

あすともす通信

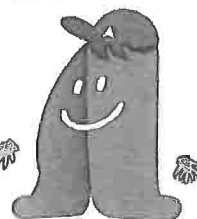
こんにちは!

あすともす通信です♪

立春を過ぎると暦の上では春となります。しかし、まだまだ寒い日が続く。春の陽気には程遠く感じます。立春が過ぎたあとに残る寒さを余寒といい、その七夏の挨拶に「余寒見舞い」があります。

厳しい寒さが残る中、相手の健康を気遣っておくる挨拶です。

「余寒お見舞い申し上げます。」



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「～ 春の虫対策 ～」



アストモスリテイリング株式会社

ホームページも是非、チェック!



アストモスリテイリング

検索

アンケート結果 発表

今月は11月~12月までのアンケート結果をご紹介します!

暖房を使用する上での困り事は?

- 1位 乾燥(肌荒れ・静電気)
- 2位 光熱費がかかる
- 3位 結露
- 4位 換気
- 5位 灯油の補充が大変



1位は乾燥による困り事でした。コロナ禍の今加湿をする事も予防の一つです。また、換気も定期的に行いましょう。灯油の暖房には、補充や臭いの問題も! ガス暖房への切替も是非ご検討ください。

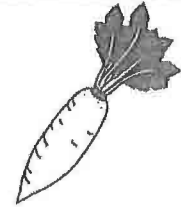
あすともす通信で取り上げて欲しい題材は?

- 1位 料理レシピ
- 2位 健康に関すること
- 3位 乾燥対策
- 4位 家庭菜園・ガーデニング
- 5位 コロナ対策



旬の食材などを使った料理メニューの紹介が1位でした。当社ホームページにもたくさんご紹介しておりますので、是非ご覧ください。レシピは今後とも定期的に「あすともす通信」でもご紹介していきます。

今月の野菜 & くだもの



だいこん

大根は品種、調理法が豊富で日本人が大好きな野菜の代表格。また、日本が生産量、消費量共に世界一! 種類は一般的な青首大根の他、丸く水分の多い聖護院大根、小さく辛みの強い辛み大根などがあります。

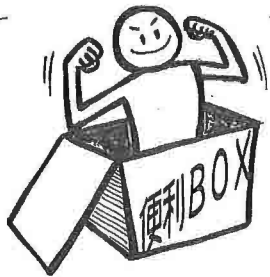
旬: 12月~2月

選び方: 葉が緑色のもの。毛穴の数が少なく、肌が白く、スベスベでハリとツヤがあるもの。

保存方法: 葉をつけたままにしておく成長するので、切り落として別々に保存。

ラップ、もしくは濡れた新聞紙に包んで冷蔵庫で保存しましょう。

ビタミン、たんぱく質分解酵素が豊富です。消化を助けます。また、咳止めにも効果があるとされています。



毎日の料理の中で、いつも使っている鍋やフライパン。料理は火の通りによって、味の染み込み方、美味しさが変わってくるため、正しく調理器具を選ぶことも料理上手になるコツのひとつと言えます。そこで今月は、様々な種類の鍋の特長と選び方をご紹介します。

ステンレス製



特長: 衝撃に強く丈夫で保温性・保冷性に優れています。
 注意点: 熱伝導率が低いため、温まるまでに時間がかかります。焦げつきやすく、洗う際に金属製のタワシは表面が傷つくので禁物です。
 適した料理: 煮込み料理、揚げ物

鉄製



特長: 高温に強く丈夫。熱伝導率が高く油がよくなじみます。
 注意点: 厚みや重さがあります。焦げつきやすく、サビやすいのでお手入れが必要。
 適した料理: 炒め物、焼き物、揚げ物

アルミ製



特長: 軽くて扱いやすく、熱伝導率が高いのでお湯を沸かすのに適しています。
 注意点: 酸やアルカリに弱い。長時間の煮込む料理には不向き。衝撃に弱く、焦げやすい。IHクッキングヒーターでは使用できないこともあります。
 適した料理: 汁物、下ゆで調理

ホーロー製



特長: 熱伝導率が高く保温性抜群! 焦げにくく酸にも強い。
 注意点: 重いものが多い、急激な温度変化や衝撃を受けると割れることがあります。IHクッキングヒーターでは使用できないこともあります。
 適した料理: 煮込み料理や酢をたくさん使う料理にも使えます。

陶器製

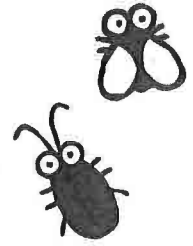


特長: 遠赤外線効果で素材の芯から加温し、うまみをよく引き出します。
 注意点: 厚み、重さがあります。衝撃と急な温度変化に弱いところも。IHクッキングヒーターでは使用できないこともあります。
 適した料理: おでんや鍋物など長く煮込む料理に適しています。

～ 春の虫対策 ～

まだまだ寒さ厳しい日々が続いていますが、春はそそまできています。暖かくなると、家の内外で虫の活動が活発になります。お家の中で虫が大量発生してしまう前に、対策をしておきましょう。

最近はお家の気密性が高くなり、冬も暖房で快適な室温が維持されています。一年中暖かい環境は、虫にとっての楽園！これからは「虫対策」も一年を通して行く必要があります。



キッチン・浴室・洗面所

虫は暖かい室温と高い湿度、食べ残しなどの生ゴミ、髪の毛や油分などを好みます。これらを除去する方法が最大の対策です。

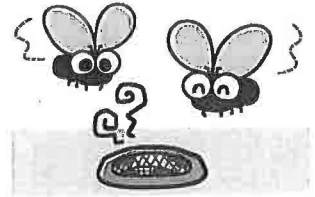
流し台にある三角コーナーに生ゴミを捨てる場合は、水気を切って、新聞紙に包んだりポリ袋に入れたりして、フタ付きの容器に捨てましょう。

排水口などに溜まりがちなホコリや髪の毛もこまめに捨てましょう。

常に水気をよく拭き取っておくことも大切です。

洗濯機や冷蔵庫などの家電の隙間は虫が潜みがちです。壁や床との隙間を掃除し、駆除剤を配置するのが効果的です。駆除剤は使用期限の確認も忘れずに。

換気口から室内に入れない対策も有効。フィルターなど対策グッズを活用しましょう。



居室内

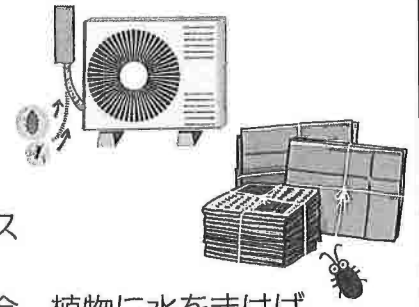
エアコンの室外機のホースなどから室内に虫が入り込むケースがあります。ホースの口にはめる対策グッズを利用しましょう。

部屋の中に通販などの段ボールが放置されていませんか？

小型のチャバネゴキブリなどは段ボールなどに生息しているケースがあります。早めにゴミ回収に出しましょう。

また、ベランダや家屋廻りに鉢植えや草花や野菜を育てている場合、植物に水をまけば湿気が出て、エアコンの室外機の熱などで温度が上がり、寒い時期でも虫が生息しやすい環境になります。室外機周辺などをこまめに掃除し、室外用の駆除剤を利用したい

ものです。屋外にゴミを保管する場合は、フタ付きの容器などに入れるようにしましょう。室内の観葉植物にも注意。栄養分を含む土はコバエなどが産卵する場所となります。こまめにチェックし、虫がわいているようならその土を処分し、新しいものに入れ替えましょう。



暖かい季節になる前から、掃除を心掛け対策を検討しましょう。

今月より... 当社の便利なサイトをご紹介します。



第1段！
毎月、美味しいレシピをご紹介します！是非、利用してみてください。

献立にお困りの皆さんへ



豚口ポウおろし丼

ガスでおいしい



たこきゅうりのガーリックマリネ



↑ 毎月美味しいレシピ追加中！是非お試しください♪

ホームページもチェック！

アストモスリテイリング

検索

☆今月の星占い☆

2021年2月15日～2021年3月14日まで

牡羊座 3/21-4/20 健康運が下がり気味。ちょっとしたことでも体調を崩しそうなので、家でおとなしくして置いたほうが無難です。	牡牛座 4/21-5/21 心配事があると眠れない日が続きそう。布団に入る前に温かい飲み物を飲んで、リラックスしてみましょう。	双子座 5/22-6/21 毎日の食事がとても美味しく感じられる幸せな時期。食心過ぎに注意しつつ、おうちグルメを満喫して！	かに座 6/22-7/22 古い友人から頼まれごとが舞い込みます。一生懸命こなせば、信頼を得られることは間違いありません。
獅子座 7/23-8/22 誕生日でもないのにステキなプレゼントがもらえそう！感謝の気持ちを忘れず、ありがたく受け取って！	乙女座 8/23-9/23 ちよつとした冗談のつもりが、皮肉や悪口と受け止められる最悪の展開が...発言には十分気を付けて。	天秤座 9/24-10/23 今年になってまだ掃除していない場所を発見！「荒てず」騒がず、丁寧に磨き上げれば運気も上昇！	さそり座 10/24-11/22 日々の生活に必要な日用品や食材のストックが足りなくなる恐れあり。チェックと買い足を忘れずに。
射手座 11/23-12/21 大事な約束をすっかり忘れる凡ミス発生！丁寧に謝って穴埋めをすれば、事なきを得るでしょう。	山羊座 12/22-1/20 自粛期間の気晴らしに始めた一時的な趣味に、どっぷりハマりよう。豊かで充実した時間が過ごせます。	水瓶座 1/21-2/18 早起き生活が幸運のカギ。朝の早いうちに家事をスタートさせると、1日がテンポ良く回っていくでしょう。	うお座 2/19-3/20 連絡を取っていない旧友には、メールやSNSで連絡をしてみよう。今年の交友関係がより良いものに…。

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・・・
 「スマートフォンはお持ちですか？利用されていますか？」
 例：持っている、購入予定、持つ予定はない・・・等々

今月のプレゼントは・・・
 『マスク専用洗濯ポーチ』
 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3/5(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
 63
 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2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★

マスク専用 洗濯ポーチ

マスクを入れて、洗濯機で洗ってそのまま干せる。持ち歩き用のマスクケースとしても使用できます。



※写真はイメージです。
 サイズ：約18cm×13cm

「入れて使う」「干す」「洗う」の3役

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・・・

コロナ禍で落ち着かない日々が続きます。ステイホーム期間中の食事のメニューに悩んでいます。食べる事が一番の趣味なので自分で新しいメニューにチャレンジするしかありません。当社のホームページにある料理レシピにも挑戦中です！こちらの「あすともす通信」でも少しずつ紹介していきます。お楽しみに♪ ㊦