

大掃除とは？ 年末に大掃除をする理由・意味

今年の大掃除、どうしますか？
ただでさえ慌ただしいこの時期、なんとなく面倒に感じている方も多いでしょう。大掃除のルーツは「煤払い(すすはらい)」です。煤払いは単なる掃除ではなく、新年を司る年神様を迎えるための神聖な清めの行事だったのです。昔から、掃除をすると良いことがあるといわれていますが、その最たるものが大掃除であり、隅々まできれいにすると、年神様がたくさんの福徳を授けてくださるといわれています。



大掃除のコツ！スケジュールの立て方&手順

時短ポイント1

最初に行うのが大掃除のスケジュール化

家族みんなで、それぞれの不満や気になっていることを出し合ってみましょう。

どこの掃除をだれが、いつまでにやるか！
チェックも忘れずに！！

時短ポイント2

- ステップ① 物を出す。
引出し・棚の中身を分類
- ステップ② 空いた場所を掃除
- ステップ③ 要不要を精査捨てる？
納戸に入れる？
- ステップ④ いる物を戻す

すこしスッキリ
してきましたね



時短ポイント3

最大掃除を始める場所を家族みんなで決めよう！

- ①手順を自分で決められる場所から取り掛かる。キッチン・クローゼット・自分の部屋等
 - ②共同場所にとりかかる。玄関収納・客室・洗面所
 - ③最後にリビング
文具→書類→リモコン？等
- 最後のチェックは全員で！！

ガスファンヒーター

パワフルでスピーディ、なのに環境にも優しい。

1



スイッチONから
わずか5秒でぽかぽか温風

スイッチONから、素早く立ち上がり、わずか5秒で温かい温風が吹き出します。

2



エコ運転で経済的

お部屋の温度に応じて自動で設定温度を下げ、快適さを保つ「エコ機能」。エコに貢献します。

3

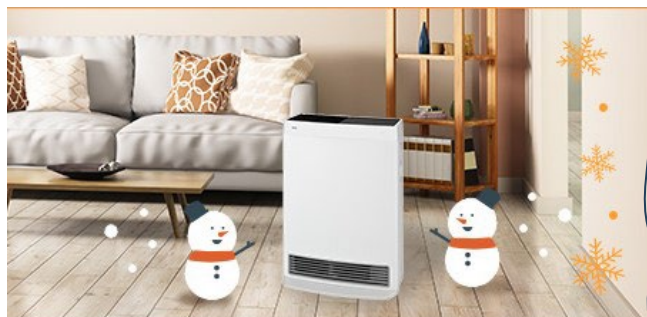


安全機能搭載で
安心運転！

不完全燃焼を起こす前に、ガスを自動的にカット、また万一、本体が倒れても自動的にすばやくガスをカットするセーフティ機能などを搭載。

カンタン設置
燃料補給の手間なし！

換気の時も
ガスのパワーで即暖！



ファンヒーターレンタル
やっています！

営業担当者に
声をかけてください。
お待ちしております!(^^)!

プロパンガスの臭い ガス漏れに気づくよう に着臭されています。

プロパンガスの独特な臭いを嗅いだことがある方もいるとおもいますが、実は本来純粋なプロパンガスは、無臭です。ボンベ交換時や、漏れの際に臭いがするのは、人工的に着臭されているからです。万が一ガス漏れが発生してしまった場合に、ガス漏れに気づくために着臭をしています。

「ガスの臭いがする」「警報器が鳴った」などガス漏れ？と思ったら、すぐガスの元栓を締める、窓を開けて換気をするなどの対処をしてください。

ガス漏れが収まっても、すぐにガス機器は使用しないでください。ガス事業者による安全が確認できるまでは使用しないでください！！

- ・臭いの強さと臭いがした時間
- ・臭いの発生源
- ・臭いを感じた際にガス機器の使用をしていたか
- ・ガス警報器が鳴ったかどうか

連絡時には以上の事を
チェックしておいて
いただくと迅速に
対応できます(-"-)



ガスDEごはん

みぞれ鍋

【調理時間】 約15分
【カロリー】 339kcal(1人分)

【材料】(3人分)

たら	3切れ(360g)
餅	3個 (162g)
揚げ油	適量
片栗粉	大さじ5
白菜	2枚
椎茸	3個
えのき	1束 (100g)
豆腐	1丁
ニンジン	50g
だし汁	600ml
酒	各大さじ3
醤油	大さじ3
大根おろし	1/2本分
ポン酢醤油	適宜



たらと餅を揚げる
ことで鍋つゆに油
の旨味が変わり
ます。

【作り方】

- ① たらは一口大に切り、餅は4等分にし、片栗粉をまぶす。揚げ物温度調節スイッチを押して170度に設定し、たらと餅を1分ほど揚げ、おいておく。
- ② 白菜は一口大に切り、椎茸・えのきは石づきを取って食べやすい大きさに切り、豆腐は一口大に、ニンジンは短冊切りにする。
- ③ 土鍋にだし汁と酒、醤油を入れてひと煮たちさせたらと野菜類、餅を順に入れる。大根おろしを加え、煮立ったものからいただく。
- ④ 好みでポン酢醤油や薬味を添える。

スタッフニュース

小林佳弘



先日、知人が54歳の若さで亡くなりました。ご冥福をお祈りします。

亡くなられた方は、私に仕事のことや人との付き合いでも様々な面で多くの事を教えてくれた先輩です。何事にも一生懸命取り組む方でした。急な訃報にとってもショックを受けました。自分の事を考えると、今のままで本当に悔いはないのか、この先どうなるのか不安になりました。家族や友人、仕事の事が頭の中を駆け巡りました。亡くなられた方が残してくれたことを忘れずに、大切にこれから的人生を生きていこうと思います。

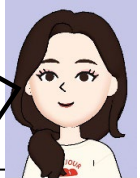
宮城大吉



最近あちこちでフィットネスジムを見かけるようになりましたね。

僕は前からあそこで走ったり、重いバーベルを持ち上げたり自転車をこいだりしているのを見て勿体ないなあと思います。あのトレーニングマシンが発電機になっていれば、その労力がエネルギーになり、かつ筋トレもできて一石二鳥なのにと。そういう機械が開発されていけば、地球環境問題に貢献できるかもしれませんよね。実現したら面白いですね!(^^)!

お鍋がおいしい季節ですね。我が家の鍋の具にきのここと鳥つくねを必ずいれます！



今年は暖冬傾向と予報がありましたが、どうなるでしょうか？寒さからの猫背で、肩こりがひどくなる時期です。このあいだからハーフヨガポールを試しています。よく売っている円のゴロゴロ転がらずやつではなく床においてその上に寝て、腕をあげるだけ。バランスをとる必要もなく簡単に背骨が伸ばせます。これで今年の冬は肩こり解消を目指します！



身体をほぐしてストレッチ体操良いですよ～