



すずちゃん  
の  
ほっこり  
絵本

家族の笑顔をつくる  
心地良い空間

すずちゃんたちは、休日に家族揃ってハイキングに出かけました。先頭を歩いてたお父さんが、道案内の看板を見つけて立ち止まりました。

VOL  
102

June  
2022  
87,030部 発行

賢い主婦の  
トクトク情報  
マガジン

# ういずママ倶楽部

with  
mama  
club

「この先に滝があるみたいだよ」

「そんなに遠くなくさぞうだから寄ってみる?」

とお母さん。

「行きた〜い!」すずちゃんとうっちゃんが声を揃えます。

揃えます。

山道をしばらく行くと、目の前に小さな滝が

現れました。お母さんは深呼吸しながら

「自然の中は気持ちいいわね〜」と両腕を広げます。

「この空気をお家を持って帰れたらいいのになあ」

とすずちゃん。

「ほんとだな。これから梅雨に入ると家中

ジメジメするし、梅雨が明けても厳しい猛暑が

待っているし...そうだーみんな、この山に

引っ越してこようか?」とお父さん。

「えー!イヤだよ、友達と遊べなくなる!」

冗談を真に受けたよっちゃんは大慌て。

するとお母さんが笑いながら言いました。

「そつえば、妹が「エアコンを新しくしたら

居間がすごく快適になった」って自慢していたわ。

室内の熱気とか、部屋干しのニオイや湿気を

排気して、快適な空気環境を保ったまま換気が

できるんだって!」

「エアコンを使う時は部屋を密閉するから、空気が

こもる感じがしてあまり好きじゃないんだけど、

換気機能があるならいいねえ」とお父さん。

よっちゃんは「それがあれば引っ越さなくても

大丈夫?」と心配そうな顔。すずちゃんとお母さんの

笑い声が山の中に響き渡りました。

ハイキングの帰り道、すずちゃんたちは旬の山菜を

持って、叔母さんの家に寄ることにしました。

居間に入ったよっちゃんは「叔母さん、この部屋

すごく気持ちがいい!」と大喜び。疲れた体を

癒してくれる心地よい空気に包まれながら、

すずちゃんたちは土産話に花を咲かせました。



おすすめ

## 機能満載!最新エアコン 暑い夏でも室内をヒンヤリ保ったまま換気ができる!



ダイキン ルームエアコン うるさらX

一年中、換気しながら  
快適な空気を届ける

屋外から新鮮な空気を取り込み、  
エアコンを運転しながら室内  
換気が行えます。

体に当たりにくい  
気流でお部屋を快適に

冬は垂直気流、夏はサーキュ  
レーション気流で天井に  
沿って気流をお届けする  
ため、体に当たりにくく快適  
です。



エアコン内部を  
水で洗浄、一年中清潔に

冷房により熱交換器が結露  
する夏だけでなく、冬の乾燥  
しがちな室内環境でも、無給  
水加湿で水分をつくりだし、汚れ  
を洗い流します。



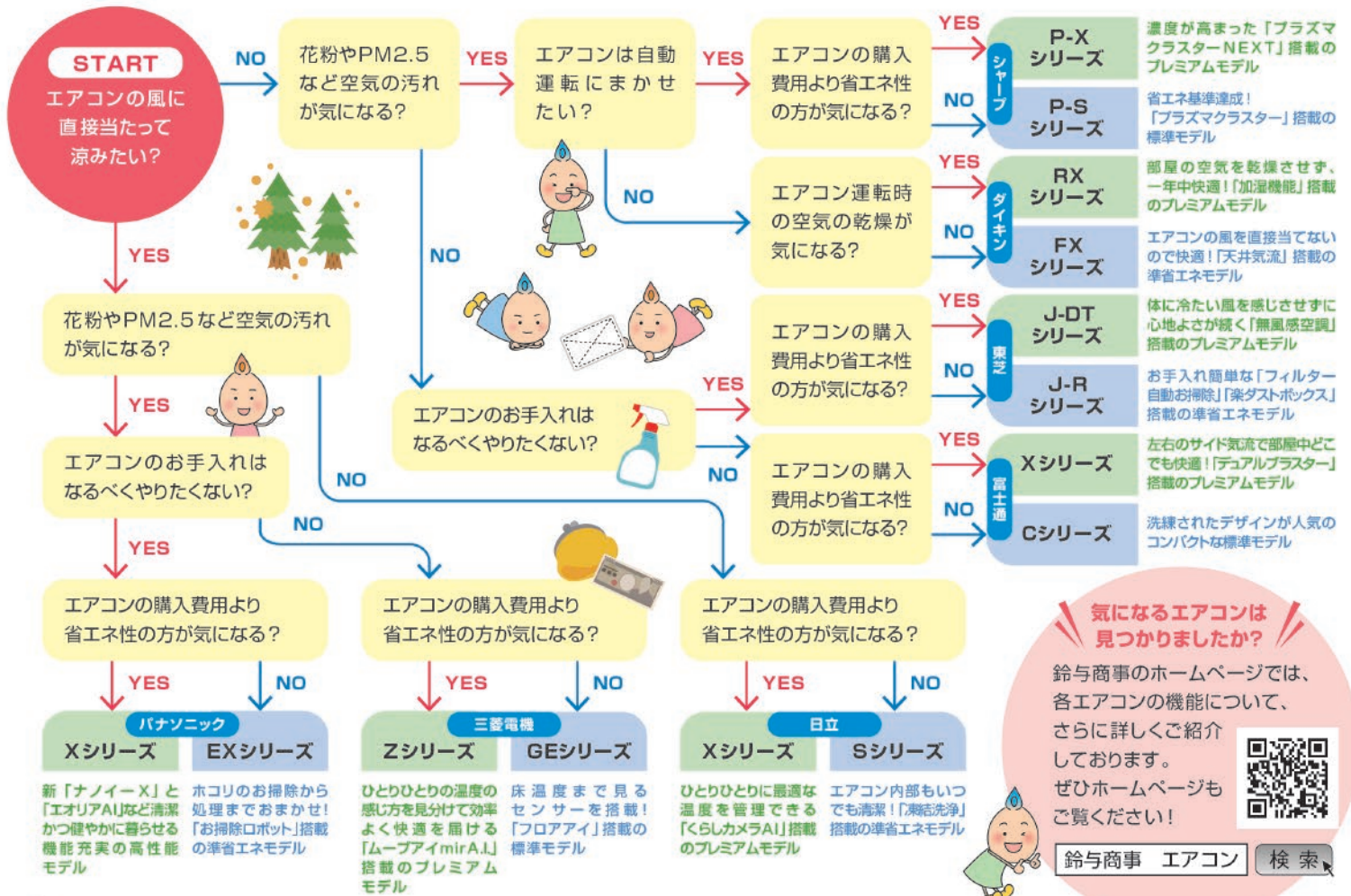
# あなたのうちに ピッタリのエアコンを探そう!! おすすめエアコン診断

夏本番を快適に過ごすために、  
エアコンの買い替えを検討する方も多いのではないのでしょうか。  
しかし、いざ買い換えようと思った時、  
「我が家にピッタリなエアコンって…?」という疑問が浮かぶと思います。  
そんな疑問を少しでも解決できるように、おすすめエアコン診断をご用意しました。  
この夏を快適に過ごすためのパートナー選びに、ぜひお役立てください。

エアコンの寿命の目安は約10年です。それを超えると経年劣化や使用環境により故障率が高くなります。また最新エアコンは省エネ性能が優れているので、エアコンの買い替えで電気代の節約も期待できますよ。



鈴木商事(株)  
くらしサポート企画部  
渡部 聡



**気になるエアコンは見つかりましたか?**

鈴木商事のホームページでは、各エアコンの機能について、さらに詳しくご紹介しております。  
ぜひホームページもご覧ください!

鈴木商事 エアコン 検索

## 暮らしに役立つ! 住まいの防犯クイズ

前号では住まいの防犯クイズを出題しました。  
泥棒にまつわる意外な事実やおすすめの防犯対策をご紹介します!

泥棒の侵入方法で最も多いものは何?

- 1 施錠されていない窓を探してそこから入る
- 2 窓ガラスを破り、手を差し込んで鍵を開け中に侵入する
- 3 郵便ポストや植木鉢の下によく置いてある合鍵を探して侵入する

正解は ②

一戸建ての住宅の場合、窓からの侵入は6割近くにのぼるのだそう。家の裏や壁などで死角になっている窓はガラスを割られて侵入される可能性が高くなります。しかも、警視庁の統計によると、**昼間の明るい時間帯、午前10時~午後4時**が多いという意外な事実があります。

センサーライトや2重ロック、防犯フィルムなどの防犯対策がおすすめです。  
ご心配な方はお気軽にご相談ください。



おどかけ  
したい場所も!



つち おどかけ  
体験記

素敵な時間♪  
リフレッシュは  
できましたか?



富士宮市 荒井さん

娘家族と伊東の温泉に行ってきました。孫は温泉デビューです。広いお風呂に少し緊張気味でしたが、いい子で入ってくれました。お肌すべすべです。

沼津市 森田さん

去年の6月に熱海にジャカランダの花を見に行きました。高木で紫色の花を咲かせ、見事で感動しました。今年もぜひ行こうと思います。



枝いっぱい紫色の花を咲かせる姿、ボクも見てみたい~!



次のテーマは  
なんだろう?~  
ワクワク、+



豊川市 清水さん

なばなの里。今年のテーマ「雲海」のイルミネーションが幻想的で素敵でした。



島田市 内藤さん

主人がアウトドア好きで、今年の夏に家族キャンプデビューできたらいいなと思ってます。キャンプ飯や満点の星空を眺めながらの焚き火…。子供たちもワクワクしています。

いちご狩り。その場でしか味わえない楽しさがあってボクも大好き!



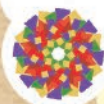
松本市 吉田さん

先日、長野県伊那市にある、みはらしファームさんでいちご狩りを楽しめました! 我が家の3歳の娘はいちごが大好きで、自分で紅い苺を選んで食べ、「これ大きいねー! おいしい! お母さん、楽しいね!」とご満悦。



岡崎市 太田さん

愛知県西尾市にある世界一の万華鏡を知っていますか? インスタ映えで有名です。



「いいね」がいっぱいもらえそう~。ボクも撮りに行きたな!



自然を満喫できるシチュエーションですね! ぜひ楽しんでください!

皆様からのおどかけ&おどかけしたいスポット情報、引き続きお待ちしております!

かんたん!

我が家の一品



富士市 長山さん

ほぐした鶏ささみに大根おろしをかけて、瓶詰めなめ首で和えると、調味料要らずでさっぱりしていて、とてもおいしいです! 気に入って何度もリピートしています。

袋井市 中村さん

ベーコンやチーズなど好みの具材をフライパンに、卵を流し入れ食パンを被せ、ひっくり返してもう一枚の食パンで挟む。バターで両面焼き色をつける。

浜松市 白都さん

フライパンに薄切り肉を並べ、その上に玉ねぎを敷き詰めて、酒・醤油・みりん・砂糖を入れフタをして10分煮る。それをご飯の上のせて豚丼にします。

三島市 増田さん

大根の葉を茹でて、絞って細かく切り、ボールに板のりを細かく揉んで醤油を入れ混ぜてから、大根の葉を入れて混ぜる。



甲斐市 古屋さん

オートミールに水を少し入れ、アボカド、トマト、チーズをのせて3分チン! ダイエットにもおすすめです!

松本市 宮原さん

ちくわきゅうりこんぶの和え物。ちくわときゅうりは輪切り、塩こんぶを入れてマヨネーズであえるだけ。

いりごまトッピングで楽々です!

返信ハガキやWEBからの簡単レシピ投稿お待ちしております!

モンマルシェのレシピ

アボカドツナのバルサミコ酢バゲット

【材料(2人前)】

WHITE TUNA エキストラバージン  
オリーブオイル(ソリッド)..... 1/2缶  
アボカド..... 1/2個  
トマト..... 1/2個  
レモン汁..... 大さじ1  
バルサミコ酢..... 大さじ1/2  
砂糖..... 少々 塩・こしょう..... 少々  
フランスパン(バゲット)..... 10スライス程度

【作り方】

1. アボカドとトマトを小さめの一口大にカットする。
2. レモン汁、バルサミコ酢、砂糖、塩・こしょうを混ぜ合わせ、ツナと①を入れてざっくりと混ぜる。
3. ②をフランスパン(バゲット)にのせる。

WHITE TUNA エキストラ  
バージンオリーブオイル(ソリッド)



初夏にピッタリの  
さわやかな味と  
香りがおいしくて  
止まらない~!



オリーブオイルツナと相性のいいトマトとクリーミーなアボカドが絶妙にマッチしています。



おトクなモンマルシェ  
オンラインショップはこちら!

モンマルシェ

検索

モンマルシェ  
スタッフ  
石田さん



# ういずママ こんだん会

今回のテーマは

私、○○マニアなんです!

たくさんのエピソードをお寄せ  
いただきありがとうございました。

趣味が深まると

人生もより豊かになりますね!

今年も残り半年。自分時間を大切に  
お過ごしください☆



## 伊豆市 宮内さん

私、入浴剤マニアなんです!入浴する際  
必ず入れないとお風呂に入れな  
いくらい。1箱に何種類か香り  
が違うものが入ってるのが好き♡

ぜひ皆さんもお気に入りの  
入浴剤で1日の疲れも癒し  
ましょう☆



## 笛吹市 塚越さん

今はまっているのが、多肉植物です。  
だんだん多くなってしまい寄せ植え  
にしたら、ジャングルの様になっ  
てしまいました!



多肉植物のふにふに感  
は 何とも言えないかわいさ  
がありますよね♡

## 湖西市 小川さん

シルバニアマニアです。かわいく  
てつい私がほしくなってしま  
います。



シルバニアには大人の  
楽しみ方もあるのだそう!

## 額田郡幸田町 伊藤さん

私、中国語勉強マニアです!  
毎日1~3時間勉強しています。  
まだ会話できる程ではないので  
もっと勉強して中国へ行って話  
したいと思っています。



毎日1時間以上も勉強ある  
なんてすごい!

## 諏訪郡原村 松村さん

犬派だった私が、茶トラの保護猫  
を迎え入れてからは、すっかり猫  
グッズマニアになりました。先日は、  
つつい猫型の箱に入ったクッキー  
を買ってしまいました。



まさに一期一会の出会い!  
猫ちゃんも幸せ~☆

## 静岡市 杉山さん

私、スパスマニアなんです!カレー  
もイチから、つまりホールスパイス  
とパウダースパイスで作ります。



本格的な味、ボクも食べて  
みたいな~!

次回のテーマは  
「買って大正解だったものは何?」  
です。

皆さん、「これは買ってよかった!」と  
いうものはありますか?  
悩んだ末に買ったものが大正解だと  
嬉しいですね♪人におすすめしたい  
商品やサービスなど、どしどしお寄せ  
ください!



ちろと!ちろと!つんと!



## ういずママプレゼント

応募期間:7月31日(日)まで

2  
名様

### Panasonic 頭皮エステ EH-HEOG

多彩な手技を1台に搭載。  
引き上げる、もみ洗う、  
2つのアタッチメントで、  
頭皮ケアをおうちで気軽に  
お楽しみいただけます!  
季節の変わり目で感じる疲れもリフレッシュ★



プレゼントや投稿コーナーの応募は、  
WEBからでもできます♪

ういずママ倶楽部 鈴与商事 検索

### モンマルシェ

### WHITE TUNA ツナ&さば5缶セット

今回のレシピで使用したオリーブ  
オイルツナの他、にんにく入りツナ缶、  
赤唐辛子入りツナ缶、  
さば味噌煮缶、さば水煮缶といった人気商品を食べ比べ  
できるセットです♪



10  
名様

### QUOカード3,000円分

QUOマークの付いている  
コンビニ、ファミリーレストラン  
などで使えます。



15  
名様

※写真はイメージです。※当選発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。※プレゼント内容は、予告なく変更場合がございます。

### 個人情報の取扱について

アンケートにより取得した個人情報は、「かんたん!我が家の一品」「フチおでかけ体験記」「ういずママこんだん会」へのお名前とお住まいの市町村名の掲載、プレゼントの発送業務、当社取扱商品・サービスに関する資料提供やご案内、マーケティング活動および新規サービスの開発を目的とした統計的情報の作成に利用します。ご提供いただいた個人情報は、株式会社鈴与ガスあんしんネットおよび鈴与ホームビル株式会社へ委託、提供する場合があります。当社は委託、提供先との間で個人情報保護に関する契約を締結し、個人情報の安全管理を行います。ご提供いただいた個人情報についての利用目的の通知、開示、訂正等の請求をされる場合には右記の電話番号までご連絡下さい。

### 「ういずママ倶楽部」2022 Vol.102



- 2022年6月発行
- 発行/鈴与商事(株)くらしサポート本部  
発行人/石田輝臣
- 〒420-0859  
静岡県静岡市葵区栄町1-3 鈴与静岡ビル6F  
TEL.054-273-7764 FAX.054-663-9329