



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」！



2023年
7月号

SUMMER

vol. 85

ほったか!

くらしのお役立ち情報満載!



目次

◆主婦のナイショ話

自宅のにおいは気になりますか?

◆暮らしの足し算

所作を整えて「雰囲気美人」

◆なごみひとさじ

自分の中の否定したい部分も認める

◆健康レシピ

モロヘイヤのくずしやっこ

◆生活のメモ

自宅で毎日温泉気分!
「マイクロバブル入浴」

◆気になるお店に密着取材

とんかつと串揚げ かつ久

社員のひとりごと ★☆☆★☆☆★☆☆★☆☆★☆☆★

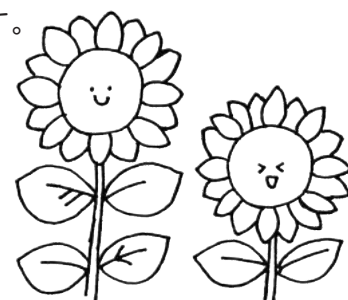
みなさん、こんにちは。中間支店の井上です。

私の最近の癒しは、姪っ子と遊ぶことです。最近は私にも懐いてくれて、何でも買ってあげたくなってしまう(笑)。

実は姪っ子は超低出生体重児として生まれました。1kg未満で生まれた赤ちゃんのことを「超低出生体重児」と呼ぶのですが、姪っ子はたった390gしかありませんでした。一時は命の危険もありましたが、無事に退院できるまで大きくなり、私は人間の生命力の強さと新生児医療を凄さに感動しました。

退院後も少しずつ成長し、3歳半になった今、周りの子と比べると小柄ではありますが、毎日元気に遊んでいます。

これからもすくすくと育ってほしいなと思います。



情報誌「ほったか!」WEB アンケート

ご意見・ご感想・応援のメッセージ
ご質問等、お待ちしております。

※回答者へ Tpoint プレゼント



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～

主婦のナインツ話

自宅のにおいは気になりますか？

芳香剤を使っていますか？

20歳以上の男女400人に尋ねた、「におい」についてのアンケートがあります。まず、「自宅にいるとき、室内のにおいが気になりますか？」という質問から。「あまり気にならない」がいちばん多く36・7%、「やや気になる」31・2%、「気にならない」18・2%、「気になる」13・9%という結果になりました。

男女別に見てみると、女性では「やや気になる」がもっとも多く35・2%

と、「あまりに気ならない」を上回っています。室内で犬や猫を飼っている人だけの結果では、「気になる」と「やや気になる」をプラスすると57・2%で、気になる人が過半数であることがわかります。

次に、「自宅のどの場所のにおいが気になりますか？」という質問です。複数回答で1位はやはりトイレで57・2%、リビング51・6%、キッチン45・6%、玄関44・0%、寝室32・9%、浴室29・9%と続きました。

それでは、「自宅で室内用の芳香剤・消臭剤を使用していますか？」と尋ねる

と？「年間を通じて使用」27・8%、「使用したことはない」26・9%、「使っていたことはあるが、現在は使用していない」26・4%、「においが気になる季節やタイミングのみ使用」19・0%となり、どの回答もほぼ同じくらいとなりました。

そして、「自宅のどの場所で芳香剤・消臭剤を使っていますか」という質問です。複数回答でいちばん多かったのがトイレ。それ以降は、リビング、玄関、寝室、ダイニングと続きました。

最後に、「芳香剤・消臭剤で好みの香りは？」という質問も見てみましょう。複数回答で1位がフローワー系で35・4%、2位がグリーン系33・2%、3位が爽やか系32・8%と続き、そのあと、無香23・7%、果物系15・9%となりました。フローワー系はローズなどの豪華な香りから、ラベンダーやカモミールといったハーブ系と、選択肢が多い点が人気の秘密のようです。





食事のときは背筋を伸ばし、脇を締めて、料理を器から口もとに運びます。和食の場合は、器を左手で持

暮らしの足し算

所作を整えて「雰囲気美人」

素敵だと感じる人は所作が美しいもの。とくに背筋が

スッと伸びているだけで、美しく見えます。逆に、どんなにスタイルのいい人でも、猫背では素敵に見えませんか。

まず、立つとき、座るときはひざを閉じ、足をそろえましょう。イスが低いときは、

ひざから下を斜めに。次に、首を正しい位置に整えます。うなじから首を後ろに引いて、あごを軽く下げるようにします。あごを引くと顔がたるんだり二重あごになったりするので注意が必要です。そして、肩甲骨を寄せ、肩を開くように意識します。首から胸もと、いわゆる「デコルテ」を開くイメージです。

待ち時間など立っているときは足をそろえて背筋を伸ばします。手は反対側の手首を持つ感じで重ねます。横から見たとき、耳と肩、腰が一直線になるように意識を。片方の脚に体重をかける立ち方は美しくなく、骨盤がゆがむ原因にもなります。

スマホを操作するときは姿勢を正しくして、片方の手でスマホを持ち、もう一方の手の人差し指か中指で操作します。上体を前に倒してスマホを覗き込むと、顔にたるみやしわができる原因になるので避けます。



自分の中の否定したい部分も認める

— 高木慶子

高木慶子さんは1936年生まれの86歳。シスターであり、上智大学グリーンフケア研究所の名誉所長です。グリーンフケアとはがんなどで終末期にある人や、家族などを失って悲嘆している人の心のケアをすること。高木さんはグリーンフケアに30年以上携わってきました。

神様の存在を感じながら育ってきた高木さんは、大学を卒業してから修道生活に入ります。結婚したり家庭を持ったたりできない人生。葛藤もあったそうですが、シスターの仕事は自分の使命だと確信してからは迷いませんでした。「人間にはだれでも、自分だけの使命が与えられている」と高木さん。いつも自分に行えることはなんだろう

と考え、行動に移すのだそうです。

そんな高木さんが今年の4月に立ち上げたのが、「全人力を磨く研究所」。人は自分の中に多くの力を眠らせています。そんな力をひとつずつ発見し、使って磨いていくことで人は成長します。たとえば、「鈍感」はマイナスな部分ではありません。人から叱られたり冷たくされたりしたとき、さっと受け流せる「鈍感力」は大きな強みです。このように自分の中の否定したい部分も、「これが私だ」と認めること。それを積み重ねることで自分が生きる価値を持てるのです。



なごみひとさじ

元気もいもい 健康レシピ



7月の元気レシピ＜モロヘイヤのくずしやっこ＞

モロヘイヤは「王様の野菜」と呼ばれるくらい、栄養的にすぐれています。まず、皮膚や粘膜を健やかに保つβカロテンがたっぷり含まれています。βカロテンには抗酸化作用があり、アンチエイジングにも効果的です。また、ビタミンCが豊富なのも特徴。美肌を作り、夏風邪の予防に役立ちます。老化を防止し、血管を丈夫にするビタミンEがたっぷり含まれる点も見逃せません。ほかに、赤血球を作るのに欠かせない葉酸、腸を健康にする食物繊維も豊富です。

★レシピのポイント

ゆでるときは短時間にしましょう。さっとゆでるくらいで十分に火は通ります。

材料（2人分）

モロヘイヤ：1袋（100g）
絹ごし豆腐：1/2丁
しょうゆ：大さじ1
練りわさび：小さじ1/2
エキストラバージン
オリーブオイル：適量
のり：適量

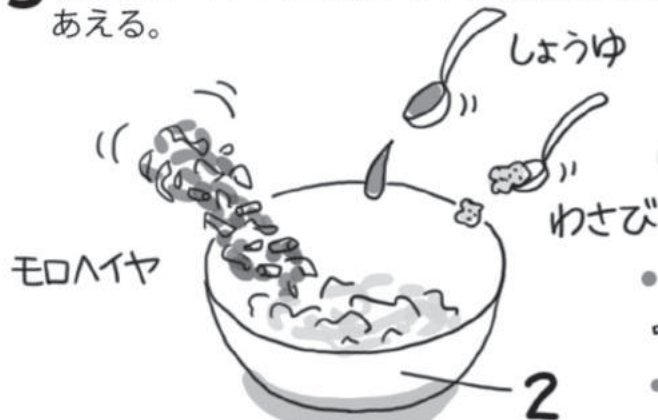
1 モロヘイヤは熱湯でさっとゆでて冷水に放し、水気を絞って2～3mm長さに切る。



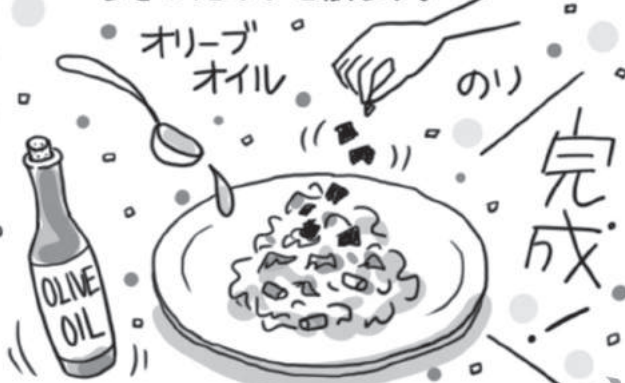
2 豆腐はザルにのせて5分ほどおいてから、ボウルに入れて粗くほぐす。



3 2にモロヘイヤとしょうゆ、わさびを入れ、あえる。



4 器に盛り、オリーブオイルをかけ、ちぎったのりを散らす。



お仕事や子育てを頑張るママへ

マイクロバブル入浴で、毎日の疲れを癒しませんか？

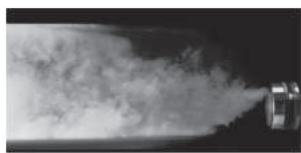


毎日お仕事や子育てで忙しく
お過ごしのお様。日々忙しく
過ごしていると、なかなか
ゆっくりと自分の疲れを癒すタイミングが
ないですね。



「リフレッシュしたい!」と思った時
に、温泉や旅行を思い浮かべる方も多い
のではないのでしょうか。ですが、今の時
世、新型コロナウイルス感染症の拡大が気
になり、気軽に温泉に行ったり旅行に行く
のは憚られるという方もいらっしゃる
よね。

自宅で毎日温泉気分!



お湯に微細な気泡を発生さ
せ、温泉のような白濁の湯を
楽しむことができる「マイク
ロバブルバスユニット内蔵
ふろ給湯器」なら、ご自宅のお
風呂で温泉気分を味わえま

す。外出する必要がなく、日々の入浴の時
間を使ってリフレッ
シュできるので、
忙しい奥様でも安心
です。



ぽかぽか、温浴効果!

気泡が体を包み込むので、お湯から
体への熱の伝わりがゆるやかに
なり、ゆっくりと体を温めます。入浴後は高
くなった体温を徐々に放出するので、体
がぽかぽかした感じが続き、冷え対策も
期待できます。



普通の入浴に比べ
て、リラックス効果
が高まるので、1日
の疲れが溜まった自分
へのご褒美時間に。

お肌がうるおう!

マイクロバブル入浴は、入浴後の体
温低下が通常の入浴よりゆるやかなの
で、肌のうるおいが持続します。美容
の大敵「乾燥」を緩和できるのは、女
性には嬉しいですね♪



Rinnai
マイクロバブル
バスユニット内蔵
ふろ給湯器
RUF-ME2406AW

施工が早い!



浴室リフォームとなると、
工期が約1週間かかり、その
間お風呂が使えなくて大変で
すが、リンナイのマイクロバ
ブルは、給湯器(リモコン・循
環金具含む)を交換するだけ
で、マイクロバブル入浴が
可能になります。

通常の給湯器取替と同じ
で、約1日で交換完了!

数日間お風呂に入れなくな
るという心配もございませ
ん。

安心のサポート体制

ガスの供給地域ごとに、ガ
スに精通したスタッフがいま
すので、事前の説明や、設置
後の操作方法など、困ったこ
とがあれば、遠慮なくご相談
いただける体制を整えており
ます。

<ご相談・お見積り依頼はこちらまで>



0120-889-294

※携帯・自動車電話・PHSからもご利用いただけます。



地域の気になるお店に密着取材 part23

とんかつと串揚げ かつ久



今年の3月OPENの「厳選された食材」を使った串揚げや「ハイポー豚」を使用したジューシーで美味しい豚カツが食べられる「とんかつと串揚げかつ久」に密着しました。

「豚カツ」というと学生さんや男性のイメージがありますが、清潔感のあるオシャレな内装で、JAZZが流れている店内は、女性1人でも利用しやすい空間でした。

主に地元九州産の厳選された食材を使用されていて、お米は福岡県産「元気づくし」、野菜は九州産の生野菜、カツは田川のハイブリッドポークを使用。豚カツの味を引き立てる、「塩」はうまみ成分たっぷりの中あら塩「ろく助塩」が使われています。

そしてこのお店、「のぶたけ浅川店」運営会社の、亡くなられた前社長の遺志を継いで、元社員の山口さんが、長年の調理経験があり、揚げ物を美味しく仕上げる技術を持った「元のぶたけ浅川店スタッフ」と一緒に立ち上げたお店なので、「のぶたけ浅川店」が無くなって悲しんでいた方も、「かつ久」であの味をまた堪能することができます！

“ヒレカツ御膳”を食べてみましたが、衣が薄くてサクサク。お肉は身が柔らかくて脂身も少なく、食べやすかったです。お年寄りの方も完食されるという話も納得でした。質の良いお肉が使われているので、油の味があまり気にならず、塩でも美味しくいただけます！

塩・ポン酢・ソースがあり、味変しながら食べられるので、あっという間に120g完食しました。

“エビフライ”も試食させて頂きましたが、身がぷりっぷりで、食べ応え抜群でした！

串揚げメニューも豚カツと一緒に注文される方が多いようですので、次回はぜひ食べてみたいです♪

まだ足を運ばれたことがない方は、ぜひ一度ご賞味ください！



ランチは
ごはん・キャベツ
お替り自由♪

- ①+② ヒレカツ御膳(120g) 1,400円
- ①+③ エビフライ御膳 1,300円

※夕方以降は、ごはん大盛り無料



<店舗情報>

●住所／

北九州市八幡西区浅川1丁目26-1

●駐車場／あり ●定休日／火

●電話／093-482-7000

●営業時間／日曜はランチ営業のみ

昼：11時半～15時 夜：17時～20時

※テイクアウト有り



「ほったか！」では地域の頑張る人 お店を応援しています！

お店に限らず、趣味サークルの部員募集や活動内容のご紹介など掲載可能です。ぜひ「ほったか！」をご活用ください！
※取材・記事作成・掲載全て無料！

ご相談は下記までお気軽にご連絡ください。

TEL: 0120-889-294

mail: info@hottaka.jp

LINE: @580ptuju



店内お食事メニュー(一部)

【定食メニュー】 ※ご飯なしは、100円引き

- ハイポー豚のトンカツ御膳(120g) 1,100円
- ハイポー豚のトンカツ御膳(150g) 1,400円
- ハイポー豚のヒレカツ御膳(90g) 1,100円
- ハイポー豚のヒレカツ御膳(120g) 1,400円
- ハイポー豚のヒレカツ御膳(150g) 1,700円
- 唐揚げ御膳(華味鶏使用) 1,000円
- カニクリーム御膳(3個) 1,000円
- チキンカツ御膳(華味鶏使用) 1,000円
- 広島産カキフライ御膳(4個) 1,100円
- 海老フライ御膳(4尾) 1,300円
- ハイポー豚のロースカツ丼(120g) 1,150円
- ハイポー豚のロースカツ丼(150g) 1,450円
- ハイポー豚の豚ロースカツサンド(120g) 1,000円
- ハイポー豚の豚ロースカツサンド(150g) 1,300円

【串カツメニュー】

- レンコン串 150円
- しいたけ串 150円
- 玉ねぎ串 150円
- ナス串 150円
- オクラ串 150円
- アスパラ串 200円

ちょっと教えて！家づくり



玄関ドアの選び方のコツ

車椅子やベビーカーも
ラクに出入りができる
引き戸タイプもおすすめ！



玄関ドアは、家としての見栄えだけでなく、さまざまな機能が必要とされますので、慎重に選びたいものですね。玄関ドアにすき間があると、風や雨、ほこりなどが入り込んでしまうので、気密性は必須。また、高断熱の家が増えていますので、玄関ドアにも断熱性が求められます。窓の断熱サッシと玄関ドアの断熱を併用することで、家全体の結露が防げ、省エネ効果も得られますよ。防犯面からも、主錠と補助錠が主流となりましたが、センサータイプやリモコン式、暗証番号方式なども出てきています。家族に子どもや高齢者がいる場合は、間口の広さ、段差のある無しなどがポイントになってきます。開閉スタイルにも、片開きドア、ドア本体と小さな扉がついた親子開きドア、両開きドアなどありますので、ショールームなどで実際に確認してみるといいでしょう。

飲酒運転を見かけたら、110番を！

折尾警察署 ☎093 (691) 0110



飲酒運転は絶対にしない！させない！

飲酒運転を見掛けたら必ず110番！

県民は、飲酒運転を見つけた場合等は警察官に通報するように条例で義務付けられています！

こんなときは、110番通報してください！

- ・駐車している車の運転席で飲酒している
- ・急発進、急加速を繰り返す車がいる
- ・青信号なのに発進しない車がいる
- ・ぶらついて、蛇行している車を見つけた

なにを通報すればいいの？

- ①いつ ②どこで ③どんな車 ④どんな人 ⑤どんな感じ ⑥どちらの方向

を伝えてください(飲酒運転かもしれない！)ということをまず伝えてください。)

あなたの通報が悲惨な飲酒運転事故を未然に防ぎます！

無線検針導入に伴う情報誌

「ほったか！」電子版への移行について



この度、無線検針の導入に伴い、誠に勝手ではございますが、毎月紙媒体で発行しておりました情報誌「ほったか！」を順次電子版に移行することとなりました。

情報誌「ほったか！」は、高松産業グループLINE公式アカウントまたは弊社HPからご覧頂けます。

※無線通信機器の設置は数年計画で順次行って参りますので、設置時期はお客様により異なります。

※LINE・HPからの電子版「ほったか！」の閲覧は無料ですが、ダウンロードやご利用時にかかるパケット通信料はお客様のご負担となります。予めご了承ください。

▶かんたん！LINE公式アカウントお友達登録のやり方



上の図の丸の中のマークをタップ

QRコードを四角の中に映し読み込む

追加ボタンをタップ



◀HPからの閲覧はこちら



▶灯油ボイラーをご利用の方へ



重い灯油の持ち運び 負担に感じていませんか？



灯油ボイラーをお使いのみなさま、
こんなお悩みございませんか？

- 灯油の持ち運びが大変
- 残量管理、補充が面倒



ガス給湯器なら…



- ✓面倒な給油
- ✓残量管理
- ✓重い灯油の持ち運び

全て不要！



＼＼ガス給湯器へのりかえて、快適に過ごしましょう！／／

高松産業でおトクに燃転！

- ✓給湯器5年保証(5年契約)
 - ✓のりかえ特別割引
- (灯油→ガスへ燃転がおトク！)



<<ご相談・お見積り依頼はこちら>>

0120-889-294

※携帯・自動車電話・PHSからもご利用になれます。

レンタルガスファンヒーター早期ご予約受付中！

冬は“ガスファンヒーター”で快適に過ごしませんか？

- ✓5秒で即点火！（朝の身支度に◎）
- ✓保管場所、清掃、メンテナンス不要
- ✓燃料補給不要（灯油の持ち運び不要！）



月額レンタル料	通常550円／大型770円
貸出期間	11月～4月末まで
ご利用条件	弊社ガスをご利用の方

※契約期間は1シーズンで、自動更新となります。

○お客様の声

すぐ部屋が暖まり、使わない時の収納の心配がないです。次の年も安心して使えます。

—水巻町H様—

《リピーター様特典》

2年連続のご利用で、
11月～1月分の
レンタル料無料！

お申込み・ご相談
はお電話ください

0120-889-294

受付時間 平日 あさ9時～よる6時

編集 後記

みなさん、こんにちは。編集担当の尾崎です。小暑を迎え日増しに暑くなってまいりましたが、お変わりなくお過ごしでしょうか。

新型コロナウイルスが5類になり、感染者数の発表もなくなったため、最近ではコロナという単語を耳にする機会が減ってきましたが、実際には感染者数は減ってきているのでしょうか。昨年の年末、私も感染してしまい、数日間高熱と喉の痛みに苦しんだので、もう2度とかかりたくないなと思いながら過ごしています。感染症が流行し出してから、幸いにも手洗い・消毒の習慣がついたので、その習慣は引き続き継続して、健康には気をつけたいです。



さて、私事ですが、6月の始めに古賀市まで蛍を見に行きました。人工的に作り出されたイルミネーションや花火もいいですが、こういった自然の中の幻想的な風景を楽しむのもいいですね。

静かに蛍を眺めていると、虫かごに入れてたくさん蛍を持ち帰ろうとしている親子を見てしまい、悲しい気持ちになってしまいました。みんなで最低限のマナーを守り、こういった風情を感じられる貴重な場所を大事にしていきたいと感じました。

これから暑さが厳しくなってきましたが、夏バテなどないかもしれませんよう、くれぐれもご自愛ください。



ガス機器修理・販売／リフォーム／オール電化／家電販売からハウスクリーニングまで「おうち」に関わること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

〒812-0011 福岡市博多区博多駅前3-28-3

✉ 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。