

ういずママ倶楽部

with mama club

賢い主婦の
トクトク情報
マガジン

VOL
97
March
2021
87,340部 発行

第17話!

すずちゃん
の
ほっこり絵本



ほったらかし調理で
お母さんゆったり

すずちゃんたちはリビングで
レストランを紹介するテレビ番組を
見えています。画面に映る料理に、
すずちゃんばくぎ付けです。

「わあ、コレ食べたい!」

すずちゃんを見て、お母さんは「それじゃあ、

今夜は高級レストランで食事にしましょうか」と

ウィンクしました。

「えっ、今から行くのかい?」

とお父さんが慌てます。

お母さんは返事の代わりにキッチンに向かい、

料理を盛り付けたお皿をテーブルに置きました。

「さあ、お母さんレストランのディナーを

お楽しみ下さい」

テーブルに並んだおいしいそうな料理を見て

2人とも大喜び。それから、すずちゃんは

首を傾げました。

「でもお母さん、いつの間につったの?」

一緒にテレビを見ていたのに」

お母さんは「我が家には魔法のキッチン家電

があるのよ」と笑います。

ますます首を傾げるすずちゃん。

すると、お父さんが

「ああ、なるほど!先週買った『ほったらかし鍋』の

ことか」と頷きました。

「食材を入れてボタンを押すだけで、

自動で調理してくれるの。火加減をみたり、

かき混ぜたりといった手間がかかる作業も

全部お任せだから本当に楽よ!」

すずちゃんは熱々のポトフを口に運びながら、

テレビのシェフが真剣な眼差しで鍋を

かき混ぜていたのを思い出しました。

「シェフのおじさんも、ほったらかし鍋を

使えば簡単だったのに」

「我が家の料理を食べたら、きつと驚くだろうね」

お父さんとお母さんは、

顔を見合わせ笑いました。



おすすめ

かんたん便利! ラク家事キッチンアイテム

自動調理機能でお料理の負担を軽減できるアイテムが続々登場しています。
ライフスタイルにぴったりな一品を探して、賢くラク家事してみたいかたがでしょうか?



Rinnai デリシア



ココットプレート

デリシアのオート調理機能と
ココットプレートの掛け算で
ご家庭の食卓を彩る料理が
ラクにできあがります。
プロ監修の豊富なレシピに、
ご家族もにっこり!



SHARP ヘルシオホットクック

材料と調味料を入れるだけ!
かき混ぜも加熱も全自動でおまかせ。
無水調理で素材のうまみを閉じ
込めるだけでなく、栄養素も逃がし
ません!





ガスコンロのようせい
タネビ

話題のラク家事家電

SHARP
ヘルシオ
ホットクックを大解剖

使った人を虜にすると巷で噂の無水調理鍋「ヘルシオ ホットクック」
気になっている方も多いのではないのでしょうか？
家事の中でも時間と労力のかかる料理。そんな料理をラクして
おいしく仕上げてしまう魔法のような家電を大解剖します！

皆さんこんにちは！
今回は、話題のラク家事家電
「ヘルシオ ホットクック」を特集しました。
ボタンを押すだけカンタン操作で
おいしい料理ができるなんて、全人類の夢を
そのまま形にしたようなアイテムですね…！

鈴木商事 株式会社
くらしサポート販売部
家電製品アドバイザー 岩井 綾央里



「ホットクック」
ってなに？

「ヘルシオ ホットクック」は2015年11月に初代モデルがSHARPから発売された無水調理が可能な自動調理鍋です。製品名の由来は関西弁の「ほっとく（放っておく）」をもじったもので、放っておいても料理（クッキング）できるから「ホットクック」になったそう。その名の通り、「ヘルシオ ホットクック」はボタンを押したら、あとは放っておいてOK！自動でおいしい料理を作ってくれます。空いた時間に他の家事をするもよし、コンロでもう一品作るもよしです。

何がすごいの？「ヘルシオ ホットクック」のすごいところ

その1 無水調理で食材のおいしさと栄養を凝縮

食材に含まれる水分を活用して調理するので、おいしさが凝縮。さらに野菜が甘く仕上がりと、抗酸化作用のあるビタミンC、葉酸などの栄養素もより多く残ります。



その2 2段調理で、調理効率UP

付属の蒸しトレイを使えば、上段で蒸し料理を作りながら下段でスープを作ることができます。

その3 かき混ぜも火加減も自動で調節

焦げやすいカレーやシチューも心配なしです。自動で中身をかき混ぜてくれる「まぜ技ユニット」が料理の進行に合わせてかき混ぜてくれます。また、火加減で味のしみ込み加減が変わる煮物も、自動で加熱温度を調節し、おいしく仕上げてくれますよ。



その4 お手入れ簡単
フッ素コーティング内鍋

内鍋はお手入れが簡単なフッ素コーティングが施されています。またパーツの取り外しも可能。取り外したパーツは食洗機も使えます。
※内鍋は食洗機不可

その5 無線LAN接続でさらに便利に

無線LAN接続をすると、専用のレシピサービスからメニューの検索ができるだけでなく、家族の嗜好や利用状況を学習し、ぴったりのメニューを提案してくれます。



どう選んだらいいの？

容量が異なる3タイプ(2.4L/1.6L/1.0L)に無線LANを搭載したものとしていないものがあり、合計5製品のラインアップです。※1.0Lは無線LAN搭載のみ
2.4Lタイプは2～6人分、1.6Lタイプは2～4人分、1.0Lタイプは1～2人分の料理が作れます。容量と無線LANの搭載有無で選ぶのがよさそうですね。

2.4Lタイプ(2～6人分)

直径：約23.6cm
高さ：約15cm※
幅：約28.7cm※

1.6Lタイプ(2～4人分)

直径：約19.4cm
高さ：約13.5cm※
幅：約26.3cm※

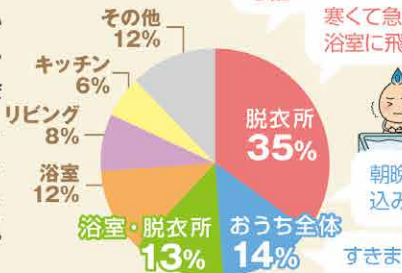
1.0Lタイプ(1～2人分)

直径：約18.2cm
高さ：約11.6cm※
幅：約19.5cm※

※持ち手を含んだ数値

おうちの中で寒さ対策をしたい箇所はありますか？

前号では皆様に、おうちの中で寒さ対策をしたい箇所があるかお伺いしました。「脱衣所」のご意見が35%と最も多く「浴室・脱衣所」のセットで対策したいというご意見が13%となりました。「浴室・脱衣所」とご回答いただいた方の中には、ヒートショックが心配とのお声を多くいただきました。お年寄りやお子さまがいるご家庭は心配が尽きないようです。「その他」では暖房が効きづらい廊下やトイレといったご意見が見受けられました。



ヒートショックが心配

寒くて急いで浴室に飛びこむ



朝晩の冷え込みが辛い

すさまじい風が寒い

ヒートショックは寒暖差の大きい春も油断大敵です。脱衣所にガスファンヒーターや電気ヒーターを設置し、入浴前に暖めておくご家庭も。脱衣所・浴室の寒さ対策は近年ご相談も多くなっております。お気軽にご相談下さい。



おでかけ
したい場所も!



おでかけ
体験記

豊橋市 松野さん

愛知県田原市にドライブに行ってきました。朝ドラ「エール」のオープニングロケ地になった伊古部海岸♪ いいドラマでした。



期間限定で「エールオブジェ」も設置されてるそうですよ～!



藤枝市 小枝さん

先日、紅葉を観に井川湖に行ってきました。赤や黄色に染まった木々がとても綺麗でした。でも、道中がくねくね道でちょっと大変かな。

湖と紅葉のコントラストはとっても神秘的♪ボクも行きたいな～!!



高浜市 平林さん

1歳の娘が歩けるようになったので、近所を散歩。一生懸命冒険してる娘が可愛い。

かわいい～♡
近所のお散歩もお子さんにとってはきっと大冒険ですね♪



掛川市 村松さん

来年結婚を予定しているので落ち着いたら新婚旅行に行きたい! 海外はコロナで怖いので国内!



おめでとうございます! 待ちに待った新婚旅行が素敵なものになるといいですね♪



南アルプス市 望月さん

山梨県都留市にあるリニア見学センター!リニアジオラマがとてもリアルで大人も子供も楽しめる施設でおすすめです!

お子さんはもちろん大人も楽しめるのは魅力的ですね♪



御殿場市 勝又さん

伊豆の温泉へ行って露天風呂から海と朝日を眺めたいです。

露天風呂から眺める海と朝日はとっても美しいだろうな～♡ 心と体が癒されそう～!



皆様からのおでかけ＆おで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



豊橋市 阪柳さん

厚揚げに甘味噌をぬり、プロセスチーズ or とろけるチーズをのせトースターで5分! 香ばしく美味です! (ケチャップにするとピザ風に)

甲州市 柴田さん

市販の三杯酢もずくに、さいたカニカマ、スライスしたきゅうりを混ぜて完成! もずくが好きではない子供たちも食べてくれますよ!

田方郡函南町 小峰さん

ヒレ肉のしぐれ煮。ヒレ肉をめんつゆ、しょうが、にんにくで煮て手でほぐす。韓国の昔からのおかず。

安曇野市 三浦さん

納豆にキムチととろけるチーズを混ぜ、油揚げに入れて焼く。外はカリカリ、中はホクホク!



安城市 甲村さん

大根の葉とじゃこを炒めて、めんつゆで味をつけて、いりごま入れて完成!

伊豆の国市 小川さん

長ねぎをみじん切りにして、塩昆布とのりを適量、お好みでごま油を少々で、ご飯のお供になります。

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

豆腐と国産赤唐辛子入りツナの炒め物

具沢山で豆腐入りなのでお腹も満足!!



【材料(2人前)】

- 国産赤唐辛子入りツナ(フレーク)・・・1缶
- 木綿豆腐・・・1丁
- にんじん・・・1/2本
- 長ねぎ・・・10g
- しいたけ・・・3枚
- 片栗粉・・・適量
- ごま油・・・適量
- ★顆粒だし・・・適量
- ★しょうゆ・・・適量
- ★生姜汁・・・適量
- ★塩・こしょう・・・少々

【作り方】

1. にんじん、長ねぎ、しいたけを千切りにする
2. ごま油をひいたフライパンに、①と切った豆腐、国産赤唐辛子入りツナ(フレーク)を入れ、★の調味料を加えて炒める
3. 水溶き片栗粉でとろみをつけて、お皿に盛り付けお好みで長ねぎを飾る



ごま油の香ばしさと、赤唐辛子のピリッとした辛さが食欲をそそり、ご飯もすすみます。お弁当のおかずにも!

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

オーシャンプリンセスホワイトツナ
国産赤唐辛子入り(フレーク)



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

春～夏の思い出ソングは何？

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。
音楽には心を癒したり、元気づけたりと
効果は様々ですね♪
目まぐるしい日々ですが心と身体を
大切にかんばりましょ～!



安城市 杉浦さん

昔はキャンディーズの「春一番」が
聴こえて来ると待ちわびた春がやっと
来ると感じたものです。



春の訪れを感じる一曲
ですね～。ぜひ皆さんも
聴いてみて下さい♪

牧之原市 縄巻さん

福山雅治さんの「桜坂」。今年
はたくさんの桜をコロナをなくして
見に行きたいです。



心にあっつと染み渡る
曲ですね♪免疫力UP!
元気をもらいましょう♪

静岡市 山田さん

春は森山直太郎さんの「さくら」、
夏はゆずの「夏色」が昔から大好きで
私の定番曲です。



「さくら」は他にもたくさん
の方の思い出ソング
でした!

甲府市 窪田さん

松田聖子さんの「赤いスイートピー」は
主人と付き合っていた頃の思い出の
曲です。



曲と一緒に大切な思い出
も蘇りますね♡

三島市 岩間さん

サザンオールスターズの「勝手に
シンドバッド」。ラジカセを手に江ノ島
や鎌倉の海を友人達と歌いながら
散歩したりして、楽しかった若かりし
頃を思い出します。



夏のカラオケでも盛り
上がること間違いなし
の曲ですね!

富士宮市 内山さん

松任谷由実さんの「卒業写真」。
部活の顧問の先生が、最後の
ミーティングで熱唱してくれました。
涙が止まらなかった!!



顧問の先生にとっても
忘れられない曲なので
はないでしょうか?

次回のテーマは
「あなたのほったらかしエピソード」
です!

つついほったらかしてそのまま、という
ことはありませんか?あなたのほったらかしや
ほったらかされたエピソードなど、
どしどしお寄せ下さい!



ちゅと!ちゅと!つんと!



ういずママプレゼント
応募期間: 4月30日(金)まで



プレゼントや投稿コーナーの応募は、
WEBからもできます!

ういずママ倶楽部 鈴与商事 検索

Panasonic
沸騰浄水
コーヒーマーカー
NC-A57

豆を挽くところからドリップまで
全自動! 手軽に香り高い
コーヒーが楽しめます。
カフェインを控えた「デカフェ豆」
コースも搭載しているので
リラックスタイムにもおススメ。
※色はお選びいただけません



2
名様

モンマルシェ
国産赤唐辛子入り
ホワイトツナ2缶
ギフトセット

今回のレシピで使用した
「国産赤唐辛子入りツナ缶」をお届け!



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、予告なく変更する場合がございます。

個人情報の取扱いについて

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」「プチおでかけ体験記」「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バル株式会社委託、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」2021 Vol.97

- 2021年3月発行
- 発行/鈴与商事(株)くらサポート本部
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