



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  
3月号

SPRING

vol. **45**

# ほったか！



くらしのお役立ち情報満載！



## 社員のひとりごと

高松ガスの中村です。正直何の趣味も特技もない私が何を書こうか悩んだ結果、今回はうどんについて食レポを書こうと思います。

北九州には資さんや満月、ウエストといった安くて美味しいうどんのお店が多数ありますが、私のお気に入りには、折尾の「東筑軒」のかしわうどんです。細かく刻んだかしわに小さめのかまぼこ、シャキシャキしたネギ、やわらかい麺に甘い出汁、これに赤唐辛子をかけて食べると、とても美味しく、子どもの頃から40年以上食べ続けていますが、未だに飽きません。店内には有名人のサインがあり、TNCのうどんマップサタデーでも紹介されていました。北九州を代表するソウルフードと言っても過言ではないと思います。

是非みなさんも近くに寄った際は足を運んでみて下さい。



◆主婦のナイショ話  
環境にいいことしてますか？

◆暮らしの足し算  
年齢肌をきれいに見せる  
洋服の色

◆なごみひとさじ  
自分と人を比べない

◆健康レシピ  
そら豆のリゾット

◆生活のメモ  
小さな「困った」もお任せ

◆暮らしのアドバイス  
かんたんにできる  
お家の 暗さ解消法

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

### 環境にやさしい、何かしていただけますか？

20～60代の主婦846人を対象に行った、「環境問題」についてのアンケートがあります。まず、「環境問題に関心がありますか？」という質問から。一番多かったのが「やや関心がある」62・9%、続いて、「とても関心がある」25・9%、「あまり関心がない」8・4%、「関心がない」2・8%となりました。

では、「国際的な環境問題で気になっていることは？」という質問です。複数回答で一番多かったのが「地球温暖化」

85・6%で、「プラスチックゴミによる汚染」64・3%、「川・海の汚染」56・1%、「オゾン層の破壊」41・7%と続きました。ほかに、核実験による汚染、野生動物の激減・減少、発展途上国の公害、熱帯雨林の減少、酸性雨などが挙げられました。

そして、「環境問題を意識して日々していることは？」という問い。複数回答で、「エコバッグ・買い物袋を持参」83・5%、「水の出しっぱなしに注意」80・9%、「電気をこまめに消す」79・

7%、「エアコンなどの温度設定に注意」68・4%、「食べ物を捨てることのないようにする」65・8%などがありました。ほかに、「家・外出先でゴミは分別」「マイ水筒・ボトルを持ち歩く」「買い物時に不要な包装は断る」「リサイクル商品や詰め替え商品を買う」「地産地消を心がける」などがあり、さまざまなシーンで環境のための努力をしているようです。

さて、ニュースなどで「SDGs（エスディージーズ）」という言葉を目にするようになりました。SDGsは「Sustainable Development Goals（持続可能な開発目標）」の略。世界が抱えるいろいろな問題を2030年までに解決するための目標で、柱は経済、社会、環境の3つ。一人一人ができることは小さいかもしれませんが、それが集まれば大きな成果が得られるはず。環境問題について、そろそろ真剣に取り組みたいものです。







# 年齢肌をきれいに見せる洋服の色

## 暮らしの足算

年齢を重ねて髪や肌の色が変わってくると、「よく着ていた洋服が似合わない」と感じるようになります。パーソナルスタイリストの杉山律子さんによると、そんな年齢肌をきれいにさせるにはポイントがあるのだとか。それは、『基本色は3色』『白を必ずとり入れる』『アクセントカラーは1色で1カ所』です。

基本の3色とは「白」と、引き締め色の「黒か紺」、「ニュアンスカラー（中間色）」の3色。

まず、肌の悩みを目立たせず、年齢肌を明るく見せてくれる上、どんな色とも相性がよいのが白。誰にでも似合う万能色で、着こなしに統一感も持たせてくれます。白は膨張して見えるからと敬遠せず、着こなしにとり入れましょう。

次に、引き締め



色は、色黒の人は黒、色白の人は紺を選ぶと間違いありません。自分のクローゼットを見渡して、黒か紺が多いほうを選ぶのもOK。多いほうが自分に似合う色だとか。

そして、名脇役的な存在が、おしゃれに奥行きを持たせてくれるニュアンスカラー。ベージュやグレー、カーキ、ブラウンの中から1色選びましょう。これらの色なら、白はもちろん、黒にも紺にもよく合います。

最後に、アクセントになるような色を。黄色や赤、青といったインパクトのある色がおすすです。バッグやアクセサリ、スカーフなど、1カ所だけに使うと落ち着きます。

わたくしの人生に、人と自分をくらべるといふ概念はございません

— デヴィ夫人

## なごみひとさじ

テレビのバラエティ番組などで活躍するデヴィ夫人は、1940年生まれの80歳。19歳でインドネシアのスカルノ元大統領の夫人となり、30歳で未亡人に。その後、いくつかの恋を経て、60代からテレビに出演して人気者になりました。昨年出版した『選ばれた女』になります。デヴィ夫人の婚活論（講談社）は彼女の考え方がストレートに表現され、売り上げを伸ばしています。

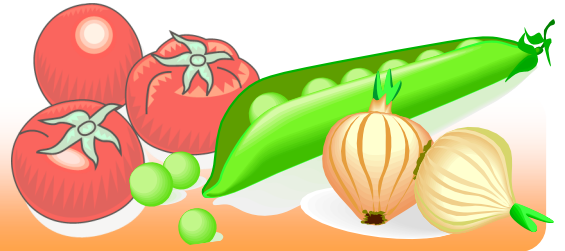
「つねに好奇心と探究心を持ち、何事にも挑戦する。それが人生において何よりも大切なこと」とデヴィ夫人。自分が死ぬときには、「人生、やりつくした！」という満足感を持ちたいと思っているのだとか。



そして、冒頭の言葉。デヴィ夫人は自分と人をくらべません。とても貧しい家に生まれ、苦勞を重ねてきた彼女ですが、自分を不幸だと思っただことは一度もなかったとか。むしろ、貧しさが人生を切り開くパワーになったそうです。不満を感じたり、ネガティブな気持ちが起こるのは、人とくらべるからなのです。

年をとれば当然、若さはなくなっていくますが、知性と女性らしさはいくつになっても失われないもの。そのためには、勉強を続けて、自分を磨き続けることが大切だとデヴィ夫人は言います。

# 元気もいもい 健康レシピ



## 3月の元気レシピ＜そら豆のリゾット＞

食物繊維が豊富に含まれるそら豆は、腸の働きをよくするのにぴったりの食材。また、ビタミンB群が豊富なので、糖質を分解してエネルギーに変え、疲労回復に役立てることもできます。さらに、血行をよくしてくれるため、冷え症の対策としても有効。肌をすこやかに保つほか、免疫力をアップさせるビタミンCが豊富な点も見逃せません。カリウムや亜鉛もたっぷり含まれています。

### ★レシピのポイント

ゆでてお酒のつまみとしておなじみの空豆は、淡泊な味なので洋風の料理ともよく合います。簡単に彩りもきれいなひと品ができます。

### 材料（2人分）

米：1合  
そら豆（正味）：150g  
ベーコン：2枚  
玉ネギ：1/4個  
オリーブ油：大さじ1  
A 洋風スープの素：1/2個（固形）  
湯：2カップ  
しょうゆ：大さじ1/2  
バター：10g  
パルメザンチーズ：大さじ1

**1** そら豆はサヤからはずして皮をむき、塩ゆでする（塩は分量外）。



**2** ベーコンは幅1cmに切り、玉ネギはみじん切りにする。Aを混ぜてスープを作る。



**3** 鍋にオリーブ油、ベーコン、玉ネギを入れて中火で5～6分炒め、ベーコンがカリッとしてきたら米をとかずに加える。



**4** 米が透き通ってきたら熱いスープ1/2カップとそら豆を加える。ときどき混ぜながら米にスープを吸わせる。



**5** スープがなくなってきたら熱いスープを足す。これを3～4回繰り返す。



**6** 15分くらいして、米にやや芯が残るくらいに煮えたら、バターとパルメザンチーズを加えて混ぜ、4～5分煮る。



完成！



## □生活のメモ

こんなこと  
“ガス屋さん”に  
頼んでいいのかしら…?



そんな時こそ当社にお任せください!

ちいさな暮らしの**困った!**でも

**喜んで解決**します!!!

当社は、ただの“ガス屋さん”ではなく、地域に寄り添い、  
みなさんの暮らしが快適・便利になることなら何でも喜んでお手伝いしたいと  
想い、“**街の御用聞き**”を目指しています。

例えば、こんなお困りごとありませんか?

### ケース1



照明が高い位置にあって  
変えられない。  
一人暮らしで家族も離れて  
住んでいるので気軽に頼め  
ない。

### ケース2



トイレの便座が冷た  
く、毎年冬場は特に  
ひんやりして困って  
いる。



### ケース3



ずいぶん前から蛇口を  
しめても水がポタポタ  
と漏れている。

そんな時は、

**0120-889-294**

までお電話ください!

その他、

- 手すりの取り付け
- 火災警報器の交換
- インターホンの取り付け
- プロペラ換気扇の交換

など、**小さなことでも笑顔で**  
**かけつけますので、遠慮なく**  
**何でもご相談ください。**

みなさんが困ったとき  
こそわたしたちの出番  
です!



標準工賃(※商品代は別途)

| ケース | 内容       | 税別      |
|-----|----------|---------|
| 1   | 照明交換     | 3,000円  |
| 2   | 温水便座取付   | 7,000円～ |
| 3   | 蛇口の水漏れ修理 | 5,000円～ |

## 少しの漏れも見逃さない。万が一の危険も素早く察知！ ガス警報器で安心な暮らし

ガス警報器は、ガス漏れによる事故を未然に防ぐため、お客さまの**安全を24時間365日見張ります。**

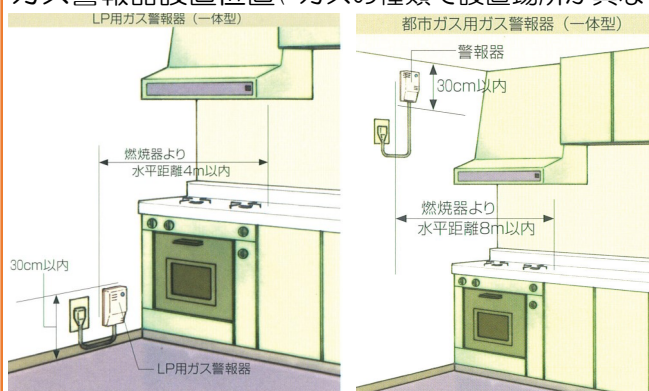
うちはついているから問題ないと思われた方も、ご家庭の**警報器の期限をご確認下さい。**

ガス警報器は期限が定められていて、**5年に1回の交換が必要**です。なぜ5年かというとセンサーが悪くなったり、感度が悪くなることで、いざという時に作動しない恐れがあるからです。

でももし漏れがあったらガスメーターがガスを止めるのでは？と思われた方、もちろん地震や大量にガスが流れた時や、長時間ガスを使用して漏洩が疑われる場合にはメーターがガスを止めてくれますが、お部屋の中に警報器という見張り番を置くことで**多重の備えで安全を守り、安心して生活できます。**

警報器の「音」で未然に危険を察知し、事故が起きる前に、**自分や家族・大切なお家への危険を回避し、暮らしの安心を守りましょう！**

ガス警報器設置位置(\*ガスの種類で設置場所が異なります)

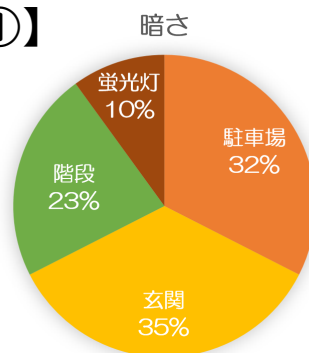


当社で3年に1回以上実施しているガスの法令点検で詳細をご説明しています。  
まだ設置していない方や、期限切れの方はその際にご検討下さい。



## ★暮らしのワンポイントアドバイス【暗さ解消編①】

当社のお客さまにご協力いただいて実施しているアンケートの結果から、**ご家庭の安全ポイント**に関して**約20%**の方が気になるとご回答された「**暗さ**」について簡単にできる解消法をご紹介します！



### 駐車場の暗さ対策



ソーラー式  
センサーライト

**電気工事不要**で簡単に取り付けられます。  
**不審者が入ってきた時や夜間に駐車する時に明るく照らす**ので、防犯と安全対策どちらにもおすすめです。  
当社にもよくご依頼をいただいています。

費用目安(工賃込み)

**13,000円**



ガーデンソーラーライト

ソーラー式は**電池交換不要**です。  
100円ショップやホームセンターで取り扱っています。お手軽な価格で暗さ対策ができます。

費用目安

**100円～1,000円**



次回は玄関と階段の暗さ対策をご紹介します！





## 「スマホ決済」導入準備中です！



「PayPay」や「LINE Pay」を使って、ガス器具や家電、おせちなどの、当社の商品を購入できるようになります！

(※4月から開始予定です)

多様な支払い方法をお使いいただける体制を整えることで、みなさまがより便利に感じていただけるよう取り組んでいます。

## 「LINE公式アカウント」お友達募集中！

高松産業グループの

「LINE公式アカウント」を開設いたしました！イベントのお知らせや、暮らしに役立つ情報、当紙面「ほったか!」のバックナンバーの配信などを予定しています。

右のQRコードを読み込んで、お友達登録をよろしくお願いいたします！☺



## 「Tポイントカード」の登録はお済みですか？

毎月のガス代、商品購入など  
**全てにポイントが貯まります！**

※ガス料金へのポイント付与は、条件あり

①当社ガスを利用している(※法人契約は除く)

②ガス料金の支払方法が口座振替  
またはクレジットカード

Webから登録はこちら↓



### 【注意事項】

ガス使用量が5㎡以上の  
月のみ、200円(税抜)につき  
1ポイントが付与されます。

## 入退去のご連絡はお早めに！

入退去をされる際は、  
ガスのご契約・ご解約のお手続きが必要になります。

3月～4月は毎年ご予約が大変混み合います。  
お引越しの日時がお決まりになりましたら、  
早めに

TEL: **0120-889-294**まで、

ご予約のお電話をお願いいたします。



## 「佐賀県復興応援キャンペーン」ご当選者発表！

ご応募いただいた**125名**のみなさま！  
誠にありがとうございました！

**A賞** ガーデンテラス佐賀ホテル＆  
マリトピア1泊2食つきペアチケット

水巻町 伊藤さま／岡垣町 松本さま

**B賞** 佐賀県産 お米(さがびより) 5kg

若松区 木村さま／水巻町 西川さま  
宗像市 桜井さま／中間市 山根さま  
八幡西区 入川さま／濱田さま  
岡垣町 熊谷さま・佐々本さま・藤河さま・田代さま



**C賞** 室内物干し／岡垣町 奥村さま

**D賞** 長谷園「あぶり名人」／八幡西区 田中さま

**E賞** ティファール圧力鍋／宗像市 太田さま

**F賞** 佐賀牛ロースステーキ

中間市 米山さま／糟屋郡 藤木さま／春日市 高山さま

**G賞** 長谷園土鍋「エコかまど3合炊き」

八幡西区 疋田さま／中間市 榎本さま  
水巻町 古川さま・山本さま・塚本さま

**H賞** 長谷園「やきやきさん」  
または「グリル鍋オーバル」

八幡西区 石田さま／水巻町 佐伯さま・仲間さま

**I賞** 長谷園「伊賀釉」または「ピストロ土鍋」

宗像市 西村さま／水巻町 小林さま／中間市 吉田さま  
岡垣町 吉牟田さま／遠賀町 平見さま

**J賞** 長谷園「陶珍粉引」

粕屋町 原さま／早良区 原口さま  
春日市 山田さま／岡垣町 三重野さま  
水巻町 井手さま・今別府さま／八幡西区 大塚さま  
今村さま／中間市 植本さま・江原さま



# ちょっと教えて！家づくり



「設計図書」とはどんなものですか？



家作りに必要な図面と仕様書を「設計図書」といいます。その内訳は複雑ですが、大きく分けて次の3種類です。

【設計図】家の設計に関する各種図面。配置図・平面図・立面図・断面図・展開図・設備図など多数。

【仕上書・仕様書】仕上材料や施工法を明記したもの。二つが一緒になっていることもあります。希望通りの仕上げかどうかをチェックするための書類でもあります。

【工事見積書】各工事代金の見積もりに関する詳しい内訳表。工事見積書に含まれる工事範囲は業者によって異なります。追加工事を防ぐためにも事前に内訳をしっかりと確認しておきましょう。

## 編集 後記

みなさんこんにちは。ニコミ誌編集担当の尾崎です。日ごとに春めいて参りましたが、お元氣にお過ごしでしょうか？

みなさんはキャッシュレスに移行されていますか？キャッシュレス決済だと、お店によっては2%～5%還元など何かとおトクにお買い物ができるようになっていすよね。実は当社でも、クレジットカードでお支払い頂くと、5%が還元されるようになりました。ガス代のお支払いだけでなく、ガス機器、家電の購入なども対象です。令和2年6月末までになりますので、ぜひご活用ください。（※一部対象外のカードもございます）



さて、私ごとですが、飽きの私の唯一の趣味は「ダーツ」です。身体を動か

かす系の趣味「サーフィン」や「キックボクシング」・「ダンス」などはどうも続かなかったのですが、ダーツはお金もあまりかからず、身体もそんなに疲れないので、私にはマッチしていたようです。最近、友人の家にダーツボードを設置したので、家の中だと無料で対戦できるようになり、インドアに拍車がかかりました（笑）。運動系で私でも続けられる手軽な趣味を模索中なので、何かおすすめめの趣味があったら教えてください！

花冷えの頃は体調を崩しやすいものです。お体を大切になさってくださいね。



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**

ハヤク ツクヨ

〒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。