

# イテア

# 通信

第11号

2004年9月10日号

奇数月10日発行



熊澤です

今年はずいぶんアツイ日が続いていますね。アツイといえば、アテネオリンピックもアツかったですね。史上最高のメダル数を確保でき、こんなに夢中になったのは初めてでした。世界が見守る大舞台の中で、選手一人一人が己と立ち向かい、技量を発揮している姿は本当に美しく、強いなあと思いました。勝ち負け関係なく、選手が輝いて見えました。それを応援する地元の人達のパワーも凄かったです。エネルギーをいっぱいもらいました。今回のオリンピックは次世代の選手や、子供達の大きな夢を与えてくれたと思います。ただ習うのではなく、目標を持って努力することの大切さを改めて教えてくれました。子供達が目を輝かせて『オリンピックを目指します!』と夢を語っていたのも印象的でした。あなたには叶えたい夢がありますか?私も選手達に負けないよう諦めずに努力をしていこうと思います。

## レンジまわりお手入れ法!



ガスレンジのまわりは、日々の利用で、知らず知らずのうちに汚れていきます。その汚れの原因はふきこぼれや油はねです。レンジまわりの頑固な汚れを落とすには、こんな方法が効果的!



石けん液をホースの表面に塗り、ガスを出してみ、泡がたってきたらひび割れている証拠!ゴムホースの交換は2年に1回をめでに!

### 頑固な汚れ落とし①

住居用強力洗剤を入れて!



受け皿や五徳の頑固な汚れは、住居用の強力洗剤を入れた容器に一晩つけてから、金属タワシでこすります。強力洗剤をペーパータオルやティッシュペーパーにしみ込ませて、約1時間湿布すると汚れが落ちやすくなります。

大きな鍋に汚れた受け皿と五徳を入れ、水を注いで煮ると、沸騰してから20分程度で汚れが分離してきます。

### 頑固な汚れ落とし②

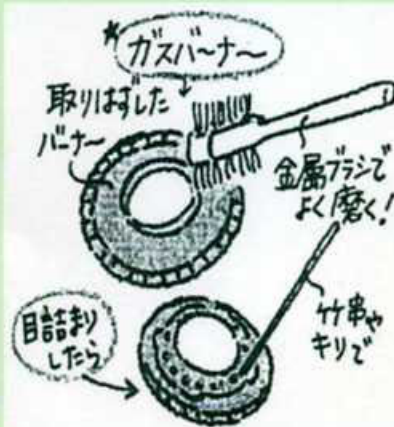


### ガス栓・点火つまみ



ガス栓や点火つまみには、ティッシュペーパーを巻きつけ、住居用洗剤の原液を直接スプレーします。しばらくしてからティッシュでぬぐい、水拭き、カラ拭きを!

バーナーの汚れやサビは、金属ブラシでよく磨きます。ガス穴が詰まっていると不完全燃焼の原因になります。目詰まりは、キリや竹串を差し込んで取り除きましょう。



# 「興味はあったけど、実際に調理体験ができて良かった！」

「テレビ等でIHクッキングヒーターの宣伝や利便性がいいって聞くけど、本当のところどうなのかしら？」と思った方いらっしゃいませんか。以前、アイデア通信でもメリット・デメリットをお知らせしましたが、頭で理解はしていても、実際使ってみると改めて疑問点等が出てきますよね。リフォームなどの高額商品は事前に使って試せることが少ないのでなかなか手がでないのが現状です。そこで、IHクッキングヒーターで実際に調理していただき、肌で実感していただくとうる8月29日(土)にナショナルリビングプラザ横浜ショールームを利用して、体験実習を開催いたしました。

当日はあいにくのお天気でしたが、多数の方々にご参加いただきました。当日はご主人様が中心となり『IHでできるの?』と思うような天ぷら・焼き魚・野菜炒めなどを調理していただいたのですが、タイマーひとつで焦げ目がきれいについた魚が焼けたり、天ぷらは自動で温度調節をしてくれる為加熱しすぎることも無くカラッと揚がり、歯ごたえがよくおいしいと評判でした。天ぷらは揚げているときに油がはねますが、それを防止する為にキッチンペーパーを鍋に蓋をするようにかけます。参加者からは『ええ～大丈夫?』という声があがりましたが、『ああ火を使わないということはこんなに安全なんだな』と感動していました。ガスとIHヒーターの湯沸し比較実験では、熱伝導率の良いIHヒーターの方が早く沸き、なおかつコンロ周りも熱くならないということにも感心していました。参加された方は、口々にこんなに安全で便利なものがあるんだ、今までの常識が覆されるようだとおっしゃっていたのが印象的でした。



## 参加された方の声です。

- ◆とても有意義な時間を過ごすことが出来、分かりやすく楽しかったです。参加して良かったです。(I様)
- ◆参加できて良かったと思います。便利な生活が出来ることにビックリしています。自分のライフスタイルをどうしていくのか、どうしたいのか考えて一番良い方法をえらんでいきたいと思っています。(W様)
- ◆大変参考になった。IHの導入を是非検討したい!(斎藤様)
- ◆IHの機能はよく理解できて良かった。既設の電子レンジやIH電気釜が二重投資になるような気がした。アバウトで良いから標準的な設置費用の告知もした方が良いのではないかと思った。(F様)
- ◆以前からIHクッキングヒーターに興味があったのですが、今回参加してみてビックリすること、へえ～と思うことがたくさんありました。揚げ物が多く、小さな子供、両親と一緒に住んでいる我家に是非IHを入れたいと思いましたが、予算も……。でも良い機会でした。ありがとうございます。(I様)
- ◆広告で興味はあったが、なかなか触れる機会がなかったので参加させていただき触る事が出来て良かったです。疑問点も聞くことが出来、とても参考になりました。(T様)



今後IHクッキングヒーターを体験したい方は、連絡いただければその都度実施できます。

## 旬の食材で快眠生活

酷暑のこの夏、睡眠不足でイライラされている方も多いのでは?今が旬の秋刀魚はビタミンB12が多く含まれ生体リズムのリセットを助ける効果があるといわれています。このため時差ぼけ解消にも効果的です。夏の疲れを取って快眠リズムを取り戻しましょう!

【秋刀魚のにんにく煮】材料(2人分) 秋刀魚2尾 にんにく4片

※水 ½カップ しょうゆ 大2 酒 大2 砂糖 大1 ごま油 小1 赤唐辛子 2本



①下ごしらえをする 秋刀魚は頭を落として1尾を3つに分けます。わたを抜いてよく水洗いをし、水気を拭きます。 にんにくは半分に切り、※の唐辛子は種をとってちぎっておきます。

②煮る 浅鍋またはフライパンにAを煮立て、秋刀魚・にんにくを重ねないように並べます。再び煮立ったら落とし蓋をして弱火で15~20分、煮汁が少なくなるまで煮ます。

**IDEA**  
アイデア

住まいの問題解決隊 株式会社アイデア

〒247-0033 横浜市栄区桂台南1-9-1グランポア2F

営業時間9:00~20:00 電話フリーダイヤル 0120-39-3992

※アイデア通信は、今までに工事をした方、資料請求いただいた方、セミナーに参加いただいた方を対象に配布をしています。ご意見・ご要望・ご提案なんでもお待ちしております。(能瀬)