

1月号

こしる便り

～ 今月の特集～

- ・リフォーム大商談会のご案内
- ・スタッフボイス
- ・インフルエンザの仕組みと対策
- ・食レポINさいき
- ・テフロンフライパン
- ・おそうじのコツ ～小麦粉を使ったお掃除～
- ・今月のイチオシ商品「EV車充電機能付き蓄電池」

今月の話題

リフォーム大商談会開催!!!

水廻り商品

日程

1/14土・15日

多数展示

LIXIL TOTO
TOCLAS 等

◎B施主様限定で

ビンゴ大会開催!!!

(1日1回開催)

お連れ様も対象☆



★ お気軽にご来場ください ★

小代築炉工業(株) 京セラソーラーFC大分中央
大分市大字横尾3733-1

お問い合わせは

0120-928-147



STAFF VOICE

みなさん、こんにちは！スタッフボイス初登場のSです☆

明けましておめでとうございます！！
新しい一年が始まったということで、新年の目標を立てたいなぁ
と思っています(*^_^*)

さて、先月のことになりますが・・・12月といえば？
そう！12月は忘年会シーズンでしたね！
私も去年の4月に新社会人となり、忘年会というものを初めて経験しました。

ビンゴ大会やかくし芸大会なども大盛り上がりで、さらに社長くじというものがあり、
その景品がとても豪華で驚きました！！
私は、社長くじで『かぼすぶり』が当たりました☆☆☆
想像していたブリよりとても大きくて持って帰るのに一苦労でした(^_^;)
家に帰ってさばいてもらい刺身にして食べたところ、
すっごく美味しく今まで食べたことがある刺身の中で一番美味しかったです！！！！
ほんのりかぼすの味もして、今まで味あつたことのない味でした！
また来年も当たることを願います…☆



健康生活

インフルエンザの仕組みと対策

なぜ毎年流行するのか

インフルエンザはインフルエンザウイルスに感染しておこる感染症です。
インフルエンザウイルスには抗原性の違いにより3つの型がありますが、
その型においても突然変異を起こしやすく、流行するウイルス株が地域や
時期により変わります。毎年流行する型は変化しています。

- A型…非常に変異しやすく、亜種も存在するため毎年流行しやすい。
- B型…変異しにくい散発的に流行。A型に比べ流行規模は小さい。
- C型…変化しにくく大きな流行も無いが季節によらず乳幼児期感染が多い。

普通の風邪とはどう違うのか

かぜ(普通感冒)



- 発症時期：1年を通じ散発的
- 主な症状：上気道症状
- 症状の進行：緩徐
- 発熱：通常は微熱(37℃～38℃)
- 主症状(発熱以外)：くしゃみ、喉の痛み、鼻水・鼻づまり等
- 原因ウイルス：ライノウイルス、コロナウイルス、アデノウイルス等

正しい予防法

インフルエンザは、呼吸とともに鼻や喉から体内に侵入し、
のどや気管支、肺で急激に増殖していきます。
感染した人のせきやくしゃみなどに含まれるインフルエンザ
ウイルスを吸い込むことによって感染します。

【5つの予防ポイント】

- 正しい手洗
- 普段の健康管理
- 予防接種
- 適度な温度と湿度管理
- 人ごみを避ける

インフルエンザ



- 発症時期：冬季に流行
- 主な症状：全身症状
- 症状の進行：急激
- 発熱：高熱(38℃以上)
- 主症状(発熱以外)：せき、喉の痛み、鼻水
全身倦怠感・食欲不振、関節痛・筋肉痛・頭痛等
- 原因ウイルス：インフルエンザウイルス

感染してしまったら

インフルエンザは、普通の風邪と同じような喉の痛みや咳などの症状の他に38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身に症状が見られます。
インフルエンザが疑われる時は、早めに医療機関を受診しましょう。特に高齢者や乳児、妊婦の場合には重症化の恐れがあります。
また、熱が上がったら脱水にも注意しましょう。



【脱水を防ぐためにおすすめの飲食】

- 経口補水液やイオン飲料
- 柑橘類以外の果物や果汁
- 薄味のスープや梅干を添えたおかゆ

余ったお餅を使って ★ 簡単お餅ピザ ★



材料(1枚分)

- 切り餅 4枚
- ピザソース(ケチャップでも可) 適量
- オリーブオイルorサラダ油 大1
- とろけるチーズ お好みの量
- 好きな具材
- ・オニオンスライス ・プチトマト
- ・ウィンナー ・ピーマン 等

作り方

- ①火の通りを早くするため、切り餅は厚みを半分カットする。(しなくてもOK)
- ②お好みの具材を切る。
- ③焦げ付きにくいフライパンにうす油をひき、お餅を並べる。
(軽くレンジであたためておくと早く火が通る)
- ④大1の水を入れ蓋をして弱火でじっくり焼く。
- ⑤お餅が膨らんできたらピザソースを塗り、お好みの具材をトッピングしてチーズを散らす。
- ⑥蓋をして3~5分程(チーズがとろけるくらいまで)焼いて完成！☆

食レポ IN さいき

★第20弾は佐伯市の鳥料理店をご紹介★

「お食事処

鳥料理 由布」

薩摩地鶏を生産直送で仕入れている、地鶏料理の老舗。地鶏が好きなお客様は由布焼定食、お子様などには食べやすい様にやわらかく仕上げた由布焼ソフトがオススメです♪

店内も広いので、少人数からご家族、大人数で行ってもゆっくりとお食事が楽しめます☆

↓鳥刺し



↓地鶏タタキ



↑由布焼定食



↑由布焼ソフト



アクセス
大分県佐伯市中の島1丁目16-18
TEL 0972-23-3350
営業時間 11:00~14:30 (L.O 14:00)
17:00~22:00 (L.O 21:30)
定休日 毎週火曜日

知

って得する!?〇〇のお役立ち情報

今回の〇〇は
「テフロンフライパン」

テフロンのフライパンは焦げ付かないし洗う時もラクなので使っている人も多いと思います。そんな便利なテフロンフライパンにもお悩みがつきもの。そこで今回は、テフロンフライパンの快適寿命を伸ばすために大切な手入れ方法や使い方などをご紹介します。

テフロンフライパンを 長持ちさせる方法

◆空焚きしない

煙が出るほど空焚きをするとテフロンを劣化させますので寿命はかなり縮まります。予熱するなら中火より弱い火で30秒くらい火熱すれば十分温まりますので、それ以上空焚きしないようすぐ料理に取りかかりましょう。

◆たわしやメラミンスポンジは使わない

ガリガリ落とす系のたわしでフライパンをこすると加工がはげてしまいます。スタンダードな亀の子たわしやスチール製たわし、メラミンスポンジも使わないでください。汚れ落とし用の固い素材とソフトな素材が一緒になった一般的なスポンジなら、やわらかい方に洗剤をつけてフライパンを洗いましょう。

◆強火はダメ

テフロンのお鍋は熱伝導があまり良くないので早く温めようといつい強火にしてしまいがちですが、適正な火加減は中火以下で十分料理が作れます。

◆金属製のへらはNG

テフロン加工のフライパンに金属製のフライ返しなどを使ってしまうと傷がつきやすく、フッ素樹脂がはがれてしまう元になりますので使わないでください。シリコンのゴムべらや木製のへらを使えば傷の心配もありませんし、とても使いやすいです。

◆急冷しない

テフロン加工のフライパンは急激な温度変化に弱いのでアチチの状態から冷やすのはダメ。ものすごく劣化します。必ずフライパンが冷めてから洗うようにしましょう。どうしてもこびりつきを防ぎたいという方は熱いお湯で洗うようにしてください。

◆研磨剤入りの洗剤は使わない

汚れがこびりついてしまったからとクレンザーなど研磨剤入りの洗剤を使ってゴシゴシこすると、テフロン加工がはげやすくなります。台所用の中性洗剤でさっと洗うだけにしましょう。

◆料理の入れっぱなしに注意

目には見えませんがテフロン加工の表面には小さな穴があいているのです。料理を作った後そのままフライパンに入れっぱなしにしていると、その穴から入ってしみ込み劣化させたり雑菌繁殖の元になりますので、料理後はお皿に移すなどしてください。

◆食器洗浄機は使わない

テフロン加工のものを食器洗浄機で洗うとはげやすくなりますので、洗わないようにしましょう。各メーカーによって食器洗浄機を使えるというものもありますが、長持ちさせたいのなら手洗いの方がいいです。

テフロンのフライパンは使い方さえ間違わなければ、意外と長持ちするものです。でも、消耗品ですからいつかダメになるのは仕方ないことです。お鍋自体が汚れたあたりで新しく買い替えというサイクルでいいのではないかと思います。



津久見市民会館改修工事



トイレ改修工事
大ホールの椅子入れ替え
を行いました。
快適にご利用いただけると幸いです。



工事をさせて
いただきました。
ありがとうございます。

第17弾 おそうじのコツ ～小麦粉を使ったお掃除～



小麦粉も洗剤には負けないくらいの油を落とす力があります！！

- ①油をこぼしてしまったら、そこに小麦粉を振りかけます。小麦粉が油を吸収するので、吸わせてから拭き取るとスッキリ綺麗になります。
- ②換気扇のベタベタ油汚れも小麦粉を振りかけてから、割り箸などでこそげ取ると綺麗になります。
- ③ガスレンジやシンクの汚れにもお掃除の際に小麦粉を使います。
この場合は小麦粉とお酢を混ぜてペーストのようにしたものを作ります。これを雑巾やスポンジにつけてお掃除すると綺麗になります。

オマケ・・・小麦粉の成分を含んだ麺類のゆで汁も汚れを落とす力があります。ゆで汁は捨ててしまうものですから、それを軽い油汚れに熱いうちにかけてと効果的です。ゆで汁で食器、フライパンを洗うと簡単に綺麗になります。
※ゆで汁は油分のない麺類を茹でたときに限ります。

小麦粉は、家庭に常備されやすいものです！！
使ったらそのまま処分せず、ちょっとしたお手入れに使ってみてください☆

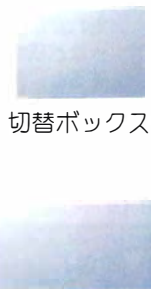
今月のイチオシ商品

**OB様限定価格で
ご提供致します！！**

※詳細はお問合せ下さい。



V2Hシステム



切替ボックス



中継ボックス



蓄電システム

EV車充電機能付き蓄電池

従来価格

350万円



**200万円
で販売**

※申し訳ございませんが、
先着順での受付となります。

発行元 小代築炉工業株式会社 〒879-2458

<http://www.koshiro.co.jp/>

大分県津久見市入船西町21-1

TEL:0972-82-4155

FAX:0972-82-5280

