

# あすともす通信

こんにちは!

あすともす通信です♪

小春日和のあとにやってくる穏やかに晴れた日のことを「冬日和(ふゆびより)」といいます。そんな日は気温も低く乾燥した一日になることも。風邪などをひかないよう体調に十分ご注意ください。そして、良いお年をお迎えください。



アストモくん

## — 今月号のご案内 —

○お客様の声ご紹介&今月の野菜&便利BOX

○衣食住遊「～ おもてなしの工夫 ～」

# お客様の声ご紹介



川崎市 K様

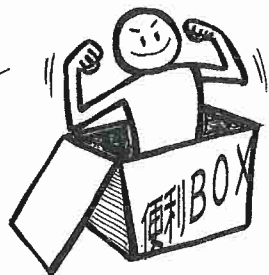
先日、お風呂の調子が悪く修理を依頼  
しました。堀さんが伺われ色々原因  
説明も私たちにわかりやすくしていただき  
お世辞言に成りました。

給湯器も10年以上使っているの?  
近い内に検討したいと思っています。  
その時も堀さんにお願ひ致します。  
色々有難度ございました。

ガス、水廻り、リフォーム  
でのお困り事がござ  
いましたら、お気  
軽に御相談下さい。



担当：堀  
(町田営業所)



寒さこたえるこの時期、防寒のためにカイロを手放せない人も多いでしょう。  
しかし、カイロの使用には、「低温火傷」に注意が必要です。  
「低温火傷」は、カイロや湯たんぽなど、体温より少し高めの温度(44℃~50℃)  
のものに長時間触れることによって起きる火傷です。

一般的な火傷とは違い、熱さや痛みが感じにくく軽症と考えてしまいがちですが、熱と角虫れている  
時間が長いと、皮膚の深いところまで炎症が起こり、治りにくくなってしまふのです。

## 「低温火傷」に注意が必要なもの

### 1. 湯たんぽ、電気あんか

厚手のタオルや専用の袋に必ず包み、直接肌に触れないよう注意しましょう。  
就寝前に布団に入れ、布団を温め、就寝時には取り出すよう心がけましょう。  
他の暖房器具を併用すると思つた以上の高温になることがありますので注意しましょう。

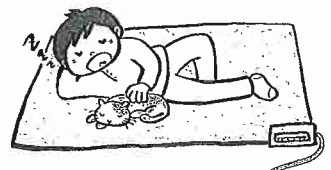
### 2. 使い捨てカイロ

貼るタイプの使い捨てカイロは必ず衣類の上に貼り、同じ場所に長時間あてないようにしまし  
ょう。また、貼ったまま寝ないように注意しましょう。

### 3. 電気毛布、電気カーペット

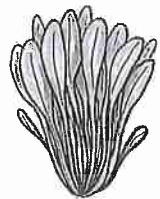
使用したまま、眠らないようにしまししょう。タイマー利用がおすすめ。

お腹を  
ポカポカ



高齢者や乳幼児、肌の弱い人は要注意!お酒を飲んだ後や就寝中は  
皮膚の感覚が鈍り、注意を怠りがちです。朝起きたら皮膚が赤く腫れている、水ぶくれができてい  
るなどの症状があった場合は軽症か重症かわからなくても、必ず「医療機関を受診しまししょう。  
寒い時期の便利なものですが使い方を必ず守り、低温火傷を予防して、冬を乗り切りまししょう。

# 今月の野菜 & くだもの



## 王生菜

王生菜(みぶな)は京都の伝統野菜で、関西  
では古くから親しまれています。水菜の仲間  
ですが、葉はギザギザがなく細長い丸い形で  
す。味もさっぱりした水菜に比べ、ひりりとくる  
ような辛さと苦味を感じます。

旬： 12月~3月

選び方：緑色が鮮やかで色が濃いもの。緑色  
のものを選びましょう。

保存方法：乾燥しないように、濡れた  
新聞紙に包み、冷蔵庫で保存しま  
しょう。

この時期に必要なビタミンCが多く  
風邪予防や肌荒れに効果が  
期待されます。お浸しや漬物、  
鍋、煮物など様々なお料理に  
活用できます。



## ～ おもてなしの工夫 ～

年末年始は、お客様をおもてなしすることも多くなってきます。  
そこで今回は、おもてなしの工夫をご紹介します。



### まずは、当日のお掃除のポイント!

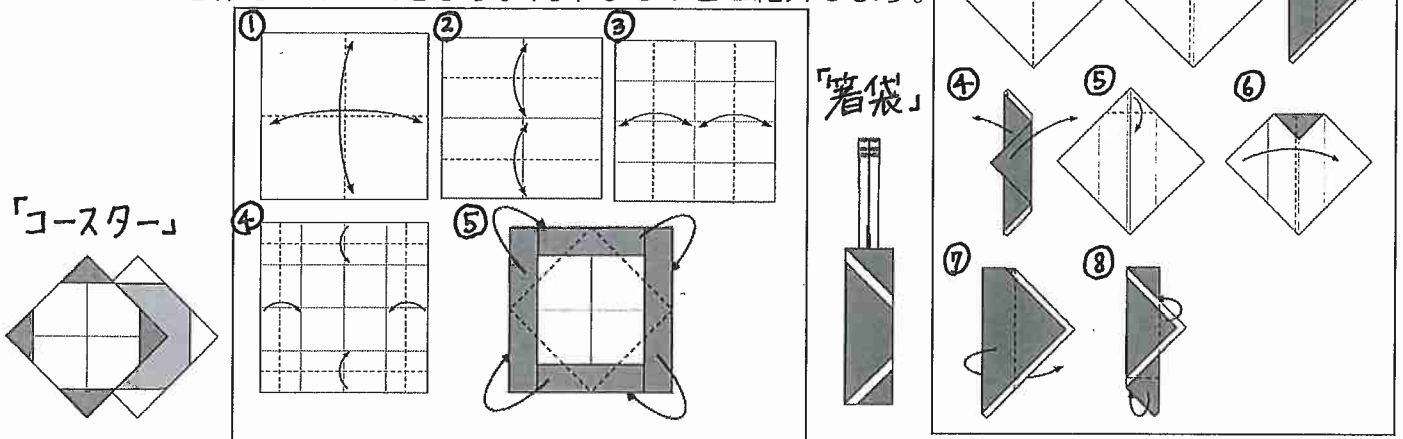
お掃除の箇所は、1.玄関、2.トイレ、3.洗面所、4.キッチン、5.冷蔵庫の中 です。

1. 玄関は、来客の靴が並ぶスペースを、掃き掃除、水拭きまで行い、歓迎の気持ちとして季節のお花など飾れると素敵です。
2. トイレは、ゴミ箱のチェックやペーパーの補充、水栓金具までキレイに拭きます。
3. 洗面所は、鏡の水滴や汚れをチェックし、ハンドソープの補充を。ゲスト用のタオルがあると良いですね。
4. キッチンには、ガスコンロの油汚れ、シンクの曇りを掃除し、ゴミを片付けましょう。来客が出入りすることもあるので、調理器具などは最小限に。
5. 冷蔵庫は、来客の方が飲み物の出し入れなどを行うこともあります。物を最小限にし、庫内の拭き掃除もしておきましょう。

また、来客のお迎え時間になったら、季節に合わせたお香やアロマなどを準備。家に入った瞬間にいい香りがすると、お客様に好印象です。

### 次は、手作りのおもてなし。折り紙でコースターや箸袋を作ってみませんか?

色々な柄の折り紙を使用すると、用途（クリスマスや年末年始、お誕生日など）やお客様の個性に合わせたものを作ることができます。簡単なものをご紹介します。



### もうひとつのポイントは、お料理です。

できるだけ、迎える側も一緒に食卓についていたいものです。そこで前菜としてお客様がみえる前に作っておけるお料理を1点ご紹介！スペインのお料理『ピンチョス』、ピンチョスとは「串」のことで、肉や魚、野菜などを串で刺した一口サイズのお料理です。作り方は、簡単！チーズ、ハム、ウィンナー、サーモンやうずらの卵、ミニトマトや小さく切った野菜などを何点か選んで彩りよく楊枝に刺すだけです。可愛い楊枝を使うと見た目も可愛いし、手を汚さず、簡単に取り分けすることもできます。

ピンチョス



グリルプレート

最新のコンロでは、魚焼きグリルの中に設置できる深皿のプレートで調理をし、そのまま食卓に出せるものもあります。高火力の魚焼きグリルを作って、簡単にちょっと豪華なパーティ料理に挑戦しましょう。



# 三☆今月の星占い☆三

2017年12月15日～2018年1月14日まで

<b>牡羊座</b> 3/21-4/20 文字を書くことで集中力が増し、心が研ぎ澄まされます。常に手元にメモ用紙とハンを用意しておきましょう。	<b>牡牛座</b> 4/21-5/21 北風の吹く寒い日に、心温まる出来事に遭遇します。家に閉じこもらず、活発に動き回ってみてください。	<b>双子座</b> 5/22-6/21 年末を前にして、早くもお疲れモード。ゆっくりと休む日を設けて、1年のラストスパートに備えましょう。	<b>かに座</b> 6/22-7/22 今抱えている大きな仕事は、残念ながら越年決定。お正月を挟んでも気持ち切り替えないことが大切。
<b>獅子座</b> 7/23-8/22 これまで楽しんできた趣味がここにきてさらにグレードアップ! 新たな世界の扉を開けるチャンスです。	<b>乙女座</b> 8/23-9/23 年末年始の準備に忙しい肝心なことを忘れず。日々のルーティーンを決めて、パニックを避けましょう。	<b>天秤座</b> 9/24-10/23 金運が下がり気味なのが気になる。年末年始の出費を見越して、毎日の節約を考えて。	<b>さそり座</b> 10/24-11/22 12月中旬頃、胃腸のトラブルの予感が... 健康管理を怠らず、楽しいお正月を迎えてください。
<b>射手座</b> 11/23-12/21 時間の感覚が狂い気味。大掃除するつもりが、いつのまにかお正月... といった反省に気を付けて!	<b>山羊座</b> 12/22-1/20 クリスマスを境に、運気が徐々にアップ! 牛手に年始には、幸先の良い嬉しい出来事が起こりそう!	<b>水瓶座</b> 1/21-2/18 家族へのクリスマスプレゼントは、心のこもった手作りアイテムがオススメ! ステキな時間が過ごせるはず!	<b>うお座</b> 2/19-3/20 大晦日のカウントダウンは、近所の神社で迎えると吉! しっかり防寒して、特別な夜を満喫しましょう。

アンケートに答えていただいた方、全員にプレゼント!

今月のアンケートは・・・  
 「あすともす通信で取り上げて欲しい題材は？」

今月のプレゼントは・・・  
 『お掃除クロス3枚組』です。

数に限りがありますので、ご家族様一点までとさせていただきます。  
 締切りは 1/5(金)消印 まで有効です。  
 ※プレゼントの発送には少しお時間を頂いております。ご了承下さい。

〒194-0004  
 62  
 東京都町田市鶴間  
 7-31-1  
 アストモスリテイリング  
 (株)関東カンパニー内  
 お客様センター  
 「全員プレゼント 12月号」  
 係

- ◆ お名前
- ◆ ご住所
- ◆ お電話番号
- ◆ 生年月日
- ◆ 今月のアンケート

★今月のプレゼント★  
**お掃除クロス 3枚組**  
 サッと汚れをとり、サラッと水に流せるクロス! キッチン周りや床網戸のお掃除に。  
 便利な3枚組  
 ※写真はイメージです。

個人情報の取扱について：  
 読者の皆様から届いた応募ハガキなどは、より良いサービスの提供のために参考にさせていただいております。また、個人情報保護の観点から、鍵のかかるロッカーで厳重に保管しております。

編集後記・・・

早いもので、2017年最終のあすともす通信です。今年頂いたお葉書は、約5,500枚! たくさんのメッセージを頂きました。あすともす通信は、皆様の声で成り立っていることを日々頂くお葉書で痛感しています。一年間、本当にありがとうございました。(あ)