さんスマ

2025 3月号 vol.203

暮らしのお役立ち情報誌「さんこうスマイル」

san-suma vol.203 ／ March 2025

～経営理念～ お役立ちのスピリットで、商品・技術・サービスの改善進化に取り組みます。

社長 山田 要の ひとりごと vol.188

拝啓、浅春の候 平素、弊社にご愛顧賜り、深く感謝申し上げます。

先月2月中旬の大雪警報にはご苦労されたこととお察しします。弊社も早朝暗いうちから除雪作業を行い、私も腰痛が再発してしまいました。皆様お力ラダはご無理をなさらずにお願いします。

さて、この時期は、毎回お正月からの約60日間、昨年末やお正月に立てた「2025年の目標」に近づくための行動や努力をしているか、振り返ってみました。

一、体重を「5kg」ダイエットする。
二、寝る前に「スマホ(携帯)を見ない。」
三、朝に立てた当日計画を「夕方見返す。」

との目標でした。1つ目の達成度は、減量1kgのみ、このままでは未達成の状況です。2つ目は、平日に少し見てしまい、中々ヤメられません。3つ目、週に平均4日は手帳に記入してますが、夕方に見直すことを忘れてしまいます。

『人間とは、良いことも、悪いことも、繰り返すと上手になる生き物である。』

と、ある高名な方の言葉を思い出しました。まずは、今年の目標を思い出せるように、部屋に「貼り出す」ことから始めようと決心しました。強制的に目に入るようにします(笑)皆様も是非、年初の目標や志を振り返ってみてはいかがでしょうか？

敬具

株式会社 サンコーすまいる
ピタットハウス金沢東店
リノベーション専門店 ホットリノベ
アトム東金沢駅前店
代表取締役 山田 要
スタッフ一同

Time タイム

手軽！美味しい♪ 簡単レシピのご紹介

エスニックテイストがクセになる！

炊飯鍋ひとつで主食と主菜ができる♪ シンガポール風鶏ごはん！［提供／リンナイ］

忙しい日にピッタリ！今回は、にんにくのきいたオイスターだれが食欲をそそる『シンガポール風鶏ごはん』のレシピをご紹介♪ (๑´ڡ`๑)ｳﾏｿｰ 全部の具材を炊飯器にセットして、あとはボタンを押すだけ！あっという間に出来上がります。

おつゆが旨い みんな大好き♪

味付けも簡単♡

『シンガポール風鶏ごはん』の作り方（調理時間：約40分）

❶ 下準備 米は洗って30分ほど浸水させ、水気を切り、炊飯鍋に入れる。【A】をすべて合わせて、タレをつくっておく。

❷ 具材を切る 鶏肉は筋切りをして、皮を取り、切り込みを入れ、ネギは長さを5センチに切り、ニンニクはつぶし、生姜は皮つきのまま薄切りにする。

❸ 鍋に入れる ❶に【B】を入れ、鍋の目盛に合わせて水加減し、❷をのせて、蓋をする。

❹ 炊飯する 炊飯スイッチを押し、ごはんモードを選択して点火する。

❺ 混ぜる むらしが終了したら、鶏肉と野菜を取り出し、全体をさっくりと混ぜ合わせて器に盛る。

❻ 盛り付け♪ ❺にスライスした鶏肉と、つけ合わせの野菜を盛って、❶のタレをかけて出来上がり！(˘ ³˘)♥

【材料(4人分)】

- 米……2合
- A
  - めんつゆ(5倍希釈)……大さじ2
  - 水……大さじ2
  - オイスターソース……大さじ2
  - ゴマ油……大さじ1
  - 生姜(みじん切り)‥1片分
  - 長ネギ(みじん切り)……5cm分
- 鶏もも肉……400g
- ネギ……1/2本
- ニンニク……1片
- 生姜……1片
- B
  - めんつゆ(5倍希釈)……50ml
  - 酒……30ml
- つけあわせ(トマト・きゅうり・レタスなど)……各適量

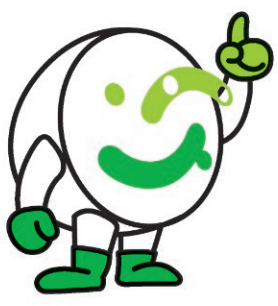
鶏肉のお話

"鶏肉"には、筋肉や皮膚、髪や爪などを作るのに欠かせないたんぱく質や、体内でつくることができない必須アミノ酸がバランスよく含まれています。健康的にダイエットをしたい方に嬉しい食材です♪

料金受取人払郵便
金沢中央局 承認
8601
差出有効期限 2025年4月30日まで
切手不要

920-8790

金沢市小坂町西77－3
株式会社サンコーすまいる
さんスマ編集部 行



点線に沿って切り取ってください。

ふりがな 氏名	
住所	〒 男・女 ( )才
TEL	( ) ー

※さんスマにご住所(町名)・お名前(名字)の掲載について 可 ・ 不可

第63回 サンコーすまいる 社員紹介♪

サンコーすまいるに新しく加わった新入社員をご紹介します！

名前 小西(コニシ) 所属 ガス石油事業部
出身 石川県 血液型 A型
好きな食べ物 ラーメン
苦手な食べ物 グリーンピース
好きなこと サッカー

ひとこと 2024年の4月に入社いたしました、ガス石油事業部の小西です。外での作業が多いため、体力勝負なところはありますが、お客様からの感謝や達成感がやりがいに繋がっています。もう少しで入社して1年が経ちますが、まだ至らない点ばかりなため、日々成長を心がけていきます。よろしくお願い致します。

すまいと笑顔の、4コマまんが すまいる家の人々

リフォーム部 神谷編 原作：神谷

知る得LIFE 生活に役立つ豆知識 知っとく情報

お風呂の大掃除をラクにする 毎日のお掃除方法！［提供／リンナイ］

毎日使うお風呂場の汚れを撃退＆予防！ 第2弾だよ！

今回は毎日のお風呂掃除、毎年の大掃除が大変という方のために、特に汚れがたまりがちな場所とその"掃除方法""汚れがたまりにくくなる方法"をご紹介します(˘˘*)♡ 特に黒ずみは、浴室内の様々な汚れが複合的に混ざり合ってガンコな汚れになり、放置すればカビにもなります…(´･ω･`;) 一度きちんと掃除をして、その後に"汚れの予防"と"こまめな掃除"をすると汚れが広がるのを防げて、毎年の大掃除もラクになります♪

浴室内にはすき間やミゾ、凹凸がたくさん。

すき間の汚れ…

扉のレールや換気用のすき間、タイルの目地、シャワーヘッドの接続部分等は、水や石けんカス、皮脂等の汚れが残りやすい場所です。

⚠ 日頃から意識して汚れを落とす！

簡単！汚れの予防方法。

●すき間の水分と汚れを流し乾燥させる。●換気扇を常時稼働させる。●すき間部分にマスキングテープを貼る。(汚れたら貼り替える)

⚠ しっかり汚れを落とした後に予防！

掃除がしにくい『すき間』にたまった『汚れ』の掃除方法！

❶ 汚れが気になるすき間に浴室用の中性洗剤を塗ります。ブラシ等を使い細かい場所や奥までしっかり塗り込みます。洗剤が汚れに浸透して浮いてきたら、ブラシでこすり落とします。
❷ 水をかけて洗剤をよく洗い流します。
❸ フチの部分に汚れや洗剤が残りやすいので、洗い残しがないように念入りに流しましょう。
❹ 水分が残って次の汚れにならないよう、しっかり乾燥させます。換気扇や自然乾燥だけに頼らず、タオル等で拭き取っておくとより効果的です。これで手間がかかるすき間部分の掃除がラクになります。

浴室にできるだけ水分を残さないことが、汚れを増やさないコツだよ！
定期的に少しずつ掃除することで、ガンコな汚れになるのを防げるよ～♬

なるほど！「プロ」のアイデアを使おう！

(お届けに10日間ほどかかる場合があります。)
ポイント還元サービス スマイルバンク SMILE BANK
今月の500ポイント交換商品は…
ダスキン ツリーコロン(消臭・芳香剤) ※香りはお選び頂けません
ダスキン台所用スポンジ(3色セット) ※色はお選び頂けません
全国共通図書カード500円分
ご希望の商品を選び、下記の返信用ハガキにてお申込み下さい！

注目!! さんスマ vol.203 プレゼントクイズ！

★★クイズ★★ 苦労をしたくない動物ってなぁに？

応募ハガキに答えを書いて当社までご返送下さい。**正解者の方に抽選で20名様**に、スマイルバンクポイント**100pt**を**プレゼント**いたします！皆様のご応募お待ちしております(^0^)／

前々回(vol.201)の答え発表!! ※当選者の発表は個人情報保護法により控えさせて頂きます。
★vol.201の答え…トド(ホッ【トド】ング) ご応募ありがとうございました！

灯油配達 ※時間指定不可 しています！
ご注文日の ご注意ください！ 翌日配達となります！
(17時までにご注文ください。)
配達は、ポリ3缶からと戸建のみとなりますのでご了承ください！

(石川県) プレミアム・パスポートをご提示ください！
詳しくは当社までお気軽にお問い合せ下さい！
当社はプレミアム・パスポート事業(石川県)に参加しています。プレミアム・パスポート事業は、子育てを社会全体で支えることを目的に、石川県内のご家族を協賛企業が支援する制度です。
3子以上世帯用プレパス
当社では2子世帯用のプレパスの特典サービスは提供しておりません。
当社のサービス
★ ガス代3%引き(一律) ※当社ガスをご使用の方に限ります。
★ 5,000円以上の器具の購入・修理代3%引き
※リフォーム工事・アトム電器家電・リース販売・特価品・クレジットカード決済など一部対象外となります。

編集長 北川暁之の編集後記

2月の降雪の時に久しぶりに大型除雪車を動かし、定期的にやらないと運転が下手になると感じた編集長の北川です…(´･ω･`;)

さて、今年は石川県も花粉の飛散量が多いと予想されています(　>д<)､:'･ｸｼｭﾝ
今まで花粉症でなかった方も洗濯物の外干しは要注意⚠！『乾太くん』なら天気も花粉も気にせず快適乾燥できます(๑･ㅂ･)ｼﾞｯ!♪
施工事例は弊社HPからご確認下さい▼
https://www.smile-sanko.com/service/clothes-dryer/

乾太くんでスピード乾燥！ ガス衣類乾燥機

LPガス リフォーム 不動産(売買・賃貸) www.smile-sanko.com
株式会社 サンコーすまいる
LPガス 灯油 キッチン おフロ トイレ オール電化 賃貸 売買
〒920-0811 金沢市小坂町西77-3 TEL 076-252-2933 FAX 076-252-6179
すまいと笑顔の、お役立ち フリーダイヤル 0120-316-026 すまいる おふろ

さんスマ vol.203

□プレゼントクイズ

正解者の方に抽選で20名様にスマイルバンクポイント100ptプレゼント！

【クイズ解答欄】

(2025年4月15日 消印有効)

□スマイルバンク商品交換のお申込み

500ポイント貯まった方は、ご希望の商品を1つ選んでチェックを入れてください。

- □ 全国共通図書カード 500円分 (枚)
- □ ダスキン台所用スポンジ 3色セット (セット) ↑色はお選び頂けません
- □ ダスキンツリーコロン(消臭・芳香剤) (個) ↑香りはお選び頂けません

□スマイルバンクの申込書を希望する

スマイルバンクへのご登録がまだお済みでない方で、申込書を希望される場合は□にチェックを入れてください。

【一言コメント & 質問欄】

あなたの声をお聞かせください！

ご意見・ご要望・ご質問など、何でもご記入ください！

上記のご意見を「さんスマ」に掲載してもよろしいですか？
イ. 可 ロ. 匿名なら可 ハ. 不可

ご応募ありがとうございました

この「ハガキ」によって収集されたお客様の個人情報は、クイズ当選賞品のお届けとLPガス供給及び当社の取扱い商品に関する情報提供の目的でのみ使用し、他の目的には使用いたしません。
〈当社個人情報相談窓口 TEL 076-252-2933〉