

12月 Vol. 144
December

 アストモスガス



あすとも通信



何でもご相談ください!



くらしと
エネルギーの

総合窓口をめざします!

 アストモスガス

- 安心・安全なLPガス
- ガス器具
- リフォーム
- オール電化
- 水まわり
- 家電
- かけつけサービス
- 電力販売

スマホ版HP
はこちらから!



アストモスリテイリング株式会社 九州カンパニー

<http://www.astomos-retailing.com/>

お客様相談室



0120-93-2188



おつまみおかずレシピ♪

ほんのり辛い芽キャベツに、マスタードマヨが見事にマッチします! 今夜の副菜にいかがでしょうか。

芽キャベツのマスタードマヨ炒め



材料

(4人分)

- | | |
|------------------|-----------------|
| ○芽キャベツ ……12個 | ○ソーセージ ……6本 |
| ○じゃがいも ……1~2個 | ○玉ねぎ ……1/4個 |
| ○酢 ……大さじ1 | ○オリーブオイル ……大さじ1 |
| ■粒マスタード ……大さじ1/2 | ■マヨネーズ ……大さじ4 |
| ■塩こしょう ……適量 | |

作り方

1. 芽キャベツは、外側の葉が汚れている場合は取り除き、根元に十字に切り込みを入れ、熱湯で3分ほど塩ゆでしてから半分に切ります。じゃがいもは一口大に切ってゆでます。ソーセージは一口大に切り、玉ねぎはみじん切りにします。
2. フライパンに酢と【1】の玉ねぎを入れ、玉ねぎがほんのり色づくまで炒め、■の材料と合わせます。
3. 同じフライパンにオリーブオイルを入れて熱し、ソーセージを炒めます。
4. 芽キャベツとじゃがいもを加えて炒め合わせ、【2】を加えて全体にからめたら完成です。



調理のポイント

- 芽キャベツは切ってから茹でると水っぽくなります。
- 玉ねぎのみじん切りを加えることで味に深みが出ます。玉ねぎが苦手な方は加えずに調理をされても美味しく召し上がれます。

アストモス食育コーナー

芽キャベツとは?

「芽」キャベツというくらいなので、キャベツの子どもだと思っている人も少なくないでしょう。しかし、これはキャベツとは全然別モノです。キャベツの変種の一つで、1本の莖に50~60個ほどの実がなるアブラナ科の野菜なのです。

キャベツをしのぐ栄養価の高さ!

芽キャベツはその小さな姿から想像出来ないほど、栄養価が高い野菜です。ここでは、注目の栄養素を一部ご紹介します。

【ビタミンU】ビタミンUはあまり聞きなじみのない方も多いと思いますが、実は別の名前もあるのです。その名はずばり…「キャベジン」! キャベジンは薬でもおなじみですが、たんぱく質の生成を促す働きがあり、傷ついた粘膜を修復する作用があります。それにより、胃潰瘍の予防・改善が期待出来ます。



芽キャベツ





年末の大掃除は賢く、手際よく！ 効率の良い大掃除のコツ



大掃除には一年分の汚れを落とし、新たな年を迎える準備をし、新年を新たな心持ちで始められるようにする意味があります。大掃除は、ハードルが高いものではなく、自分と家を見直すいい機会と感じてもらい、完璧を求めず、自分流に適宜に取り入れて、気持ちの良い年末年始を過ごせるように心がけましょう。

前準備が重要！大掃除の順番とスケジュール

大掃除の順番は決まったものはありませんが、掃除をし、次の箇所の掃除で既にきれいになっている場所を極力汚さないことが基本的な考え方になるでしょう。特にこだわりのない場合、大掃除のおすすめの順番は、**物の片付け⇒水回り⇒キッチン⇒各部屋のほこり取り⇒床⇒玄関**となります。もちろん、これも決まりではありません。自宅の状況に合わせて自分がやりやすいように無理なく決めましょう。



大掃除にかけられる時間は人によってさまざま。一つだけ言えるのは、どんなに頑張っても、1日で終わらせるのは難しいことです。慌てて「あ～、時間ないしここはもういい～！」となってしまうより、何回かに分けて計画的に取り組むことがオススメ。1ヶ所だけなら、難しい場所で2～3時間、簡単な場所なら5～10分で終わらせることもできます。気持ちに余裕も生まれるので、事前に開始日を予定に組んでおきましょう。

掃除が捗る意外なアイテム！「軍手ぞうきん」



軍手ぞうきんは、特別なツールを使うのではなく、家庭によくあるゴム手袋やビニール手袋、そして普通の軍手を利用すればできちゃいます。

作り方は簡単。まず、家庭用ビニール手袋をはめる。次に、その上に軍手を重ねて装着。最後に、ビニール手袋のすそを折り返せば出来上がりです！



① コントロールパネル

指先感覚で使えるから液晶パネルやボタン回りもキレイに。



② 窓の棧

指先に除菌スプレーをかけ、棧の隙間に指をいれると、汚れがゴッソリ！



③ テレビの裏側

ホコリが溜まったコードは、たぐるだけで汚れがスツクリ！



④ 階段

軍手に除菌スプレーをかけて拭き、反対の手で乾拭きをする。



テレビCMなどでも話題沸騰!! ウルトラファインバブルって何!?

ウルトラファインバブルとは、物凄く小さな「泡」のことなのですが、大きさは1ミリの1000分の1にも満たない、超極小の「泡」です。そんな「ウルトラファインバブル」ですが、洗浄力が並外れていて、肌に塗った油性ペンを、石鹸無しで落としてしまうのです! しかも、肌の水分量を上げる他に、体の保温効果も高めるといふ優れたもの! 「泡」がこんなに高性能ならば、試してみたいものですね! 今回はウルトラファインバブルを使った2点の商品についてご紹介します。

takagi

タカギから洗面水栓【キレイスト】 12月1日新発売!!

サイクロン
バブルミスト水形で
洗浄力
約3.5倍



手洗い革命

ミスト水形特有の気になる「水の飛び散り」を抑えるので、快適にご利用いただけます。

NEW



★ キレイストの効果 ★

タカギ従来型	キレイスト	※タカギ従来型と同等のシャワー既存製品と「キレイスト」を使用し、擬似汚れ(墨汁で着色したヘアワックス)を塗布した人工皮膚に水流を5秒間あて、流れ落ちた擬似汚れ(墨汁で着色したヘアワックス)の重量を比較した結果 (2020年10月タカギ開発調べ)	タカギ従来型	キレイスト
			[節水効果] 約22.8%	

効果1. ウルトラファインバブルで洗浄効果が約40%アップ!

効果2. タカギの培った技術と水の中に含まれる気泡の効果で約22.8%の節水効果を実現しました。

Rinnai ガス給湯器で泡の最高を実現! 『マイクロバブルバスユニット』のご紹介!



浴室で**ファインバブル**が楽しめます。

- ※ファインバブル=ウルトラファインバブルとマイクロバブルが組み合わさった泡。
- ・ウルトラファインバブルは目に見えないほど小さい泡
- ・マイクロバブルは目に見える泡

◆マイクロ気泡が
繊細な白い泡とな
って疲れた体を包
み込みます。

TV/CMで
話題沸騰の**ミラバス**



◇現在設置済みのリンナイ製給湯器に専用リモコンとユニット一式の取付で話題のマイクロバブルが楽しめます。低価格で**ミラバス**と同じ効果が得られ、また、ユニットが外着けの為、騒音の心配もありません。

効果1. ウルトラファインバブルの微細な気泡は、皮膚や毛穴から浸透しやすく、血流の改善や体内温度の上昇、保湿効果が認められています。群馬大学の実証実験では、ウルトラファインバブル水で洗髪することで髪の毛に含まれる水分量が50%以上増加するという結果が報告されています。

効果2. 気泡が体を包み込むため、お湯から体への熱の伝わりが緩やかになり、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ため、身体がほかほかした感じが持続します。

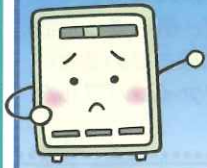
効果3. ウルトラファインバブルの微細な気泡が、浴槽内に付着したバイオフィーム(汚れ)の小さな隙間に入りこみ、バイオフィームを剥離して洗い流すことができます。また、バイオフィームそのものの再付着を防ぎます。

※バイオフィーム(汚れ)=身体に付着するヌメリ。

with コロナ時代の手洗い/入浴をファインバブルの力でよりパワフルで快適に!



困った！お湯が出ない・・・ 灯油ボイラー 電気温水器 ガス給湯器



急な
トラブルは **アストモスへ!**

その日に **お助け給湯器を**
お湯が **使える** **ご準備してます!**



ガス衣類乾燥機

1週間 無料お試しレンタル実施中



95%
使用満足度

今だけ



モニター実施のお客様にもれなく!
**ダウニーバラエティセット
プレゼント**



ガスファンヒーター

5秒で温風♪



木造 11 畳まで	
コンクリート 15 畳まで	
木造 15 畳まで	
コンクリート 21 畳まで	

ノーリツ: GFH-4006S リンナイ: SRC-365E	26,400円(税込)
小売希望価格 オープン価格	らくらくリース ¥530円 (税込・5年)
ノーリツ: GFH-5802S リンナイ: RC-5801E	51,700円(税込)
小売希望価格 ¥85,800	らくらくリース ¥1,040円 (税込・5年)

工事費無料

- ・専用ホース (2m)
- ・工事費1か所が無料
- ※2か所目からは有料。

NORITZ 寒い時期に備えて早めのご検討を!! **Rinnai**

早いもので今年も残すところあと1か月となりました。今年を語るには"新型コロナウイルス"を避けては通れません。何をしても自粛が続きまとい、1年の半分近くは何をしていたのか分からない間に月日が過ぎていったような気がします。ですが、こういう状況だからこそ、新たな気付きや生活の工夫も沢山あったのではないのでしょうか。とは言え、一日も早い終息を祈るばかりです。皆さま、体調管理には十分気を付けられ、良い新年をお迎えください。

アストモスリテイリング株式会社 お客様相談室 (営業部)