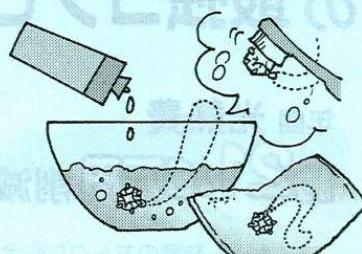


18Kのアクセサリー

～お手入れ方法～



夏に輝く18Kのアクセサリーも汗や皮脂汚れでくすみがち。

気になる汚れは、台所用中性洗剤を水に数滴とかし、その内でふり洗いをしましょう。石の止め部分は液の中で柔らかい歯ブラシなどでこすり、水でよくすすぎます。乾いたタオルで優しく水気をとると輝きも戻ります。

パールや珊瑚のような光らない宝石は水に弱いので、布で拭くだけにしてください。

宝石の付いたアクセサリーは油分でくもってしまうため、お化粧後の着用がおすすめ。普段から調理中や運動時は着用を避けて、使用後は拭くように心掛けましょう。

夏の入浴は
デトックス効果
大



とり天のオクラソースがけ

★材料★(2人分)

オクラ	70g
鶏むね肉	1枚(250g)
塩・こしょう	各少々
天ぷら粉	大さじ5
水	大さじ3
揚げ油	適量
A	
酢・みりん・醤油・	
ごま油・梅肉	
各大さじ1	
砂糖	小さじ1/2
大葉(みじん切り)	10枚

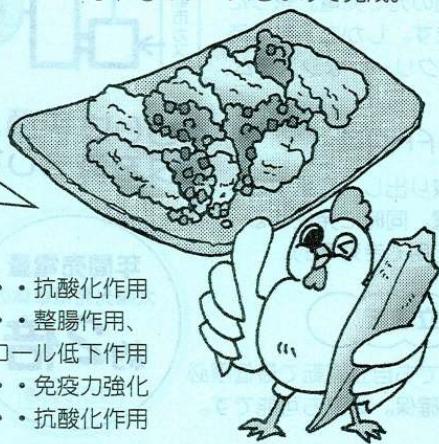
細胞を丈夫にし、
病気に負けない
体をつくる

★レシピの力★

オクラのビタミンC・・・抗酸化作用
オクラの食物繊維・・・整腸作用、
コレステロール低下作用
鶏むね肉のタンパク質・・・免疫力強化
鶏むね肉のビタミンA・・・抗酸化作用

★作り方★

- 塩ゆでしたオクラを冷水にさらし、みじん切りにする。Aと合わせてソースを作る。
- 一口大のそぎ切りにした鶏肉に塩・こしょうをし、天ぷら粉をまぶす。
- 残った天ぷら粉に水を加えて揚げ衣を作り、鶏肉をもどしてからめる。
- ③の鶏肉を炒め揚げし、器に盛り、①のソースをかけて完成。



住まいる通信



2015 Summer

夏は新陳代謝が最も活発になる時期。この季節の特徴とバスタイムを有効活用して、美肌づくりもダイエットもグンと加速させることができちゃうんです。代謝力がアップすると体内のエネルギーを効率良く消費できるようになります。様々な部位に蓄積された毒素を排出しやすくなります。すると、肌のターンオーバーも促進されるので艶やかな美肌をキープする事が可能に。また、嬉しい事に痩せやすい体质も手に入れる事ができるのだとか。暑いから…と、シャワーだけで済ませる事なく、ゆっくり湯船につかってバスタイムを楽しみましょう。

ミネラルウォーター宅配サービス
8/31まで water*net
ご入会 キャンペーン

新規ご入会で プレゼント♪

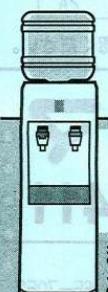
総額
5,000円相当

※お渡しはギフトカードと交換できる
ポイントシールとなります。

¥1,000
GIFT CARD



ポイントを貯めてイロイロ特典GET!!



■サーバーレンタル料
一月額一
¥600(税別)

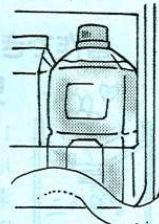


■12Lボトル
一本一
¥1,200(税別)

まずは無料お試しを!(サーバー1週間レンタル、ボトル1本つき)
お申込みお問合せはお気軽に当社までどうぞ!

冷水

冷蔵庫に1~2リットルの
冷水を常備しておくだけで
便利。さらに、お料理が美
味しくなるんです。



麺類

●湯がきたての麺類を冷やすとき、冷水と麺をボウルの中でかき混ぜるだけ。これはかなり節水。500gのソバでも、1~2リットルの冷水があれば冷やせます。



お米

●お米はぬるい水より、冷たい水で炊いた方が美味しく炊き上がります。お米を洗ってから冷水を入れてすぐに炊きます。



野菜

●水洗いした生野菜に冷水を注いでしばらく置くだけで、シャキシャキに美味しくなります。



環境にも
家計にも
やさしい

ダブル発電

エネルギーを「貢う」から「創る」へ

太陽光発電×エネファームの最強コンビ

太陽光で発電

ガスで発電+給湯

年間 購入電力約78%削減

天気や時間に左右されず自家発電

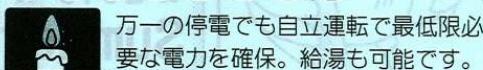


尽きることのない太陽の光で発電。余った電気は売ることができます。しかも、発電時にCO₂を排出しないクリーンなシステム。



都市ガスから水素を取り出し、空気中の酸素と反応させて発電。同時に発生する熱でお湯を沸かして利用でき効率的。

停電時も安心の自立運転



万一の停電でも自立運転で最低限必要な電力を確保。給湯も可能です。

くらしは快適♪エネルギーのムダを減らしてかしこく発電!!

年間売電量
太陽光発電単体の
約2倍
ダブル発電

CO₂排出量
年間 約3.5t 削減
杉の木250本植林に相当

年間光熱費
約21.6万円削減

マイホーム発電のおトクな料金プランとプレミアムポイントを適用することで年間光熱費を大幅にカットできます。

導入するなら
今がチャンス!
補助金が適用されます

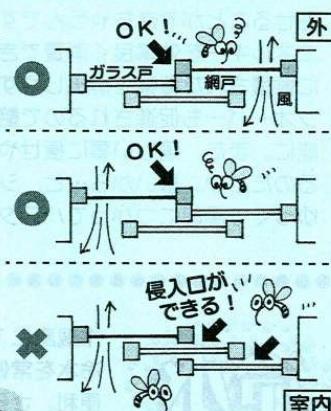


お問合せやお見積りはお気軽に当社までどうぞ!

夏の害虫! 蚊からお部屋を守る!!

蚊の侵入経路を断つ!

まず、蚊の侵入を防ぐことが重要です。蚊の主な侵入経路は破れた網戸ですが、網戸が破れていても、窓の開け方を間違えると蚊が侵入することができます。窓を開けるときは、右の図を参考にすき間ができるないように開けるようにしましょう。



自作できる!

蚊取ボトル



1.5リットルのペットボトルを用意し、ペットボトルの口をカッターで切り取ります。そこにぬるま湯200mlと砂糖50g、イースト1gを入れます。切り取ったペットボトルの口を逆さにして、本体にフタをするように差し込めば完成です。

本誌ご持参
先着10名様に

くるっとアニマル
マイクロファイバー
クロスプレゼント♪



今号の「住まいの通信」を店頭へご持参いただいた先着10名様に「くるっとアニマルマイクロファイバーコロス」をプレゼントいたします。
お気軽にご来店ください!!

電気料金



電気料金は、基本料金+使用量となります。使用量は普段の電気の使い方によって変わるので使い過ぎを気にされる方は多いと思いますが、基本料金も変えられることはご存知でしょうか? 契約した時から、同居の家族数が変わっているときなどは、一度見直してみることをおおすすめします。

契約の大きさは、同時に多くの電気機器を使う夕食・真夏・真冬時を基準として判断しましょう。

例えば冬の夕食時の場合

・照明	3A
・炊飯器	13A
・電子レンジ	15A
・ドライヤー	12A
・エアコン (10畳用)	7A
・冷蔵庫	2A
・テレビ (液晶)	2A
合計	42A+a

今の契約でちょうどいいのが確認しまじょう。

主な家電のアンペアの目安

・炊飯器	13A
・電子レンジ	15A
・ドライヤー	12A
・エアコン (10畳用)	7A
・掃除機 (強)	10A
・アイロン	14A
・洗濯機	2A
・冷蔵庫 (450Lクラス)	2.5A
・ノート型PC	1A
・テレビ (液晶)	2A

※実際のワット数・アンペア数は各機器の取扱説明書などをご確認ください。

Design Your Energy America
大阪ガス サービスショップ
くらしプラス **ナカジマ**

彦根店/彦根市平田町700-2
長浜店/長浜市南呉服町3-4

■ 0120-46-0411

中島商事(株)

本社/東近江市宮荘町61-5
TEL 0749-65-7376 FAX 0749-65-7052