

# あすとも通信

5月  
vol.149



スマホ版HPはこちらから!



- |              |         |
|--------------|---------|
| ● 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  |

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



今日の  
おすすめレシピ



火を使わないで、まるごとグレープフルーツを1個使用した美味しいゼリーです。果肉ゴロゴロで食感もgood!!

# どっさり果肉のグレープフルーツゼリー



## 材料 (グレープフルーツ2個分)

- グレープフルーツ…………… 2個      ○砂糖……………50g
- お湯 (80℃以上) ……………200cc
- 粉ゼラチン……………10g

## 作り方

1. グレープフルーツをよく洗い、半分に切り、果肉をスプーンで取り出します。  
(この時に出る果汁も使用)
2. 皮を回しながら、スプーンで房を剥ぎます。(穴が開かないように注意)
3. お湯に粉ゼラチン、砂糖を入れて溶かします。
4. 【1】の果肉と果汁に【3】の液を入れ混ぜ合わせ、皮の器に流し、冷蔵庫で冷やし固め、完成です。



## 調理のポイント

- 果肉は、果肉と房の間にスプーンを下までぎゅっと押し込むと上手に取り出せます。
- 皮の器は倒れやすいので、底に器を置いて固定しましょう。

## アストモス食育コーナー



### グレープフルーツはどうして名前に“グレープ”がつくの？

グレープフルーツは、名前に“グレープ”が入っているので、ブドウの仲間なのでしょうが？  
答えは、NOです。事典で調べてみると、グレープフルーツは、れっきとした柑橘類、ミカンの仲間であることがわかります。では、なぜ“グレープ”がつくのかといえば、1本の枝に対してブドウの房のように実をつけるからなのだそう。また、一説によると、果実の香りがブドウに似ているからとも言われているようです。

### グレープフルーツの上手な保存方法

風通しのよい冷暗所または冷蔵庫の野菜室で保存します。新鮮なものなら1～2週間くらいは日持ちします。また輸入品の場合、果皮に農薬(防菌・防カビ剤など)が付いているので、気になる方は食べる前によく洗いましょう。半分にカットしたものはラップをかけて冷蔵庫の野菜室へ入れます。乾燥すると味が落ちるので注意してください。

一人ひとりが出来ることを考えよう

# 5月30日は **ゴミゼロ** の日です



ゴミゼロの日は、5月30日とされており、ゴ(5)ミ(3)ゼロ(0)の語呂合わせです。ゴミの減量化・再資源化を目的として、日本の美化活動を実施するための記念日です。現在でも、5月30日には、さまざまな地方自治体や企業がゴミの減量化・再資源化を促すキャンペーンを開催しています。

その中で、今回は、「食品ロス」についてのご紹介をいたします。簡単に取り組める事もありますので、皆さんも一度意識して行動してみましよう。

## 食品ロスを減らすためにできることは？

食べものを「買すぎない」「作りすぎない」「食べきる」工夫を

### お買い物編

#### ■ 買い物前に、食材をチェック

買い物前に、冷蔵庫や食品庫にある食材を確認する。



メモ書きや携帯で撮影し、買い物時の参考にする。

#### ■ 必要な分だけ買う

使う分・食べられる量だけ買う。



まとめ買いを避け、必要な分だけ買って、食べきる。

#### ■ 期限表示を知って、賢く買う

利用予定と照らして、期限表示を確認する。



すぐ使う食品は、棚の手前からとる。

### ご家庭編

#### ■ 適切に保存する

- ・食品に記載された保存方法に従って保存する。
- ・野菜は、冷凍・乾燥などで下処理し、ストックする。



#### ■ 食材を上手に使い切る

- ・残っている食材から使う。
- ・作りすぎて残った料理は、リメイクレシピなど工夫する。



#### ■ 食べきれぬ量を作る

- ・体調や健康、家族の予定も配慮する。



### 外食編

■ 店選び ■ 食品ロス削減に積極的に取り組む店を選ぶ

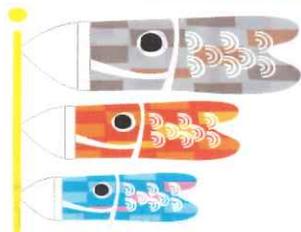
例 料理の量を選べる店

■ 注文 ■ 食べられる分だけ注文する

例 小盛りメニューやハーフサイズを活用

■ 食事 ■ 料理を美味しく食べきる

例 みんなでシェアして食べきり



# 5月のイベント

イベントが中止・延期になっている場合があります。また、イベントの開催時間や施設の営業時間等が変更されている場合があります。ご利用の際は事前にご確認のうえ、おでかけください。

## DOG EXPO KUMAMOTO 2021 九州最大級のドッグフェスティバル



熊本県下では過去最大規模のドッグフェス「DOG EXPO KUMAMOTO 2021」。全国各地から40を超えるドッグ関連商品の専門店が軒を連ねます。また、「九州キャンピングカーショー2021」も同時開催されます。

※DOG EXPO KUMAMOTO 2021会場への入場は、九州キャンピングカーショー2021の共通入場券が必要となります。

【場 所】	グランメッセ熊本 / 上益城郡益城町福富1010
【開 催 日】	2021年5月15日(土)・16日(日)
【料 金】	有料。入場料: 当日券800円 前売券600円
【交 通】	【車】九州自動車道益城熊本空港ICより約5分【公共交通】熊本駅熊本桜町バスターミナルから空港リムジンバスで「グランメッセ前」下車
【お問合せ】	090-2968-9653 わんだふる組織委員会

## こどものくに 春のバラまつり バラ香る美しい季節がやってきた!



バラをはじめ約7万本もの花が咲き誇るフラワーフェスタをはじめ、年間を通してたくさんの花を楽しむことができるこどものくにで、例年好評の、春のバラまつりが開催されます。品数が少なく人気が高い大輪一輪咲きをはじめ、国道沿い日南線からも眺めることができるツルバラを用意。250種2000株の春バラが来園者を迎えます。

【場 所】	こどものくに / 宮崎市青島1-1-1
【開 催 日】	2021年4月24日(土)～5月30日(日) ※毎週水曜日は休園(祝日は翌日振替)
【料 金】	入園料無料
【交 通】	【車】宮崎IC宮崎空港より約15分【公共交通】JR日南線「子供の国」駅より徒歩約1分
【お問合せ】	0985-65-1111 宮崎交通株式会社 こどものくに

## 知っておきたい!お得にリフォーム!賢く使おう「グリーン住宅ポイント制度」(続編)

前月号(あすとも通信4月号)ではグリーン住宅ポイント制度と申請期間についてご紹介しました。今回はグリーン住宅ポイント制度の対象となるケースと、リフォーム工事におけるエコ住宅設備で得られるポイントについてお伝えします。また、グリーン住宅ポイントで交換できる商品につきましては、2021年11月30日(予定)まで、随時追加されます。家電、インテリア、日用品、スポーツ用品、福祉用品、ベビーキッズ用品など他にも様々なカテゴリで交換できる商品があります。もちろん、リフォームの追加工事費に充てることも可能です。住宅購入や、リフォームができて更に素敵な商品もGETできる制度は知って損はありません。是非、一度チェックされてみてはいかがでしょうか?

※グリーン住宅ポイントで交換できる商品について詳しく掲載されております。QRコードを読み取り下さい。➡



### グリーン住宅ポイント制度の対象となるケース

#### 新築住宅を建築・購入する場合

(対象要件)

- 契約時に建築1年以内、第三者が未入居の住宅
- 一定の省エネ性能を満たす住宅
- 購入者等が自ら居住(申請は1人1回)
- 30万~100万ポイントを発行等

上限ポイント数  
最大100万



#### 既存住宅を購入する場合

(対象要件)

- 2019年12月14日以前に建築された住宅
- 売買代金が100万円(税込)以上
- 購入者が自ら居住(申請は1人1回)
- 申請は入居後(完了前申請不可)
- 15万~45万ポイントを発行
- 同一住宅は1回まで

上限ポイント数  
最大45万



#### リフォーム工事をする場合

(対象要件)

- 賃貸住宅へのリフォームも可
- 工事の内容に応じてポイント発行
- 最低50,000Pt以上の工事
- 1,000万円(税込)以上は工事完了前の申請も可
- 上限内で同一住宅でも複数回の申請可

上限ポイント数  
最大30~60万



#### 賃貸住宅を建築をする場合

(対象要件)

- 全戸がトップランナー基準で床面積が40㎡以上
- 棟単位での申請が必要
- 戸建住宅や店舗等の併用住宅は不可
- ポイント利用は追加工事交換のみ(2022年1月15日までの完了報告が必須)

上限ポイント数  
最大10万



### リフォーム工事におけるエコ住宅設備で得られるポイント

#### システムバス【最大80,000Pt】

- 外窓交換 13,000pt
- 段差解消 6,000pt
- 廊下幅の拡張 28,000pt
- 節湯水栓 4,000pt
- 高断熱浴槽※ 24,000pt  
※断熱フロタとのセットが条件となります。
- 手すりの設置 5,000pt

#### 給湯機器【最大24,000Pt】

エコジョーズ  
高効率給湯器  
24,000pt

#### トイレ【最大21,000Pt】

- 手すりの設置 5,000pt
- 節水型トイレ 16,000pt

※エコ住宅設備以外にも断熱改修や耐震改修、バリアフリー改修の項目によっても得られるポイントが様々です。弊社でもリフォーム商材を取り扱っておりますので、リフォームをご検討の方は弊社担当者までお気軽にお問い合わせください。



# 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

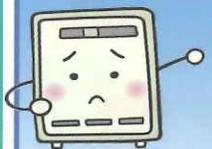
今だけ



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



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  
お湯が  
使える



# お助け給湯器を



# ご準備してます！

アストモスリテイリングはHTBエナジー株式会社の代理店です。

手続き簡単！切替料0円！！

## 契約を切り替えるだけで、電気代は削減できます！！

電気をあまり使わない方も、たくさん使う方も、それぞれに合った割引率でご提案。詳しくは、弊社担当者までお問い合わせ下さい。

ウルトラシリーズ

電気代最大  
**8%オフ！**

※従量電灯B/20・30・40Aが対象となります。  
※契約容量により割引率は異なります。

プライムシリーズ

電気代最大  
**16%オフ！**

※九州電力60A月々500kwh使用の場合  
※従量電灯B/50・60Aが対象となります。  
※電気の使い方により割引率は異なります。

クローゼットや洋服ダンスにカビ！



梅雨時のカビ対策は→

こちらから♪



天気の良い日が続いて気持ちの良い5月。一年の中でも過ごしやすく、外出にはぴったりの季節です。ですが、実は、5月に入ると紫外線量がグーンとアップします。「5月は夏じゃないから・・・」と、紫外線対策を怠ると、思いがけず日焼けをしてしまうので要注意です！洗濯物を干す時やゴミ出しの時などはつい油断しがちですが、日焼け止めをこまめに塗って、自分の肌を守りましょう。

アストモスリテイリング株式会社 お客様相談室（営業部）