



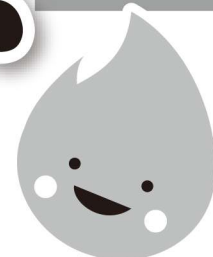
HOTな「たかまつ」！ ほっとする「たかまつ」！ ホットライン「たかまつ」！

2021年
1月号

WINTER

vol. 55

ほったか!



くらしのお役立ち情報満載！

- ◆主婦のナイショ話
好きな小鉢料理は？
- ◆暮らしの足し算
ホエー漬け
- ◆なごみひとさじ
ものを大切にする
- ◆健康レシピ
豚バラ大根
- ◆生活のメモ
石油のお悩み改善
- ◆地域の気になるお店紹介
中間ホルモン
リニューアルOPEN！



あけましておめでとうございます。
宗像営業所の相馬(そうま)です。2020年は新型コロナウイルスという見えない恐怖に怯えた未曾有の始まりでしたね。今年は災害の無い、平和な年になってほしいと願うばかりです。

私のマイブームは「キャンプ」で過ごすことです。一昨年ぐらいから「第2次キャンプブーム」が再熱していますが、そのブームにのってしまった一人です(笑)。なんといっても、キャンプの楽しみ方は十人十色！基本的なマナーを守れば、みんなで食事やお酒を楽しんだり、お気に入りのギア(キャンプ用品)を集めてみたり、焚き火を楽しんだり、読書を楽しんだり、自然と一体化したり、無限の楽しみがキャンプにはあります♪

初心者の方でも気軽に楽しめますので、ぜひみなさんもレッツゴーキャンピング！

社員のひとりごと



新型コロナウイルス感染防止への取り組み

当社では以下を徹底し、感染防止に努めています。

- ・毎朝の従業員の健康チェック(検温、諸症状)
- ・手洗い、手指消毒の徹底
- ・従業員のマスク着用義務化



高松産業
グループ





なごみ庵

～なごみあん～

主婦のナインシヨ話

小鉢料理を食卓にとり入れていますか？好きな小鉢料理は？

20～60代の主婦500人を対象に行った「小鉢」に関するアンケートを見てみましょう。まず、「一汁三菜の意味を知っていますか？」という質問から。「はい」と答えた人が

88%、「いいえ」が12%でした。一汁三菜は和食の献立の基本。「ご飯と汁、主菜1品、副菜

2品」という構成を言います。次に、「小鉢料理をとり入れることを意識していますか？」という質問になると、「つ

ねに意識してとり入れている」が34%

「できるかぎりとり入れたい」と思っている「51%、「とくに意識していない」

15%となりました。とり入れている人に理由を尋ねると、91%の人が「栄養バランス」と答えているようです。

さらに「食べるのが好きな小鉢料理は？」という質問を見てみましょう。複数回答で、一番多かったのが「きんぴらゴボウ」75・8%。「青菜のおひたし」59・6%、「酢の物」55・6%、「カボチャの煮物」60・4%、「ヒジキの煮物」51・8%、「切り干し大根の煮物」50%

などと続きました。きんぴらゴボウは、「作るのが好きな小鉢料理は？」という質問でも48・2%と1位になっています。

さて、「ゴボウ以外にほかの食材でもきんぴらは作れます。レンコンやサツマイモ、ジャガイモといった根菜類なら、ゴボウと同様に作ればOK。ほかに、ピーマンやブロッコリー、小松菜など緑黄色野菜や葉物でも作ることができます。たとえば、「小松菜のポン酢きんぴら」。適当な長さに切った小松菜をこま油で炒め、赤唐辛子、酒、ポン酢しょうゆ、塩を加えてさっと炒めるだけででき上がります。すぐに火が通るので、加熱しすぎに注意を。

また、きんぴらゴボウでも、いつもの味つけを変えてみるのもおすすめです。酒と塩で味つけて「塩きんぴら」、ウスターソースで「ソースきんぴら」、ニンニクをきかせて「洋風きんぴら」など、アイデア次第です。



「ホエー漬け」

最近、静かなブームになっているのが、「ホエー漬け」。

ホエーはヨーグルトの上澄みのことで、乳酸菌や水溶性のビタミン類、タンパク質などが豊富に含まれ、腸活にもおすすめの液体です。そのホエーを使えば、おいしくて体にもいい浅漬けが簡単にできるのです。基本的な作り方から紹介しましょう。

まず、ホエーのとり方から。小さなボウルにザルを重ね、さらにペーパータオルを1枚のせます。プレーンヨーグルトを1カップ(200g)入れて冷蔵庫に入れます。30分程度おくと、ヨーグルトが水切りされ、ボウルにホエーがたまります。

次に漬物の作り方を。キュウリ2

本を乱切り、シヨウガ2分の1かけをせん切りにしてジッパー袋に入れ、塩小さじ2分

の1を加えて軽くもみます。ホエー2分の1カップを加えて軽くもみ、冷蔵庫で30分くらいおけば完成。

キュウリのホエー漬けができ上がります。キュウリのほか、キャベツや白菜、カブ、ニンジンなど、ほかの野菜でも同様においしいホエー漬けを作れます。塩のほか、みそや酢、ゆずこしょうなどを加えて、味のバリエーションを広げるのもおすすめです。

なお、ホエーをとったあとのヨーグルトはクリームチーズに似た、なめらかな食感! はちみつやジャムなどを加えれば、デザートとしても楽しめます。



ものを大切にすること、優しい心がないとできないことだった

— 花森安治

1948年の創刊から70年以上、今も続く雑誌『暮らしの手帖』の初代編集長が花森安治です。創刊から30年以上にわたって、『暮らしの手帖』の制作に携わってきました。多彩な才能の持ち主で、企画から取材、原稿執筆、撮影、挿画、デザインまで、多岐にわたってとり組んだ

花森氏。彼が作った当時の号は、今でも多くの人に評価されています。おっぱ頭(おっぱい)にスカートをはいて仕事をしていたことでも有名です。

花森氏はページの隅々まで目を通して手をかけ、鬼編集者でした。それほど、仕事を、『暮らしの手帖』を愛していたのでしよう。「どの号も、ぼく自身も取材し、写真を撮り、原稿を書き、レイアウト

トをやり、カットを抜き、校正をしてきたこと、それが編集者としてのぼくの、何よりの生きがいであり、喜びであり、誇りであるということです」と誌面に綴っています。

さて、冒頭の言葉は花森氏のモノに対する考え方を表したものの。ファストファッションやプチプラなどで価格の安いものを手に入れ、ある程度使ったら捨て、新しいものに買い換えることが日常の現代。それとは逆に、気に入ったものを手に入れ、愛情を持って使うことこそ、花森氏の言うように、心を優しく、暮らしを豊かにするコツなのです。



元気もいもい 健康レシピ



1月の元気レシピ＜豚バラ大根＞

寒くなると甘みが増しておいしくなる大根。大根に多く含まれる、でんぷん分解酵素の「ジアスターゼ」は消化をよくし、胃もたれや胸焼け、胃酸過多などに効果があります。また、独特の辛み成分である「ラファサチン」は発がん抑制作用、抗菌作用があると言われています。大根は水分が多く、栄養価がそれほど高いわけではありませんが、その分低カロリーなので体重が気になるときにもおすすめの食材です。

★レシピのポイント

大根にくらべて豚肉が少なめですが、豚バラ肉を使うことで、コクが出ておいしい煮物になります。汁気が少なくなるまでじっくり煮詰めるのがポイントです。

材料（2人分）

大根：1/2本
豚バラ薄切り肉：150g
ショウガ：1かけ
ごま油：小さじ1
塩：ひとつまみ
こしょう：少々
だし汁：2カップ
砂糖：大さじ1・1/2
しょうゆ：大さじ2
粗びき黒こしょう：少々

1 大根は2cm幅の半月切り、豚バラ肉は3～4cm幅に切り、ショウガはせん切りにする。



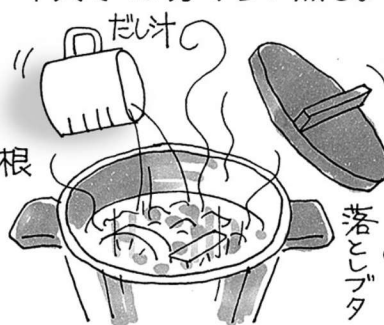
2 鍋かフライパンにごま油とショウガを入れて中火にかけ、香りが立ってきたら豚バラ肉を加え、ほぐしながら炒める。



3 豚バラ肉の色が変わったら塩とこしょうを加えて下味をつけ、大根を加えて1分ほど炒め合わせる。



4 だし汁を注ぎ入れ、沸いたらアクをとり、落としブタをして弱めの中火で15分くらい煮る。



5 砂糖を加えて5分くらい煮たら、しょうゆを加えてさらに5～7分煮る。器に盛り、粗びき黒こしょうをふる。

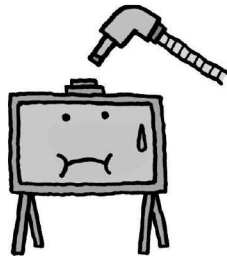


石油給湯器(灯油ボイラー)をお使いのみなさま ガスで暮らしをもっと快適にしませんか？



下記のチェック項目に1つでも当てはまったら給湯器の見直し時です。

- ✓ 給油が面倒、持ち運びが大変
- ✓ 灯油の臭いが気になる
- ✓ 水圧が弱い気がする
- ✓ 湯切れが心配
- ✓ ご使用の給湯器が経年7年以上



高松産業グループではガスへのお乗り換えをしっかりサポート！

①しっかり聞きます！

お取替え後の不安に思う点を最初にしっかりお聞きし、安心して交換して頂けるようサポートします。



②のりかえ割でお得！

本体購入の際のコスト負担を少しでも軽減できるよう「のりかえ特別価格」でご提案させて頂いています。



③購入後もサポート！

必ず担当がつきますので、操作方法やご不明な点がございましたらいつでもご相談ください。



＜お客さまの声＞ 先日灯油からガス給湯器へ交換されたI様にご協力いただき、取材させて頂きました！お忙しい中、ご協力誠にありがとうございました。(取材担当:古木)



水巻町 I様

？ お問合せ頂いた理由を教えてください。
浴室リモコンが故障(3カ月前に)し、タンクもさびて針が壊れていたところ、案内のはがきが届いたので。友人からガスに変えてよかったと聞き以前から気になっていました。

？ 灯油給湯器で気になっていた点がありますか？
臭いのと、運転音がうるさい点です。娘から言われていました。

？ 灯油からガスに変える上での不安はありましたか？
ガス料金が上がる分不安でした。

？ ガスに変えてみてどうでしたか？
リモコンの表示が大きくてみやすくなって、お風呂が沸いた時に音声でお知らせしてもらえるのが気に入っています！外回りもすっきりし、お湯が出るのも早くなって快適です。



営業担当
古賀

些細なことでも気軽にご相談くださいね。



ご相談は「高松産業お客様センター」までご連絡ください！



0120-889-294

※携帯・自動車電話・PHSからもご利用になれます。

ハ ヤ ク ツ ク ヨ



地域の気になるスポットへ密着取材 part7

黒毛和牛専門店 中間ホルモン (リニューアルOPEN!)



創業69年の老舗人気店が

2020年12月5日にリニューアルOPENしました!

ホルモンはもちろん、秘伝のタレが人気の秘訣。

地元で愛される名店です。

3代目店長への代替わりを機に、外観・内装ともに一掃されました!

OPENを待ち望んでいた方も、行ったことがない方もぜひ絶品のお肉を味わいに中間ホルモンへ!

中間ホルモン

住所/中間市中尾1-4-8

電話/093-244-9900

営業時間/17:00~23:00

定休日/火曜日

アクセス/筑豊中間電停から徒歩5分

JR中間駅から徒歩15分

駐車場/あり

次号で詳しくご紹介します! お楽しみに! 🍖



レンタルガスファンヒーター 無料お試しキャンペーン



冬の朝が苦手なあなた
ワンコインでホッとな冬を過ごしませんか?

はじめてのお申込みで

「1ヵ月レンタル料無料」!

※設置した月のレンタル料が無料



ガスファンヒーターの3つのおすすめポイント!

安全	快適	便利
ホースがはずれると自動でガスを停止! ファンヒーターを倒してしまっても自動で消火します。	5秒で点火し、エアコンでは暖まりにくい足元までしっかり暖めます。寒い朝に大活躍!	給油が必要ないの で、重い灯油を持 ち運ぶ手間がなく なります。高層階 の方もあしん。



レンタル期間	11月~4月末
レンタル料	500円(税別)/月 (※日割料金無し)

レンタルが便利!

「初期費用」・「清掃」・「メンテナンス」・「お片付け」不要

※数に限りがございますのでなくなり次第終了となります。

※ご利用は高松産業グループのガスをご利用の方限定になります。

7/30に発生した福島県内における 飲食店爆発事故の報道を受けて

みなさまの「かけがえのない命」と「大切な住まい」をお守りするため、ガスのお取り扱いに関するお願いを今一度この場を借りてご案内させていただきます。

ガスを安全にご利用頂くための3つのお願い

- ☒ 長時間の外出時や就寝時には念のためガス栓を締めてください。
- ☒ リフォームをされる際は、一見ガスに関係のない工事であっても事前にご相談ください。
- ☒ ガス警報器が正しい位置に設置されているか、正しく作動しているかを今一度ご確認ください。



※ガス警報器が発報した場合や、少しでもガス臭いと感じた場合は、室内の火気(家電を含む)を止め、ガス栓を締めドアや窓を開けて十分に換気した上で当社(TEL0120-889-294)へご連絡ください。

ガスは正しい知識を持ち、正しくご使用頂ければ安全・快適にご利用頂けるものです。今後もより一層安全には十分留意し、快適にガスをお使い頂けるよう取り組んで参ります。

お申し込み
ご相談はこちら

高松産業グループお客様センター

0120-889-294

※携帯・自動車電話・PHSからもご利用になれます。

LINE 公式アカウント



ちょっと教えて！家づくり



住宅のチラシなどに「●坪」とありますが、そもそも「1坪」のイメージがわかりません。



ちなみに正確には、1坪は約3.3平米、1平米は約0.3025坪。坪はこの数字で計算しています。

「ワンフロア20坪」
「20坪×2帖＝40帖」
「だいたい畳40枚分」
こんなイメージです。本当に大雑把なイメージなので実際の広さとは誤差が生じますが、畳40帖分の中に12帖のリビングを作ると残りは28帖。キッチンは最低でも10帖ほしいから、あとは和室を何帖にするか……といった具合に考えると間取り計算がしやくすなるでしょう。

「●坪」という表現は住宅業界で当たり前に使っている言葉ですが、一般の人にはイメージしにくいようですね。そこで大雑把な換算法として、「1坪＝畳2枚分（2帖）」と覚えておくのも便利かもしれません。



Tポイントが貯まります！



Tカードのご登録はお済みですか？
毎月のガス代やガス機器・家電・おせち購入
やリフォーム工事、全てにポイントが貯まります！

※毎月のガス料金へのポイント付与は
下記の条件を満たす方が対象です。

- ①当社ガスをご利用の方（※法人契約除く）
- ②ガス料金のお支払い方法が口座振替
またはクレジットカード決済の方

【注意事項】

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



↑WEBからかんたん
登録はこちら

アンケートご協力をお願い

紙面内容の充実のため、みなさまのお力をお貸しください！WEBでアンケートにご回答
頂いた方にTポイント50ptプレゼントいたします！



※ご入力頂きました個人情報、
個人情報保護法に基づき厳重
に管理致します。



↑回答はこちら

高松産業グループ 公式 LINE アカウント お友達募集中

こんな時にも使える！

☑レンタルガスファンヒーターを借りたい



今年の冬は例年に比べても
寒くてツライ（泣）。
今から暖房器具を新たに
買う予定もないし…。
¥500/月でレンタルして
みようかな…。



高松産業グループ LINE 公式アカウントに
“レンタルファンヒーター設置”と話しかけてください。
↓
LINE 公式アカウント内で工事や設置日について
のご相談を承ります。



水道障害(凍結・破裂・損傷等)を防ぎましょう!

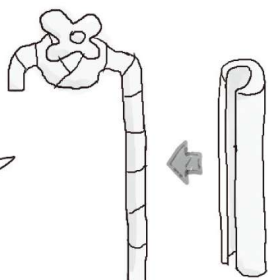
気温低下や積雪も見受けられる季節になりました。

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

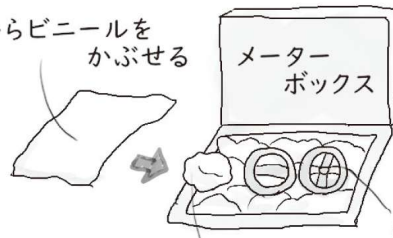
GOOD!

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



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「水の汲みおき」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)

お部屋探し中の方へ耳寄り情報

新築! おすすめ賃貸マンションのご紹介



駅近! アクセス◎
北九州モノレール
香春口三萩野駅
から徒歩7分!



女性の一人暮らしでもあんしん!
オートロック、
防犯カメラ完備



設備が充実!
インターネット
無料!
浴室乾燥機つき



収納たっぷり!
使い勝手の良い
ウォークスルー
クローゼットつき



2021年1月完成予定



1・2号室の間取り
(3・4号室は反転)

サンシャインタワー三萩野

【物件住所】小倉北区三萩野1丁目2-11

【タイプ】1LDK(40.15㎡)

【構造】鉄筋コンクリート10階建 36戸

【家賃】64,000円~68,000円

【共益費】4,000円

【礼金】2ヶ月

【駐車場】10,000円~11,000円

【方位】南西

内観写真など
詳しい情報は
こちら



お問合せは
こちら

TEL 093-230-0518 (株式会社 アシスト)

この1年がみなさまにとって
幸多き年となりました。本年
もどうぞよろしくお願いしま
す。



編集後記
あけましておめでとうござ
います。編集担当の尾崎
です。よい新年をお迎え
ください。さて、表紙の社
員のひとりが、先日私も
キャンプデビューしてしま
した! 焚き火の音が想像
以上に心地よく、外で食
べるホットサンドが絶品
だった。また、初めてテ
ントの中で寝たのが、非
常に楽しかったです。次
回のキャンプも楽しみに
しています。



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。