



# 月刊 O U M I



## 電子レンジの活用法

上手に使うと料理の時間短縮になるだけでなく省エネで光熱費も節約できる電子レンジ。どのくらい省エネになるか、調べてみました。



### 野菜の下ごしらえを電子レンジでしたら...

●葉菜(ほうれん草、キャベツ等)の場合

【ガスコンロ】  
年間でガス8.32㎡ 約1,150円

【電子レンジ】  
年間で電気13.21kwh 約 290円

年間差額 **約860円の節約**

●根菜(ジャガイモ、里芋等)の場合

【ガスコンロ】  
年間でガス9.48㎡ 約1,310円

【電子レンジ】  
年間で電気22.01kwh 約 480円

年間差額 **約830円の節約**

### 炊飯器で保温と電子レンジであたため直し どちらが省エネ?

<p>3合炊いて 1.5合食べる</p> <p>→</p> <p>残りを4時間 保温</p> <p>→</p> <p>4時間後 1.5合食べる</p>	VS	<p>3合炊いて 1.5合食べる</p> <p>→</p> <p>1.5合電子レンジで 加熱して食べる</p>
<p>消費エネルギー 300.60Wh</p> <p>電気代 約6.61円</p>		<p>消費エネルギー 295.27Wh</p> <p>電気代 約6.50円</p>

ご飯を炊飯器で保温するには、4時間までが目安です。4時間以上になると、電子レンジであたためなおすエネルギーの方が少なくなります。

## 7月のお手入れ ～梅雨のおそうじ編～

実は、雨の多い梅雨時は、お掃除のベストシーズンなんです。適度な湿度がカビの胞子の飛散を抑え、静電気が発生しないので、埃が取れやすいのです！

<p>①窓・網戸</p> <p>小雨の日 湿度のある日。</p> <p>網戸はホコリが多いときは裏に新聞紙を当てながら掃除機で吸い込む。その後網戸用の掃除シートを台所用のボウズに巻き、こすり落とすように拭くとよく落ちます。</p>	<p>②浴室</p> <p>天井や壁は、70℃の手持手を短くし、ケットタイプのお掃除シートをセットして拭きます。カビを取り、よく換気をしてカビ予防剤をかけると安心です。換気扇にカビがあると浴室中に胞子が撒き散らされるので、忘れず掃除しましょう。</p>	<p>③フロア・カーペット</p> <p>乾燥している時期だと、静電気でホコリが取りづらく、暑くなると水拭きしてもすぐ乾いてしまい、汚れが取りづらいので、梅雨のこの時期が最適！夏と秋がダニの最盛期なので、この時期の掃除が予防につながります。</p>
---	--	--

## 7月のイベント情報

7月23日(土)

**フィアスホーム庄内店  
グランドオープン!!**

イオンモール三川店様のそばに、  
**庄内初出店!!**



7月2(土)3(日)、9(土)10(日) **アイフルホーム山形南店  
山形市あさひ町 モデルハウスオープン!**

7月9日(土)10(日)

フィアスホーム天童店・アイフルホーム天童店・リフォーム館天童店

**AtoZ 大還元祭**

7月16日(土)17日(日)

フィアスホーム山形店・アイフルホーム山形中央店・リフォーム館山形本店

**AtoZ 大還元祭**

※詳細は各店舗までお問い合わせください!

## 『OH!mi Point Card』の有効期限について

こちらのポイントカードの有効期限は、最終ポイント加算日から1年間となっております。『カードをもらってから一度も使ってない』という方、貯まっているポイントが使えなくなってしまう。カードを持って、是非AtoZのお店へ遊びにいらして下さい☆  
詳細は、同封の規約書類に記載しております。  
また、ご不明な点などは、顧客満足室または各店舗までお問い合わせください。  
カードをお持ちでない方は、AtoZリフォーム館にてすぐに登録できますので、ぜひお声をかけて下さいね!

### ※ポイント加算例※

- AtoZへのご来店…10ポイント
- イベント時…イベントポイント
- ご新築又はリフォームのご契約…最大50,000ポイント  
(ご契約内容によりポイント数が異なります)
- ご紹介頂いた方にご契約頂いた時…紹介ポイント



### Q. 使い方は?

**A. 1ポイント=1円としてご利用頂けます。**  
**5,000ポイント以上から、工事金額(税別)の3分の1を越えない範囲を上限にお使いいただけます。**

## ★旬の簡単レシピ★

### トマトの和風冷製パスタ



#### 作り方

- ① 湯を沸し、塩を入れ、パスタを表示より1分くらい長めに茹でる
- ② その間トマトを食べ易い大きさに切り、大葉と玉ねぎを細かくきざむ。●と一緒にボールに入れ冷やしておく
- ③ パスタが茹で上がった後冷水(氷水)でしめ、ざるに上げてしっかり水気をきり、②のボールに入れて具と味をからませ出来上がり  
お好みで黒胡椒を挽く

#### 材料(2人分)

- |             |      |
|-------------|------|
| パスタ(細めのもの)  | 200g |
| 大葉          | 10枚  |
| トマト(大)      | 1個   |
| 玉ねぎみじん切り    | 大さじ2 |
| ●めんつゆ(2倍濃縮) | 大さじ3 |
| ●EVオリーブオイル  | 大さじ2 |
| ●すりごま       | 大さじ2 |
| ●おろしにんにく    | 1かけ分 |
| 黒胡椒         | 適量   |

※パスタの代わりにうどん・素麺でも♪  
ハムなどを入れてもおいしいです。

**AtoZ 顧客満足室**  
TEL 023-681-0327

受付時間 AM9:00~PM6:00  
定休日 祝祭日 火・水曜日  
山形市馬見ヶ崎一丁目12番19号  
(フィアスホーム山形店内)

定期点検のお知らせは、上記の電話番号よりご連絡させていただきます。  
また、ご自宅の不具合などもお気軽にお問い合わせください。

## 株式会社近江建設

**フィアスホーム山形店**  
山形市馬見ヶ崎1丁目12番19号  
TEL.023-612-0003

**フィアスホーム天童店**  
天童市南町1丁目4番33号  
TEL.023-651-0354

**リフォーム館 天童店**  
天童市南町1丁目1番11号  
TEL.023-652-0314

**山形本店**  
山形市馬見ヶ崎2丁目7番40号  
TEL.023-681-4603

営業時間 AM10:00~PM6:00  
定休日 火・水曜日 祝祭日

**アイフルホーム 天童店**  
天童市南町1丁目4番31号  
TEL.023-651-0301

**山形中央店**  
山形市馬見ヶ崎2丁目7番40号  
TEL.023-681-0346

**山形南店**  
山形市飯田西4丁目2番8号  
TEL.023-615-0317

**鶴岡店**  
鶴岡市美咲町6番22号  
TEL.0235-29-4103

### ホームページ

<http://www.lh-oumi.co.jp/>



↑こちら是非ご覧ください↓



QRコードを読み込んで下さいね♪↑

### キリトリ線

クイズに答えて  
素敵な商品ゲット!!

Q. OUMIポイントの有効期限は、最終ポイント加算日からどのくらいの期間でしょうか?

A.

こちらの用紙を切り取り、お近くの店舗までお持ち下さい。素敵なプレゼントをご用意してお待ちしています★  
H28.7月末迄 有効