



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  
9月号

AUTUMN

vol. 63

# はよっさわ!

くらしのお役立ち情報満載！



- ◆主婦のナイショ話  
アラフィー世代の妻の本音
- ◆暮らしの足し算  
「食分冷凍パック」
- ◆なごみひとさじ  
ケチ師範
- ◆健康レシピ  
サバのイタリアングリル
- ◆生活のメモ  
冬場の入浴事故に注意！
- ◆地域の気になるお店紹介  
住宅街に潜む名店  
本格フレンチ「シャンフレッシュ」
- ◆ガスと暮らしの安心運動 他



最近は趣味の旅行やキャンプも我慢し、休みの日は、趣味の早朝ソフトボールで体を動かし、自宅では妻との会話もなくごろごろしております。（40年も一緒にいると会話もなくなるものですね。）

そんな私たちを猫が癒してくれています。

『子は鎌（かすがい）』といいますが、我が家は、

今では猫が『鎌』ですね（笑）。

これからも飼い猫のチビには元気でいてもらわないで困るので、大好きなおやつも程ほどに、飼い主共々、健康第一で過ごします！

こんにちは、中間支店の大和です。今年も猛暑の毎日でしたね。コロナ渦が続きますが、みなさいかがお過ごしでしょうか。私は先日やつと2回目の接種を済ませました。しかし、接種が完了しても感染しないわけではないので、元の生活に戻れるにはまだまだ先になりそうですね。



## 社員のひとりごと



### アンケートのお願い

紙面内容の充実とサービス改善のため、お力を貸しください。  
WEBでご回答頂いた方に  
Tポイント50ptプレゼント！

ご回答は[こちら](#)



ご入力頂きました個人情報は、個人情報保護法に基づき厳重に管理致します。

### 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
- ・手洗い、手指消毒の徹底
- ・従業員のマスク着用義務化



家事で忙しい奥様必見!  
洗濯機をまわしている間に乾燥できます！

次回  
9月25日(土)開催!  
ガス衣類乾燥機体験会

詳細は最後のページへ



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～

## 主婦のナイスヨ話

アラフイー世代の妻の本音、聞いちやいました！

アラフイー世代の女性317人（45～59歳がメイン）に行つた、夫婦の本音アンケートを見てみましょう。まず、「ズバリ！」今、あなたは夫を愛していますか？」「はい」が62%で一番多く、「わからない」27%、「いいえ」11%となりました。では、「今でもおたがいに愛している、好きといつ言葉で気持ちを伝えていますか？」という質問です。今度は「いいえ」が一番多く59%、「はい」29%、無回答12%という結果に。日本人は「愛している」などの気持ちを伝えるのが上手ではないと言われますが、アラフイー世代でも3割も言葉にして気持ちを伝えているとは驚きです！

「いいえ」と答えた人では、気持ちはあるものの、あえて言葉にしなくても伝わるはずという人が多いのでしょうか。若いころならともかく、今さら恥ずかしいというケースもありそうです。

次に、お金に関する質問です。「夫婦の財布は一緒に？ 別々？」という質問になると、「一緒に？」が53%、「別々」が47%となりました。一緒に答えた人の意見は、「専業主婦で働いていないから」「全部見えるようにして、家のローンを払っている」「夫はこづかい制にしている」などが。一方、別々派では、「自分で働いた分は自分で使う」「夫婦でも、それぞれのプライバシーはある」などの意見が挙がりました。

そして、「夫との日常会話で一番多い話題は？」という質問です。一番多かったのがやはり「子どものこと」で28%、続いて、時事20%、共通の趣味15%、親のこと11%、老後8%、芸能5%などとなっています。





# 暮らしの足し算

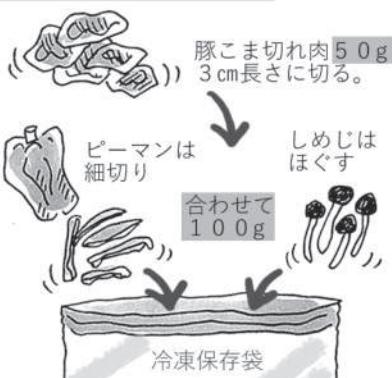
料理研究家の村上祥子さ

枚の冷凍保存袋に入れます。

## 「1食分冷凍パック」

んがすすめているのが、「1食分冷凍パック」。肉や魚、野菜を切って保存袋に入れ、冷凍庫でストックするというものです。調理するときは、調味料を加えて凍ったままレンジで加熱するだけ。いろいろなおかずに変身するので便利です。実際、テレビや雑誌の仕事で忙しい村上さんは、週末に余った野菜や肉で10パックくらい作り、冷凍保存しているのだとか。では、1食分冷凍パックの基本から紹介しましょう。肉などのタンパク質食材50gと野菜100gを計量して入れます。とくにタンパク質は意識して摂ることが大切。肉や魚、乳製品、大豆製品など、いずれも構いません。そのあと、タンパク質も野菜も、適当な大きさに切って、1

### | 食分冷凍パック



れば、こんなセットはいかがですか。食分冷凍パック」。肉や魚、野菜を切って保存袋に入れ、冷凍庫でストックするというものです。調理するときは、調味料を加えて凍ったままレンジで加熱するだけ。いろいろなおかずに変身するので便利です。実際、テレビや雑誌の仕事で忙しい村上さんは、週末に余った野菜や肉で10パックくらい作り、冷凍保存しているのだとか。では、1食分冷凍パックの基本から紹介しましょう。肉などのタンパク質食材50gと野菜100gを計量して入れます。とくにタンパク質は意識して摂ることが大切。肉や魚、乳

製品、大豆製品など、いずれも構いません。そのあと、タンパク質も野菜も、適当な大きさに切って、1枚の冷凍保存袋に入れます。豚こま切れ肉50gは3cm長さに切りほぐし、合わせて100g。この3つの食材を冷凍保存袋に入れるだけ。食べるときに調味し、青椒肉絲にしたり、オイスター丼にしたり、焼きそばにしたりとアイデア次第です。

ほかに、「鮭十スナップエンドウ+玉ネギ」「鶏もも肉+ブロッコリー+ゴボウ」「牛薄切り肉+ニンジン+玉ネギ」などお好みで。ストックがあるので、毎日の食事作りがぐっと楽になりますね。

が好きで、もらった小遣いは全部貯金し、通帳にお金がたまるのを幸せに感じる女の子だったとか。大人になるとさらに節約を意識するようになり、20代のころは1日300円で生活していたそうですね！

小笠原さんのケチケチ法を紹介しましょう。年金が振り込まれたら3万円を引き出し、すべて千円札に両替します。これは、1日1000円で生活するため。内訳は食費がメインで、あとは日用

人生後半を快適に生きるための哲学

— 小笠原洋子

# なごみひとじ

品代や薬代など。お金が残つたら、ビニール袋に入れておきます。1500円など予算を超えて使う日もあるたうで、その場合は翌日を500円にするなどで調整します。

ほかに、ほしいと思うものがある。「買わない」「買えない」と自分に言い聞かせ、できるだけお金が減らないように努力。その努力自体を楽しんでいるそうです。もう何十年も洋服は買わず、ティッシュペーパーももつたいないので使わない主義とか。それでも暮らしは豊かで充実しているのは、小笠原さんの考えがブレないからでしょう。



# 元気もりもり 健康レシピ



## 9月の元気レシピ<サバのイタリアングリル>

一年中手に入り、しかも安価なサバ。サバは青魚の一種で、体を健康にしてくれる食材です。まず、血液の流れをよくし、血中のコレステロールや中性脂肪を減らす働きがあるEPAがたっぷり。そして、同様に血液の流れをよくしたり、認知症の予防にも効果があるとされるDHAも豊富です。ほかにも、タンパク質や鉄分、ビタミンB12、ビタミンD、ビタミンEなど、体にいい成分がたくさん含まれています。脂が多い分、カロリーは高めですが、糖質はほとんど含まれていないのも魅力ポイントでしょう。

### ★レシピのポイント

ニンニクやハーブで魚のくさみをスッキリ。添えるサラダはほかの野菜でもOKです。

#### 材料（2人分）

サバ（切り身）：2切れ  
ニンニク：1かけ  
ローズマリー：1本  
グリーンカール：1枚  
ルッコラ：少々  
塩・こしょう：各少々  
エキストラバージンオリーブオイル：大さじ1・1/2  
  
**A**  
エキストラバージンオリーブオイル：小さじ2  
レモン汁 小さじ1  
ハチミツ 小さじ1/2  
しょうゆ・塩・こしょう：各少々

**1** ニンニクは薄切り、ローズマリーはちぎる。



**2** サバは表面に切り目を入れ、グリルにのせて、塩、こしょうをふる。



**3** ニンニク、ローズマリーをちらし、オリーブオイルを回しかけ、焦がさないように10~15分焼く。



**4** グリーンカール、ルッコラは食べやすくちぎり**A**を合わせたドレッシングである。



**5** サバとサラダを器に盛りつける。

完成!!

# 冬場の入浴事故を防ぎ、 健康で快適な生活を送るために



冬場に多発する

## 高齢者の入浴中の事故に注意

素早く浴室を暖める！

気づきの遅れを防ぐ

ご存知ですか？入浴中の  
死亡事故は交通事故による  
死亡事故の約4倍以上発生  
しています。特に寒い季節に  
なると多発し、入浴中の溺  
死は9割が65歳以上の  
高齢者です。

入浴事故の主な要因は、寒い浴室と熱いお湯の急激な温度変化が引き起こす「ヒートショック」。

冬場に寒い浴室で入浴する際、  
高齢の両親や家族が「ヒート  
ショックを起こさないか不安」、  
「同居している高齢の両親の入浴中は、心  
配が絶えない」と感じている方も多いのでは  
ないでしょうか。

ノーリツの「浴室暖房乾燥機」と、「見守り機能つき給湯暖房熱源機」なら、素早く浴室を暖め、室温との寒暖差を無くし、ヒートショック防止します。そして、台所リモコンで入浴状況が確認できるので、高齢のご両親が浴室で体調を崩した際も、すぐに気づくことができます。

## ＜設置までの手順＞

- ①ご相談・お見積り依頼(無料)は、  
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設置工事(1日～2日)
  - ⑥お支払い  
お振込／クレジット決済／paypay  
※下記もご利用可能です

★ペイチャ(北九州市電子商品券)

★ベイティヤ(北)

還元率20%

★地域振興券

宗像市 還元率20%

中間市 還元率30%

水巻町 還元率20%

## ⑦アフターサポート

何かあればお気軽にご連絡を



パワフルなガス温水式浴室  
暖房は、お風呂の支度をする  
少しの時間で浴室を暖め、安  
全で快適に入浴できる環境を  
つくりります。

そうすると、冬場も変わら  
ず、年中通して、家族みんなが  
安心して入浴を楽しめます

見守り機能つき給湯器なら、台所のリモコンで入浴状況が確認できるので、ご両親の入浴時も、調理しながら時々リモコンを確認するだけで安心です。

日々忙しい奥様が、晩御飯の支度を中断して何度も浴室に集中しながら、大切なご両親の安全も守ることができますよ。

給湯暖房熱源機+浴室暖房乾燥機

#### 【参考価格】税込・未記

26 3五四

7年11月3日 648回

※リースは適用条件あり

# 【地域の気になるお店に密着取材】part15

## フランス料理 シャンフレッシュ



八幡西区松寿山の閑散な住宅地にあるフランス料理店「シャンフレッシュ」では、毎朝シェフが、市場に魚介類や旬の野菜を買い付けにいっているので、厳選された新鮮な食材を使った本格的なフランス料理を味わうことができます。

お店は今年で創業24年目の老舗店舗。プリンスホテルで19年の経験を積んだベテランオーナーが、地元北九州で開業されました。

遠方からもお客様が訪れる、隠れた名所です。

### テイクアウトメニュー

#### 厳選食材を使った

『豪華フルコース』がお家で楽しめます。記念日や誕生日などの特別な日だけでなく、普段使いにもおすすめ！

- シャンフレッシュセット 2,000円  
前菜盛り合わせ、季節のスープ、パスタ、鮮魚のソテーと本日の肉料理、フレーヴィーのパウンドケーキ
- 黒毛和牛のステーキ重セット 3,000円  
前菜盛り合わせ、季節のスープ、黒毛和牛のステーキ重(温泉卵付き)、フルーツのパウンドケーキ フォアグラのチーズ付きはプラス500円
- プレミアムセット 3,800円  
フォアグラのチーズ付き前菜盛り合わせ、季節のスープ、パスタオマール海老と鮮魚のソテー、黒毛和牛の赤ワイン煮込み、フレーヴィーのパウンドケーキ

※テイクアウト全メニュー当日OK ※ディナーは前日20:00までの要約



### ●フランス料理 シャンフレッシュ

住所: 北九州市八幡西区松寿山

2丁目14-8

電話: 093-603-5060

ランチ : 11:30~14:00(OS 13:00)

ディナー: 18:00~20:30(OS 19:00)

定休日: ランチ 火・水 / ディナー 水

駐車場: 5台

※感染拡大による、県や国の要請で営業時間が変更になる場合がございます。

フランス料理というと、敷居が高く、利用するには勇気がいる…という方も、カジュアルすぎず、肩肘をはりすぎずに利用できるのが魅力。本格フレンチがリーズナブルな価格で楽しめるのも、嬉しいポイントです。

コロナ化で外食しづらくなったご時世でも、自宅で本格フレンチを楽しめるよう、テイクアウトを始められました！店内で食べるよりもお得になっているので、結婚記念日やお誕生日などの特別な日に、ぜひご利用されてみてはいかがでしょうか。

自宅でお皿に盛り付けなおすと、豪華なフルコースで特別な日が演出できます。

※テイクアウト受取時間→12時~14時  
17時~18時

年末は洋風おせちのご予約を承っております。ぜひご賞味ください。



シャンフレッシュセット ¥2,000

シェフのおすすめをテイクアウト。容器の蓋を開けると、料理の香りがとても食欲をそそり、期待が高まります！いざ、頂いてみると、素材の味を活かした上品な味で、しつこさがなく、幅広い世代の方が楽しめる味だと思いました♪ボリュームもたっぷりで、大満足です。

美味しさのあまり、急いで食べてしまったのでデザートのパウンドケーキの写真を撮り忘れてしました… (尾崎)



※ディナーは完全予約制です。  
1組4名様以内、食事時間90分以内(感染対策のため)



ランチ  
¥1,800 前菜 スープ メイン料理 デザート  
¥2,200 前菜 スープ クラブドーバー(バタ・魚・肉料理) デザート  
¥3,500 前菜 スープ 魚料理 内肉料理 デザート  
  
ディナー(予約制)  
¥5,400 前菜 スープ 魚料理 肉料理 デザート  
¥6,500 前菜 フォアグラ 魚料理 肉料理 デザート  
¥7,600 前菜 フォアグラ オマール 肉料理 デザート  
コース料理には、すべてパン コーヒーが付きます。  
※当日の仕入れ状況でコース内容変わります。  
ご結納料理 ¥8000~ 御法要料理 ¥4000~  
オードブル 貸切営業 お気軽にご相談ください。  
ディナーのご予約は前日迄にお願い致します。

プラス料金で誕生日や記念日に豪華なデザートへ変更ができます。  
※前日までの予約

年末は洋風おせちのご予約を承っております。  
大人気！ご予約はお早めに。



¥33,000 (24cm×24cm 2段)



# ガスと暮らしの安心運動

期間:2021年9月～11月末

安心・安全にガスをお使い頂く  
ために、今一度ご一読ください。



ガスは

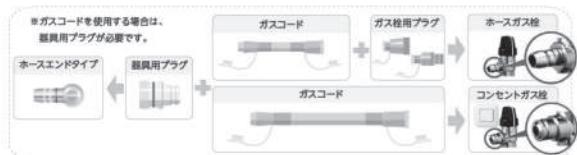
## 新鮮な空気が必要です！



ガスが燃えるには、新鮮な空気が必要です。換気が不十分だと、一酸化炭素が発生して中毒になるおそれがあります。屋内でガス機器を使用する時は、換気扇を回す、窓を開けるなどして、必ず換気をしましょう。※浴室内に設置した煙突式風呂釜の使用中は、室内の換気扇を使用しないでください。

## ガス機器とガス栓は正しく接続！

ガス機器とガス栓は、種類によって接続具(ゴム管、ガスコード等)が違います。正しく接続しないとガス漏れの原因になります。取扱説明書をよく読んで、接続する口の形や口に合わせた正しい接続をしてください。



## 飲酒運転の代償

違反種別	罰則	点数	処分内容
酒酔い運転	5年以下の懲役又は100万円以下の罰金	35点	免許取消(欠格期間3年) <sup>※2</sup>
酒気帯び運転	0.25mg/L以上	25点	免許取消(欠格期間2年) <sup>※2</sup>
	0.25mg/L未満 0.15mg/L以上	13点	免許停止(90日)

※1 処分内容は、前記及びその他の罰則點数がない場合

※2 欠格期間とは運転免許を再取得することができない期間

## 逮捕、失職、家庭崩壊

等のリスクもあります。

飲酒運転は、あなたの人生に修正符を打ちます。  
あなたの人生を賭ける価値はありません。



VRで飲酒運転の視点を体感させて頂きました。視界がぼやけて、かなりふらつき、飲酒運転の怖さを強く実感しました。(編集部:尾崎)

飲酒運転は絶対にやめましょう!!!

## 古くなったガス機器は安全型に交換を！

ガス機器は古くなると、部品が劣化して事故をおこすことがあります。安全装置のついたガス機器へ早めにお取り替えください。



Siセンサーコンロ



不完全燃焼防止機能付き小型湯沸器

不完全燃焼する前に、自動で運転を停止。

天ぷら油の過熱などを防止。

## 24時間365日安心を見守る、警報器の設置・交換を！

万が一ガス漏れが発生した場合に、ガスマーテーにより早く、漏れを即座に感知し、警報音とランプで知らせてくれます。交換期限は5年ですので、期限が切れる前に交換しましょう。



折尾警察署からの注意喚起

093(691)0110

レンタルガスファンヒーター 500  
ご予約受付中！

ご予約はこちら→ 0120-889-294

月550円で寒い冬を快適に過ごしませんか？

5秒で即点火、寒い朝に大活躍です！

貸出実績  
598台!

継続利用率  
91%!!

満足度  
96%!!



レンタル期間	2021年11月～2022年4月末
初回特典	11月分レンタル料無料(※初回のみ)

木造11畳／コンクリート15畳に対応  
※月額770円で木造15畳対応の大容量タイプ貸出可  
(大容量タイプはLPガス用のみ)

必要な時のみ利用でき、料金も安く、直ぐに暖かくなり申し分ありません。(宗像市N様)

ストーブと違って、燃料を買いに行ったりして灯油缶を運ぶ手間を考えたら、ガスファンヒーターは楽です。  
(岡垣町Y様)

**お正月商材準備中！**

今年もコロナ渦で辛抱の日々が続き、大変でしたね。お正月は昨年に引き続きステイホームとなりますが、みなさまはどういう新年を迎える予定ですか？

当社では、例年大好評のお正月商材販売に向けて準備中です。決まり次第、当紙面にてお知らせいたしますので、今しばらくお待ちください。



**参加無料 ラク家事**

**ガス衣類乾燥機  
乾太くん体験会 開催！**

►テレビCMやSNSで話題！  

**ガス衣類乾燥機なら全て解決！  
洗濯時間を短くしたい・部屋干し臭が気になる  
部活動の練習着で洗濯が大変**

**場所:ほったか！PLAZA  
(中間市中央1-4-10)**

**駐車場無料**

**※事前予約、お申し込み不要  
※マスク着用でご来店ください**




**高松産業グループ**  
**LINE公式アカウント**

こんな時にも使える！

雨風が強いと  
雨漏りしちゃう。  
どうしよう...。

LINE公式アカウントから  
ご相談ください！  
お悩みごとなどご相談に  
応じます。

※返信は営業時間内となります。  
また、少しお時間をおいていただくことが  
ございます。予めご了承ください。

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(※法人契約者)  
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5m以上ある月のみ、200円(税抜)  
につき1ptが付与されます。





れずとでおを無きでい  
大季で料てす湯購しこおく  
事節少理も。が入両ぼ湯ま  
にのしは快今沸し面しをで  
な変頑好適まくま焼て沸に  
さわ張きいでとしきしか水  
つりれでなの勝たグましを使しす中行  
て目そはり悩手。リうたこ用た。のく昨思しのす  
く、うあまみにボルこ時ぼし。最設こ年い  
だくでりし解がン、が、ていりはをもらす  
され！また消止を湯ス火床たルガ充で自  
れん相れるしかレ止汚で水コさな生  
もが変、のてしスめれ、をンせい活  
お：わ私で放機だるるシ入口るのが  
身こらの、置能つのこんれをこで続  
調とすつたがとくる新と、き  
理てるきの遅、に夕しに私、  
環もだのれや持イく全は旅  
境ラケも、てかっプレシ力家行  
がクでの水ふんてをまでに

いって  
・ ぽ  
濟  
消  
ど  
少  
み  
毒  
恐  
しま  
を  
ろ  
怖  
し  
徹  
しいた  
と底いで。  
とが回し目はいに当  
てを7か濃のみ  
染頑感はい終月がく尾な  
予張染副まえ末おな崎さ  
防りし反しまに過ってん  
をまで應たし、ごてすこ  
しす重ががたワしま。ん  
な。症ひ、。クでい秋に  
が引化ど腕副チしりのち  
らきすいの反ンよま気は  
過続ると痛應接うし配、  
ごき方聞みを種かたも編  
そ手がくだ心1°が次集  
う洗よのけ配回私、第担

# 後記 編集

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**

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。