積書のご提出

(※しつこい営業は致しません)



④ご契約の場合、工事日打ち合わせ

⑤工事(約3日程度)

⑥お支払い(お振込み/クレジット決済)

※ローンなどもお気軽にご相談ください。

⑦アフターフォロー

(何かあれば駆け付けます！)

ちょっと教えて！家づくり



そろそろ家を建てようと思います。

情報収集は何を目安にしたらいいのでしょうか。



家を作るとなれば、できるだけ多くの情報を収集して一番良い方法、良い条件で我が家を手に入れたと思うでしょう。しかし、ここに一つの落とし穴があります。それは、住宅に関する情報に気をとられるあまり、実際に家を建てる土地の気候や風土を考慮し忘れてしまうことです。極端に言えば、見かけで北欧の住宅に憧れてみたり、首都圏仕様の家を田舎に建てようとしてみたり……

例えば、高温多湿の土地柄には木や土壁などの「呼吸する素材」を用いた住宅が適していると言われます。新建材や見栄えのするデザインよりも、まずは気候風土に適した工法や材料を調べてみてはいかがでしょうか。

編集 後記

末年始をお過ごしになりましたか？娘さんやお孫さんが帰省され、楽しくにぎやか日々をお過ごしになられたのではないのでしょうか。1年があっという間で、日々の流れがとても早く感じますね。



さて、私事です。先日大阪・岡山旅行にいったまいりました。大阪はユニバーサルスタジオリゾートに行き、非日常を謳歌しました！20代後半にもなると、たくさんアトラクションに乗るほどの体力はなく、休憩している時間の方が長かったような気がします(笑)。定番のビールを飲んで、ハリポッターの世界観を満喫しました。そして岡山には、先日出産した友人の赤ちゃんに会いにきました。赤ちゃんの笑顔を見てると癒し効果で、疲れも一気に吹っ飛びますね。末っ子気質でみんなの妹みたいだった友人が、母親になったことを実感し、とても不思議な気持ちでした。最近友人とばかり旅行に行っていて母が拗ねているので、今年は母との旅行を計画しようと思います。母親といくおすすめの旅スポットがあればぜひ教えてください！

みなさまの1年が幸福に満ちた1年となりますよう、心から祈っております。



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

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。

11/ 22金
23土

「ほったか！」

暮らしの困ったを解決!! 大展示会 を開催しました!

-お客さまの声より-

80組 140名様にご来場いただきました!



コンロなど沢山の種類をみて決める事ができました。
楽しくみれて、営業担当の方が良くてよかったです。
ありがとうございました。

-岡垣町N様-

ゲームや抽選会もあり、楽しい。最新のガス機器が
みれて嬉しい。

-中間市Y様-

今回初めての「なかまハーモニーホール」での開催でしたが、たくさんの方に会場まで足を運んでいただき、心より感謝申し上げます。他にもみなさまに楽しんでいただけるイベントを企画中です
ので楽しみにお待ちください!



森井

たくさんのアンケートが届きました!

Thank you



アンケートでは「最新の家電情報」について知りたいという声が多かったのですが、やっぱりどんな便利な家電があるのか気になりますよね! 私もよく雑誌などをチェックしています!

私のおすすめは、

「お掃除ロボットのルンバ」

です。自宅で使っていますが、手の届きにくいベッド下も綺麗にしてくれて助かっています!



気になっている家電は「ヘルシオ ホットクック」です。食材をいれてメニューを選ぶと自動で調理ができるらしく、欲しいもの候補にいられています。今後も要チェックの家電をご紹介しますね。

具体的に頂いた質問やご意見にはお答えできるよう準備しておりますので、今しばらくお待ちください。



尾崎

情報誌「ほったか!」はみなさまのお声に励まされて頑張っています。みなさまのお声がなによりも力になりますので、ぜひ率直なご意見・ご感想、どんなご意見でもかまいませんので、お聞かせください。

(イラストもOK!)

①毎日の暮らしの中で不便だと感じていることやこんなことが知りたいというものはございませんか?(番号を○で囲んでください)

※複数回答可

1. 太陽光やエネファーム、蓄電池について知りたい
2. ガス機器情報が知りたい(新商品・安全性・清掃性)
3. オール電化について知りたい
4. 最新の家電情報が知りたい
5. リフォームについて知りたい
(キッチン・浴室・洗面所・玄関・内装・お庭)
6. 防犯対策
7. その他

*よろしければ具体的にお書きください。

②当社や、情報誌「ほったか!」(気になったページや質問など)についてお気づきの点ございましたら、自由にお書きください。

お便りの内容を弊社関係紙面に掲載してもよろしいでしょうか?

☐はい ☐いいえ ☐匿名ならOK

ご協力ありがとうございました。



水道障害(凍結・破裂・損傷等)を防ぎましょう!

気温低下や積雪も見受けられる季節になりました。

水道管が凍結し、水やお湯が出なくなったり、破裂・損傷に伴う断水が生じることも予測されます。そこで、ご自宅ですぐにできる予防方法をご紹介しますので、ご活用ください!

屋外の水道管、水道メーターボックスに保温を

GOOD!

保温チューブや布を巻いて凍結予防!



露出管 保温チューブや布

上からビニールをかぶせる



メーターボックス

元栓バルブ

発泡スチロールや新聞紙

新聞紙や発泡スチロールで保温!

凍って水(お湯)が出なくなったら...

日中気温が上昇すれば、元通り水(お湯)は出るようになります。推奨はしませんが、どうしてもすぐに水(お湯)が必要な場合は、水道管にタオルをかけ、その上から「ぬるま湯」をゆっくりかけ溶かしてください。



寒波がくると予想される場合は前日の夜に「水の汲み置き」を!



水道管が破裂してしまったら?

元栓をしめて 破裂箇所へ布やテープなどを巻き、最寄りの水道工事業者様または当社までご連絡ください。(修理費用は有料です)

郵便はがき

63円
切手を
貼って
ください

〒807-0833

福岡県北九州市八幡西区南鷹見町15-20

折尾ロイヤルビル2F

高松産業株式会社 ほったか!編集部 行

Tポイントまたは、
ニモカポイントが
貯まります!

Tカード、nimocaのご登録は
お済みですか?

毎月のガス代やガス機器、家電
購入、リフォームやおせち購入
全てにポイントが貯まります!
(※付与に一部条件あり)



←Webからかんたん
登録はコチラ

-みなさんのお声をお聞かせ下さい-

みなさんのお声をもとに、紙面内容の
充実に活かしていきたいと考えています。
ぜひみなさんのお力をお貸しください!
裏面のアンケート内容にご回答の上、
お送りいただいた方に



「Tpoint 100ポイント」プレゼント!

お手数ですが、ハガキを切り取って63円
切手を貼ってお送り下さい。
たくさんのご意見・ご感想お待ちしております。
(Tカードをお持ちでない方は
無料で発行できますのでお気軽にお問い合わせ下さい。)

ご住所 〒

お名前(ふりがな)

お電話番号

生年月日(西暦)

ポイントを付けるTカード番号
(16桁または9桁の数字のみ、ハイフンなし)

※ご記入頂きました個人情報は、
個人情報保護法に基づき厳重に取り扱うこととします。