

にじいろ通信



第42号

発行月 R2. 11 発行 (株)勝田商会



今年もあっという間に終わろうとしています。今年はコロナウイルスで楽しみにしていた行事等も相次いで中止になり、外出も控える日々でした。
そんな中の1年ではありますが、皆さんにとっての令和2年はどんな年でしたか？
まだまだ油断のできない日々が続きますが、これからクリスマス、お正月を迎えるにあたり、各々が気をつけて毎日の生活を送りましょう。



コロナウイルス対策 していますか？

連日、報道されるコロナウイルスですが、各自で対策するなど注意するしかありませんね。マスクをして外出するなど当たり前になっていることもありますが、まだまだどうしたらいいのか気になる事もあるかと思います。またインフルエンザが流行する季節になってきましたので「新しい生活様式」の実践例を参考に今一度、対策等見直してみませんか？
右側の「新しい生活様式」の実践例をぜひご覧下さい。



INFORMATION



TOTO洗面化粧台
オクターブスリム

新商品

施工取付のご用命は
当社まで!!

ココがすごい!
スリムなサイズながら、快適で使いやすい機能が充実!



空間が広く使えるスリム設計

スリムでもボウルはひろびろ

汚れにくく、お手入れもラクラク

「新しい生活様式」の実践例

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- ☐ 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
 - ☐ 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
 - ☐ 外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。
 - ☐ 家に帰ったらまず手や顔を洗う。
人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
 - ☐ 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）。
- ※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- ☐ 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- ☐ 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- ☐ 地域の感染状況に注意する。

(2) 日常生活を営む上での基本的な生活様式

- ☐ まめに手洗い・手指消毒 ☐ 咳エチケットの徹底
- ☐ こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に） ☐ 身体的距離の確保
- ☐ 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- ☐ 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- ☐ 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- ☐ 通販も利用
- ☐ 1人または少人数ですいた時間に
- ☐ 電子決済の利用
- ☐ 計画をたてて素早く済ます
- ☐ サンプルなど展示品への接触は控えめに
- ☐ レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

- ☐ 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- ☐ 筋トレやヨガは、十分に人との間隔を
もしくは自宅で動画を活用
- ☐ ジョギングは少人数で
- ☐ すれ違うときは距離をとるマナー
- ☐ 予約制を利用してゆったりと
- ☐ 狭い部屋での長居は無用
- ☐ 歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

- ☐ 会話は控えめに
- ☐ 混んでいる時間帯は避けて
- ☐ 徒歩や自転車利用も併用する

食事

- ☐ 持ち帰りや出前、デリバリーも
- ☐ 屋外空間で気持ちよく
- ☐ 大皿は避けて、料理は個々に
- ☐ 対面ではなく横並びで座ろう
- ☐ 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- ☐ お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

イベント等への参加

- ☐ 接触確認アプリの活用を
- ☐ 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

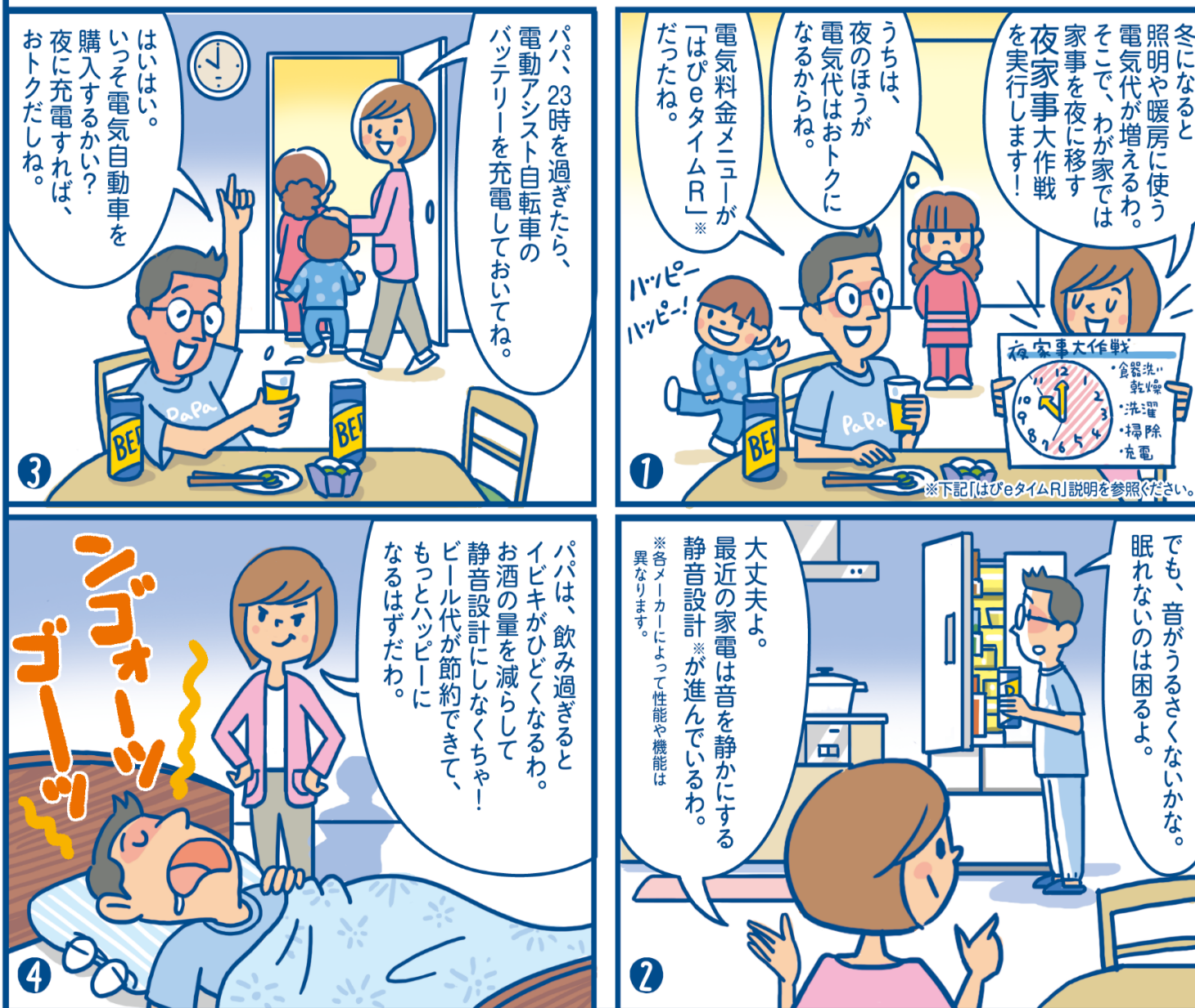
(4) 働き方の新しいスタイル

- ☐ テレワークやローテーション勤務 ☐ 時差通勤でゆったりと ☐ オフィスはひろびろと
- ☐ 会議はオンライン ☐ 対面での打合せは換気とマスク



夜家事で光熱費をカット!

暮らし便利・経済的 篇



Eテク・クッキング

かきのクリームシチュー

旬のかきを、身体が温まるシチュー仕立てにカレー粉が味のアクセントです



レシピ提供: ベターホームのお料理教室 <http://www.betterhome.jp> 料理写真: 中里一暁

★Eテク・ポイント

かきは煮すぎるとかたくなるので、煮えたらすぐに火を止めます。

■材料 / 2人分

かき(加熱用)・・・150g	バター・・・25g
たまねぎ・・・3/4個(150g)	B「小麦粉・・・大さじ1・1/2
じゃがいも・・・小1個(100g)	「カレー粉・・・大さじ1/2
にんじん・・・50g	牛乳・・・カップ2
A「水・・・カップ1/2	塩・・・小さじ1/8
固形スープの素・・・1/2個	こしょう・・・少々
ローリエ・・・1枚	パセリのみじん切り・・・少々

■作り方

1. かきは塩水(水カップ1に塩小さじ1の割合)でふり洗います。熱湯にさっと通します。
2. たまねぎはみじん切りにします。
3. じゃがいもとにんじんは1cm角のさいの目切りにします。合わせて鍋に入れ、Aで5分ほど、やわらかくなるまで弱火でゆでます。
4. 別鍋でバター15gを溶かし、弱火でたまねぎをいためます。しんなりしたらバター10gをたし、Bを加えて2〜3分いためます。牛乳を加えて溶きのぼし、なめらかになったら、3をスープごと加えます。
5. 2分ほど煮たら、かきを加えてさらに2分煮て、かきに火を通します。塩、こしょうで味をととのえます。ローリエを除きます。
6. 器に盛り、パセリを散らします。

メモ

かきは免疫力を高める亜鉛を豊富に含んでいます。

水廻りの事ならご相談ください

～ちょっとした修理からリフォームまで～

- ☆水廻りの水漏れ
- ☆エアコン修理・取替
- ☆給湯機修理・取替
- ☆カランの取替
- ☆水廻りリフォーム
- ☆オール電化工事
- ☆排水のつまり・異臭
- ・・・etc

お問い合わせは...



株式会社 勝田商会

彦根市京町1丁目3-13

TEL 0749-24-3211

FAX 0749-26-1551

営業時間 8:15~17:00

定休日 土・日曜日・祝日

URL <http://www.katsuda.biz/>

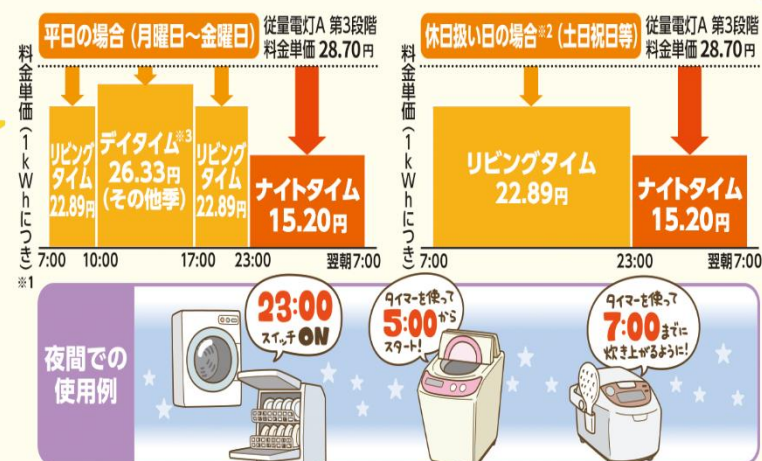
ダイキン空調機特約店 TOTOMOTELクラブ店
彦根市・他市町指定上下水道工事店



おうち時間が増えても光熱費は「はぴeタイムR」

関西電力の「はぴeタイムR」は、ご使用になる季節や時間帯によって電力量料金単価が異なる電気料金メニューです。エコキュートなどを設置されたお客さまにご加入いただけます。ナイトタイムなどは料金単価がとてもおトクなので、この時間帯に電気のご使用をシフトいただくと、さらに光熱費が削減できます。

- ・基本料金2,200円(10kWまで) 10kWをこえる1kWにつき396円が必要です。
- ・電気を全く使用されない(使用量が0kWh)場合の基本料金は半額といたします。
- ・電気料金単価には、消費税等相当額を含んでいます。



- ・休日扱いとは、土曜日、日曜日、「国民の祝日に関する法律」に規定する休日、1月2日、1月3日、4月30日、5月1日、5月2日、12月30日、12月31日をいいます。
- ・7月1日から9月30日までの使用電力量は夏季料金(28.96円)を、その他の期間は、その他季料金(26.33円)を適用いたします。
- ・従量電灯A 第3段階 料金単価は、2020年10月1日時点の単価です。