

暮らしに・地球に「元気」をお届けします。

あすとも通信

- リフォーム ●太陽光発電 ●オール電化 ●エネファーム (燃料電池)
- 安心・安全なLPガス ●ガス器具 ●家電 ●水まわり

4月

April

2018年



 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



たけのことベーコンの相性抜群!
たけのこのシャキシャキ食感を楽しんで♪

たけのことベーコンのさっぱり炒め



材料

(2人分)

- たけのこ (水煮) ……120g
- ベーコン …… 40g
- サラダ油 ……小さじ1
- 黒こしょう …… 適量

【調味料】

- ・酢 …… 小さじ2
- ・しょうゆ ……大さじ1
- ・酒 ……小さじ1



作り方

【準備】 たけのこは1cm幅に切り、穂先は4cm程残し、縦切りにします。

1. ベーコンを1cm幅に切ります。
2. フライパンを中火にかけ、サラダ油を入れ、たけのことベーコンを炒めます。
3. 調味料を全て加え、汁気が無くなるまで炒めます。
4. 器に盛り、黒こしょうをふりかけて完成です。

調理のポイント

- ・ベーコンの代わりに、ウインナーやソーセージでも美味しくできます。
- ・小さなお子様や辛いものが苦手な方は、黒こしょうを抜いても大丈夫です。
- ・酢の酸味が苦手な方は、お好みで調整してください。

アストモス食育コーナー



たけのこは鮮度が命です!

「たけのこを掘る前に湯をわかせ」と言われるくらい、たけのこを収穫したらすぐにアク抜きをしないと、えぐみの少ないたけのこが味わえます。掘り出された後、時間を追うごとにどんどんアクが強くなっていくので、とにかく出来るだけ早く下茹でをしましょう。また、皮にはたけのこを柔らかくしてくれる成分が含まれているので、皮ごと茹でるのがポイントです。

たけのこの保存テクニック!

下茹でしたたけのこを冷蔵保存する場合は、水に浸して密封容器に入れ、冷蔵庫で保存しましょう。毎日水を入れ替えれば、1週間程度日持ちしますが、風味は徐々に失われていくため、なるべく早めに使いきりましょう。また、冷凍保存する場合は、薄くスライスし、ペーパータオルなどで水気をしっかりと取り、密封袋に入れて空気をよく抜き、冷凍庫に入れます。密封袋に入れる際に、砂糖をふりかけて保存をしておくと、水分が蒸発するのを防いでくれて、長く保存が出来るそうです。



トイレは



「汚れになる前に掃除をする」が基本です

トイレがいつもきれいだと、毎日気分良く過ごせますね！トイレは、「使うたび」に掃除をすることが大切です。手の届く範囲をサッとひと拭きしたり、水を流しながらトイレブラシでこすったりを習慣にしましょう。今回は、トイレの代表的な汚れの掃除のコツをご紹介します。

1 便器

柔らかい布、スポンジ、トイレ用ブラシ、靴用ブラシ、トイレ用中性洗剤

- 中性洗剤をブラシにつけ、内側とフチ裏をこすり洗いします。届きにくい場合は、靴用ブラシがおすすめ。傷つけないようにやさしく洗います。
- 水で濡らして固く絞った布に、中性洗剤をつけてフチの裏側をふきます。
- トイレ用ブラシやスポンジでこすり洗いした後、水洗いします。
- ★水あかなどひどい汚れの場合、汚れがついた部分の水分をふき取り、トイレ用中性洗剤を汚れに直接かけます。トイレ用ブラシやスポンジでこすり洗いした後、水洗いします。
- ★吐水口まわりが汚れた場合は、歯ブラシなどでこすり洗いしてください。

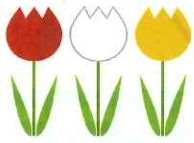
2 床

柔らかい布、洗剤つきウエットペーパー、割り箸に布を巻いたもの、住宅用中性洗剤

- 尿がこぼれたものが乾くと悪臭の元になるので、こまめにチェックするようにしましょう。
- 洗剤つきウエットペーパーか水で濡らして固く絞った布に、中性洗剤をつけたものでふきます。
- 割り箸に布を巻いたもので、便器と床のすき間の汚れや水分を取り除きます。
- 水拭きし、乾拭きします。

Help 便器に黄ばみや輪ジミができてしまった！

- ・洗面器などに中性洗剤を入れ、キッチンペーパーをひたし、汚れの部分に張りつけて3分ほどおきます。その際、ウォシュレットにはつけないように注意してください。
- ・ペーパーをはずして、ブラシでこすり洗いし、洗剤成分を流します。
- ・それでも落ちないときは、割り箸に布を巻いたものに中性洗剤をつけて、少しずつこすって落とし、仕上げに水を流します。



4月のイベント



八女黒木大藤まつり

樹齢600年以上の大藤が鮮やかに咲き誇る

国の天然記念物に指定されている樹齢600年以上を誇る黒木大藤の開花に合わせたイベント。黒木大藤がある素盞鳴(すさのお)神社の境内では、優雅に垂れ下がる藤の花房が幾重にも連なり、訪れる人々の目を楽しませます。4月18日(水)には、大願成就を込めて藤の根元にお神酒を注ぐ神事「藤の花神酒召せの式典」(10:30開式)が執り行われます。さらに、18:30から22:00までライトアップを実施し、夜の大藤を幻想的に演出します。



【場所/住所】	素盞鳴神社境内 福岡県八女市黒木町5-2
【開催日】	2018年4月21日(土)～5月6日(日)
【交通】	(車)九州自動車道八女ICから約30分
【お問合せ】	黒木町観光協会 TEL 0943-42-9190

不老山花と光のフェスタ

11万本のつつじが咲きそろふ不老山

不老山の山肌を染める赤やピンクのつつじの花。約11万本のつつじが華やかに咲き誇ります。標高288mの山頂からは360度のパノラマが広がり、斜面を彩るつつじは必見です!4月15日(日)のイベント開催日は、松浦駅と市役所、文化会館からシャトルバスが運行されます。



【場所/住所】	不老山総合公園 長崎県松浦市志佐町高野免377
【開催日】	2018年4月14日(土)～5月6日(日) ※4月15日(日)はイベント開催
【交通】	(公共)松浦鉄道松浦駅から車で10分 (車)西九州道南波多谷口ICから国道497号経由40分
【お問合せ】	松浦市観光物産課 TEL 0956-72-1111



ご注意ください!!

LPガスの訪問勧誘 飛び込み営業



このような訪問・電話勧誘にご注意下さい!

〇〇市の者ですが、
この地域のガス料金の調査に伺いました
検針票を見せてください

〔公的機関が料金調査をすることはありません。〕



全国でLPガス
切り替え業者による
トラブルが増加しています

ガス料金、高くないですか?

会社を替えると、もっと安くなりますよ

〔最初は安くても値上げを繰り返すケースが確認されています。〕



**委任状をいただければ、
面倒な手続きはこちらでやります
もちろん無料です**

〔設備費用が発生する場合があります。
第三者への判を押した委任状は渡さないように
しましょう。〕



お断り!



! WEBサイト上の「料金診断」に
ご注意ください!

個人情報を入力させ、それを基に営業マンが
訪問してくることや、リストが売られている
可能性があります



鵜呑みにすると、業者の思う壺です。当社にご相談下さい

アストモスリテイリング株式会社 お客様相談室 (販売企画課)

新学期、新入学を迎え、新たな毎日がスタートする春は、一年の内でもやる気に満ちる季節ですね。また、「変化」の多い季節にもなります。気温の高低差に伴う体温調節や、新しい環境での心労など、いきなりの変化に順応することができずメンタルが乱れやすい時期にもなります。やる気を出して頑張る時と、リラックスして身体を休める時間をバランス良くとって、毎日を元気に過ごして行きましょう。