

くらしの情報

# てんこもりた 8月号

快適生活のお手伝い！森田産業におまかせ下さい！  
[www.morita-gas.co.jp](http://www.morita-gas.co.jp)



←友だち募集中

780gdtax  
森田産業公式LINE  
はじめました  
QRコードを読み取って  
さっそく友達登録！

**MORITA** 衛生・空調・厨房設計施工・消火器・LPG  
SANGYO CO., LTD. HOMEコンサルタント・遠赤外線暖房・GHP

## 森田産業株式会社

出雲市白枝町238 TEL0853-28-2455(代) FAX0853-28-2459

## 8月のレシピ

## 『そうめんチャンプルー』



### 材料（1～2人前）

ニンジン 30g  
玉ねぎ 1/4個（60g程度）  
ニラ 25g（1/4～1/2束程度）  
そうめん（乾麺） 100g  
ツナ缶 1缶  
サラダ油 小さじ2  
白だし 大さじ1  
塩 小さじ1/3  
黒胡椒 思ってる3倍  
鰹節 適量

### 作り方

- 1 ニンジンを千切りにする（そうめんの細さに合わせてできるだけ細く）。玉ねぎもにんじん同様に千切りにする。ニラは4cm幅ほどにカットする（茎の方は細く切ると良い）。
- 2 そうめんを茹でるためのお湯を沸かしておく。
- 3 フライパンにサラダ油小さじ2を入れて中火にかけ、ニンジンと玉ねぎを炒める。
- 4 ニンジンと玉ねぎがシナっとして炒まったら、火を止めてニラを加える。ニラには余熱で火を通す。フライパンはそのまま置いておく。
- 5 沸騰したお湯でそうめんを茹でる。**あとでフライパンで炒めるのでそうめんの茹で時間は30秒だけ。茹で時間は厳守すること。**
- 6 そうめんを茹でたらザルにあけ、流水でよく洗う。そうめんの粉を洗い流すように手で揉んだりしてよく洗う。そうすることでそうめんがくっつかなくなる。洗い終わったら少し水気残る程度に軽く絞る。★ソーメンチャンプルーはそうめんの洗い方がとても重要。
- 7 火を止めたままのフライパンに茹でたそうめんとツナ缶（油ごと全部）を入れる。火を止めたままの状態よく混ぜる。ツナ缶の油をそうめんによく馴染ませることでそうめんがくっつかなくなる。
- 8 引き続き火を止めたまま、白だし大さじ1、塩小さじ1/3、黒胡椒思ってる3倍を加えてよく混ぜ合わせる。
- 9 全体に味が馴染んだら火をつけて「炒めるのではなく、温める」。味見をして温まっていたら完成。★そうめんを炒めすぎると水分が出てパサついてしまう。
- 10 器に盛り、鰹節を適量かける。
- 11 完成！



# TOTOレスト 8月新商品発売！

ウォッシュレット® 一体形便器(タンクレストイレ)

ネオレスト LS (2022年モデル)



|                 |          |
|-----------------|----------|
| LS2             | LS1      |
| ●CES9820        | ●CES9810 |
| ¥432,000        | ¥417,000 |
| 便座きれい<br>に洗いきれい | —        |

ウォッシュレット® 一体形便器(タンクレストイレ)

ネオレスト AS/RS (2022年モデル)



|                         |          |
|-------------------------|----------|
| AS2                     | AS1      |
| ●CES9720                | ●CES9710 |
| ¥427,000                | ¥379,000 |
| 便座きれい<br>に洗いきれい<br>室内ほろ | —        |

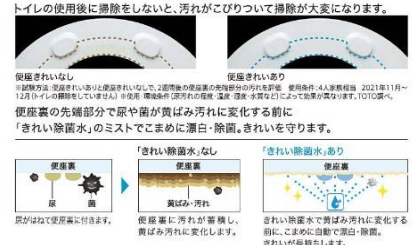
ネオレストが新しくなりました。  
LSタイプは便座の形も「D」形状に広がる  
椅子のようなゆったりとした座り心地に  
なりました。



便座きれい

使うたびに便座裏の先端の汚れをしっかりと漂白・除菌

トイレ使用後に「きれい除菌水」を便座裏の先端部分までふきかけ<sup>※2</sup>、汚れをしっかりと漂白・除菌<sup>※1</sup>。  
ふだん見えず、汚れに気づきにくい便座裏のきれいさが長持ちします。



## ★注目の機能★

『きれい除菌水』で便座裏の先端部分を  
しっかりと漂白、除菌！

年間の電気料金を大幅ダウン。多彩な節電方法。

1日のうち、トイレを使用している時間は約50分<sup>※1</sup>(4人  
家族の場合)。ネオレストの場合は、待機時の保温電力  
を抑えることで、電気料金を大幅に節約できます。



リフォーム・下水道工事など お問い合わせは28-2455 設備部まで(^^)/

## 夏休み ちょっとおでかけスポット

奥出雲町『鬼の舌震い』

利用料無料・駐車場あり



### ●名前の由来●

「鬼の舌震」という少し変わった名前になったのは、  
昔、玉日女命(たまひめのみこと)という美しい女神に恋をしたワニ(いまのサメ)は、  
毎晩川をさかのぼって彼女に会おうとしてしました。ところが女神はこれを断固拒否して、  
岩で川をせき止めてしまいます。それでもワニの気持ちは変わることがなかったため、  
「ワニのしたふ」から、それが訛って「鬼の舌震」という名称になったそうです。

### ●おすすめポイント●

「舌震の恋吊り橋」—高さ45メートル、長さ160メートルの迫力満点の橋

「試刀岩」—アニメ鬼滅の刃で話題のもになりました。なんとも不思議な形。

巨石がきれいに割れて、まるで刃物で真っ2つに切ったようになっています。

☆全長が2kmにもなるV字峡谷です。山や川、自然に囲まれて遊歩道を散策し  
癒しの休日をご過ごしてみたいはいかがでしょうか？



所在地 島根県仁多郡奥出雲町三成1417-6

車でのご来訪 JR出雲三成駅から車で10分、国道432号線を高尾方面へ

夏バテも気になる体臭も撃退

## 夏こそ、お風呂！！



暑い季節のバスタイムは、手軽にシャワーで済ませがちでは？  
厳しい暑さで体が疲れやすい夏こそ、しっかり湯舟に  
つかることがオススメです。

### 効果を高める夏のお風呂の入り方



#### ○お湯の温度は40℃前後に

人によっては「ちょっとぬるい」と感じるかもしれない温度ですが、  
年齢や体力に関係なく、のぼせやヒートショックなどの  
体調不良を起こしにくいというメリットが報告されています。

#### ○肩までつかって全身浴を

温熱効果も高まり、血流アップにも効果的です。ただし、いきなり湯船に  
つかるのではなく、掛け湯をして体をお湯に慣らしてから  
つかることが大切です。肩までお湯につかると息苦しさをを感じる場合は  
無理せず半身浴を。

#### ○湯船につかる時間は10～15分でOK

40℃前後のお湯に10～15分程度つかるだけで、十分に体は温まり、  
血液の循環も良くなります。顔や額が汗ばむくらいを目安の一つにすると  
良いでしょう。なお、心臓や血管、呼吸器に疾患がある場合は、少しでも  
息苦しさを感じたら湯船から出て休むようにしてください。