知っトク情報

食欲ない、暑いキッチンに長くいたくない、そんな方に

夏を乗り切るための力強い味方家電を紹介！

梅雨が明けると、猛暑日が続きますね～。暑いと食欲がなくなったり、そもそも暑いキッチンに長時間いたくないですよね。そこで、夏に活躍する調理家電をご紹介します！

低温調理が可能「ヨーグルトメーカー」

夏バテしないよう、毎日ヨーグルトを食べて、腸内環境を整えてはいかがでしょう。
ヨーグルトメーカーは、**容器の消毒手間がないもの**がおすすめです。

ローストビーフ　サラダチキン

下準備をして置いておくだけ！

アイリスオーヤマ
IYM-013-W

調理器具として活躍！「ホットプレート」

焼肉以外で登場回数が少ないホットプレート。調理器具として、活用してはいかがでしょう？

パナソニック NF-W300

ビビンバ　アヒージョ　チーズフォンデュ

おこげが美味しい！

たこ焼きプレートでも。

カマンベールチーズまるごと！

１台で何役もできる「ハンドブレン

混ぜる・きざむ・つぶす・泡立てるなどができるハンディタイプの調理家電。場所を取らないので、ミキサーより手軽な点が人気です。食欲がない時は、スムージーやスープで栄養補給を！　また、噛む力が弱くなったシニアの方がいるご家庭でも重宝します。

パナソニック
MX-S302

かぼちゃのポタージュ

バーニャカウダソース

ちょこっと息抜き

実は夏だけじゃない「土用の丑の日」！

暑くなってくると食欲がない方も多いですが、うなぎは別！という方も。
さて、土用の丑の日というと「夏」のイメージが強いですが、立夏・立秋・立冬・立春それぞれに土用があるので、**「土用の丑の日」は１年に何回もあります。**

2023年の土用の丑の日	1月19日、1月31日、4月25日、**7月30日**、10月22日、11月3日

梅冷やしうどん

この時期は季節の変わり目で体調を崩しやすいので、丑の日にちなんで**「う」のつく食べ物**を食べて精をつけ、無病息災を祈願しましょう。うなぎだけではなく、**梅干し・うどん・うし（牛肉）・うり（きゅうり）**など、「う」のつくものでいいそうです！

牛丼

うなぎを美味しく温める方

【 フライパン

フライパンに**アルミホイル**を敷いて、うなぎを並べ、**料理酒を大さじ２杯**ふりかけます。フタをして中火にかけ、湯気が吹き出すまで温めればＯＫ！

【 電子レンジ】

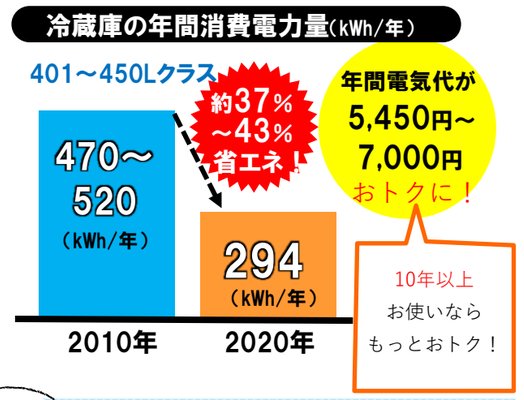
クッキングシートを敷くと、余計な水分が吸収されてふっくらと仕上がります。**2分程度**をめやすに。

生活お役立ち情報

10年前の冷蔵庫の電気代はこんなに違う！

エネルギー消費量の高い冷蔵庫。
冷蔵庫の寿命はおよそ10年です。10年以上お使いの場合、買い替えた方が省エネになります。

夏は外気温が高いので、たくさん電気を使うため、壊れやすい季節でもあります。
「音が急に大きくなった」「氷が溶ける」
「冷凍食品が冷えていない」といった異変がある時は、早めに当店にご連絡ください。



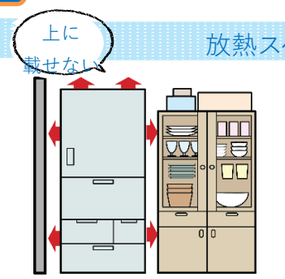
冷蔵庫の省エネ方法！

詰め込み過ぎない

冷蔵室は詰め込み過ぎると冷えが悪くなるため、**７割程度**が目安です。

冷凍室はギッシリと。凍った食品同士がお互いを冷やし合うのでギッシリ詰めましょう。

放熱スペースを空ける



放熱しやすいよう、壁から適切な間隔を開けましょう。**保冷カーテンはつけないでください。**ドアポケットに冷気が回らなくなります。

風路を確保

冷気の吹き出し口をふさがないよう注意！食品を**コの字に配置**すると見渡しやすくなります。

背面も忘れず掃除

冷蔵庫はキャスターが付いているので動かせます。ホコリがたまると冷えが悪くなり、電気のムダに。時々掃除して、通気を良くしておきましょう。

編集後記“ちょっと、ひと休

今月のニュースレターはいかがでしたか

今年の夏は岐阜県では省エネタイプのエアコン冷蔵庫に最大４万円の補助金が出るということで、例年より１ヶ月早く繁忙期が来ました。

７月後半～お盆前までは毎年スケジュールパンパンに詰まってることが多いです。
でも、「お子様やお孫さんが泊まりに来るのにエアコンが壊れてるよ～」なんて困った方は連絡ください。可能な限りエアコン取替工事対応させていただきますね。

ハヤシ電器

こんなお店です！

私たちは、地域のお客様に
“いつもお役に立ちたい”
をモットーにしている熊野町にある電気屋です。今年で創業48年を迎えます。

テレビや家電製品のご相談はもちろん、太陽光発電やオール電化・リフォーム施工も得意としております。
気軽に相談できる電気屋として、いつでもお声がけください！