



お鍋をさらにおいしく!! アレンジつけだれ7選

水炊きやしゃぶしゃぶといったお鍋のつけだれは、ポン酢やごまだれだけじゃない! ちょっとアレンジを加えたつけだれで、さまざまな味の変化を楽しみましょう。



1 ごま油の香りが絶妙 中華風ポン酢

ごま油とすりごまの香ばしい香りが食欲をそそる万能だれ。お好みでラー油をプラスすればピリ辛の大人味に。

分量 (1皿分) ポン酢…大さじ2
ごま油…小さじ1/2
すりごま…適量



2 お子さまにも人気 はちみつごまだれ

はちみつやさしい甘さが、ごまだれの風味を一層深める。子どもにも食べやすいマイルドな甘口だれ。

分量 (1皿分) ごまだれ…大さじ1
はちみつ…小さじ1



雑炊とおじや どう違う?

お鍋のメといえ、雑炊。おじやと言ったりもしますね。雑炊とおじやの違いには諸説ありますが、一般的に、煮る前にご飯を水で洗ってから煮るのが雑炊、洗わずにそのまま煮るのがおじやとされています。また、語源にも諸説あり、雑炊はご飯に水を加えたものを「増水」と呼んだから、おじやはお飯を煮るときのジャジャという音に接頭語の「お」をつけて呼んだからなどと言われています。



3 辛党向けの 麻婆風だれ

豆板醤の強めの辛さと味噌の風味がマッチしてやみつきに。お酢をひとたらししてもおいしい。

分量 (1皿分) 豆板醤…小さじ2
味噌…大さじ1、ごま油…小さじ1
おろしニンニク…少々



4 ディップ感覚で食せる シーザーだれ

シーザーサラダドレッシングのような濃厚な味わい。野菜と相性抜群なのでディップ感覚でたっぷりつけたい。

分量 (1皿分) 粉チーズ…大さじ1、マヨネーズ…大さじ2、お酢…小さじ1、黒コショウ…適量



5 エキゾチックな風味 タイスキ風だれ

タイの鍋料理「タイスキ」風の味をご家庭で簡単に。パクチーの香りとレモンの酸味がさっぱりしていて、さわやか!

分量 (1皿分) ナンプラー、レモン汁…各小さじ1
パクチー…適量



6 甘辛がくせになる 月見だれ

すき焼き風のごくまろだれ。卵黄を入れることで具とよくからんで美味。うどんをからませてもおいしい。

分量 (1皿分) 卵黄…1個、しょうゆ…小さじ2
砂糖…小さじ1

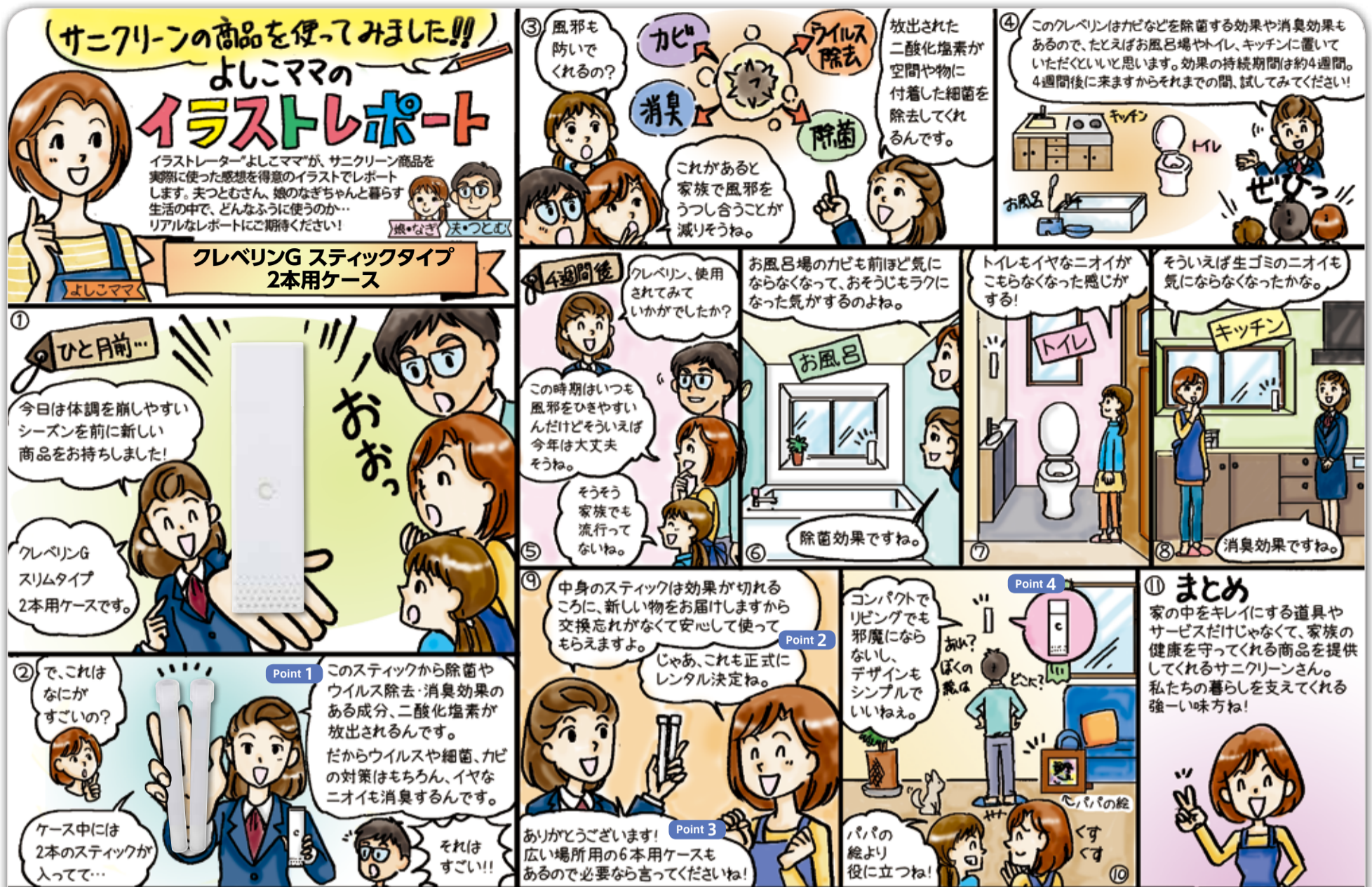


7 トマトがさわやか イタリアン風トマトだれ

トマトの酸味がさっぱりとしていて食べやすい。お肉にも野菜にもぴったりな万能だれ。

分量 (1皿分) ケチャップ…大さじ1、オリーブオイル…小さじ2
塩、コショウ、乾燥バジル…適量





Point 1 二酸化塩素の除菌・消臭効果でウイルスや細菌、カビを抑制

二酸化塩素は小麦粉やパルプの漂白処理剤としても使用されているもの。スティックを折り曲げると化学反応が始まり二酸化塩素ガスが放出され、空気中に浮遊するウイルスや細菌を除去。カビを抑制、消臭効果も。

Point 2 定期的に交換するレンタルシステム

ケースの中に二酸化塩素ガスを発生する2本のスティックを入れます。効果は約4週間。定期的に交換し、常にベストな状態をキープ。

Point 3 広い場所には6本用ケース

スティック1本で1畳分を目安に使用します。広い場所では、6本用ケースをお使いください。

Point 4 壁にかけて使用することも

背面にはフックにかけられるための穴が設けられています。フックの無いところには、付属の「吸盤つきフック」を利用して、貼りつけることも可能です。*2本用ケースのみ付属

まとめてラクラク! つくりおきレシピ

まとめて下ごしらえしたり加熱調理しておくことで節約・時短になる晩ご飯やお弁当のおかずを紹介します。

RECIPE 1 スパイスの香りが効いたソースをたっぷりからめて **めかじきのタンドリー風**

材料 (4人分)

めかじき(切り身)	4切れ
サラダ油	適量
彩り野菜	適量
A: 無糖ヨーグルト	大さじ3
カレー粉	小さじ1
トマトケチャップ	小さじ2
おろししょうが	小さじ1/2
おろしにんにく	小さじ1/3
塩	ひとつまみ
こしょう	適量

作り方

- めかじきは1切れを半分に切って塩(分量外)をふり、出てきた水気を拭き取る。
- Aの材料をよく混ぜ、①を1時間程度漬け込む。
- サラダ油を熱したフライパンに②のめかじきを並べて両面を焼き、火が通ったら②の残ったたれを入れてからめる。
- ③を皿に盛りつけ、彩り野菜を添える。

つくりおきのポイント

カレーの香り、ヨーグルトの酸味、ケチャップの甘味が一つに!

脂肪の少ないめかじきはヨーグルトの力でしっとり柔らかになり、コクも出ます。

保存期間の目安
冷蔵: 3~4日
冷凍: 3週間

RECIPE 2 ホクホク甘いかぼちゃが箸のすすむおかずに **かぼちゃと牛肉のバター醤油煮**

材料 (4人分)

かぼちゃ	1/4個
牛切り落とし肉	200g
アスパラガス	2本
バター	20g
A: 醤油	大さじ1と1/2
砂糖	大さじ1
水	カップ1

作り方

- かぼちゃは種とわたを取り、電子レンジで1~2分加熱して柔らかくしてから一口大に切る。牛切り落とし肉は食べやすい大きさに、アスパラガスは斜めに切る。
- 鍋にバターの半量を入れて牛切り落とし肉を炒め、肉の色が変わったらAとかぼちゃとアスパラガスを加え、アクを取りながら煮る。
- かぼちゃに味が染みたら火を止め、残りのバターを混ぜて溶かす。

つくりおきのポイント

牛切り落とし肉の硬めの部位も煮込むと柔らかくなり、旨味を引き出せます。保存期間の目安 冷蔵: 3~4日 / 冷凍: 3週間

*記載した冷蔵・冷凍の保存期間は目安です。傷み具合などは食べる前にご確認ください。

おそうじマイスター クイズで学ぶ 新おそうじ術

あなたのおそうじカアップのために、おそうじのプロ『おそうじマイスター』がとっておきのノウハウや裏技をクイズ形式でアドバイスします!

『おそうじマイスター』とは…
サニクリーンでは、「おそうじマイスター制度」を採用し、おそうじの正しい知識やノウハウを有する社員を養成中。そのなかで実施される研修や試験に合格した者だけに『おそうじマイスター』の称号が与えられます。
※「おそうじマイスター」と「おそうじマイスター」の星形マークは、サニクリーンの登録商標です。

『おそうじマイスター』
営業サポート本部
おそうじマイスター推進室 **吉田 大毅**



お客さまの声にしっかりと耳を傾け、最適な提案をすることがモットー。幅広い知識をもち、お客さまに何でも相談される営業社員を目指し、日々勉強中!

Q1 フローリングの掃除で効率的な順はどれ?

- A ぞうきん→掃除機→フロアモップ の順
- B 掃除機→フロアモップ→ぞうきん の順
- C フロアモップ→掃除機→ぞうきん の順



POINT ホコリを舞い上げない工夫で効率化を

最初に掃除機をかけるとモーターの風がホコリを空間に舞い上げてしまいます。まずはフロアモップを板目に沿って動かしながらホコリを集めましょう。次にゴミを掃除機で吸い取ります。最後に床にこびりついた食べこぼしや皮脂などを固くしぼったぞうきんに中性洗剤をつけて拭き取った後、水拭き、乾拭きを。



よって…答えは C

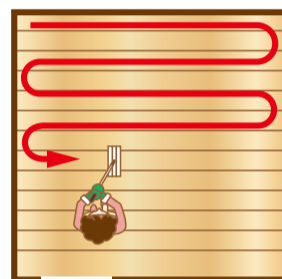
Q2 フローリングのワックスのかけ方で適切でないものはどれ?

- A 部屋の隅のワックスは薄めにかける
- B ワックスをフローリングに撒いてから塗り広げる
- C ワックス用のモップは後ずさりしながらかける



POINT 「出入口に向かって後ずさり」がコツ

ワックスは直接フローリングに撒いてしまうと、板目から浸入し、素材を傷めてしまう原因に。ワックス用のモップに浸して塗り広げましょう。モップは部屋の奥から出入口に向かって後ずさりしながら板目に沿ってかけると効率的。ワックスの摩耗が少ない部屋の隅は薄めでOKです。



出入口

よって…答えは B

Q3 窓ガラスを効率的におそうじするコツは?

- A 日差しの強い晴れの日に行く
- B 窓枠に沿って四辺を拭いてから中を拭く
- C 新品のタオルを使用する



POINT 拭き残し&拭き跡ゼロを目指しましょう

窓をキレイに拭くコツは、窓枠に沿って四辺をしっかりと拭いてから中を拭くこと。こうすれば端の拭き残しを防げます。中は、左右にジグザグに塗りつぶすように拭きます。くもりで湿度が高めの日は汚れが浮きやすくなるので窓拭きに適しています。使用するタオルは新品だと糸くずが出やすいため、何度か洗濯したタオルが望ましく、マイクロファイバークロスを使うとさらにキレイに。



よって…答えは B



ファイナンシャルプランナーに聞く 今さら聞けない “お金”の話

人生100年時代と言われる今、豊かな人生を送るためにも、お金は大切。でも「お金ってなんだか難しい」と思いませんか? このコーナーでは“お金”にまつわる情報を、ファイナンシャルプランナーにわかりやすく教えていただきます。お金とつき合う一つのヒントとしてお役立てください。

今回お話をうかがったファイナンシャルプランナー

よしだ りゅういち | エフピーマトリックス株式会社 代表取締役



日本FP協会会員CFP。コンサルティング会社を経て現職。ファイナンシャルプランナーとして、相続事業承継対策、住宅ローン相談、個人ライフプランニング相談等を行っている。

※本誌面内容において、正当性を保証するものではありません。
※金融商品購入はご自身の判断(自己責任)でお願いいたします。

今回のテーマ 保険を使ってかしこく貯蓄

保険を使って貯蓄ができるの?

万一の保障もありながら、満期時や解約時にお金を受け取れる保険があります。「貯蓄型保険」と呼ばれるもので、終身保険・学資保険・養老保険などさまざまな種類がありますが、基本的には、保険料を運用することによってお金を成長させる商品です。積立貯金のような感覚で利用されています。

●「貯蓄型保険」のメリット

万一に備えながら、お金を増やすことができる
保険料を支払うことによって、万一の際に保険金を受け取ることができるだけでなく、一定期間を過ぎると、支払った保険料の総額よりも満期時や解約時に受け取る金額が大きくなります。商品によっては、お金を大きく成長させることを狙うものもあります。

税制の優遇制度がある

生命保険なので、年末調整や確定申告で、保険料に対する税金の控除を受けることができます。

●「貯蓄型保険」のデメリット

早期に解約すると元本割れも

一定期間前に解約した場合、払い込んだ保険料の総額より戻ってくる金額が少なくなります。

月々の保険料が高額になりがち

かけ捨ての保険と比べると、保険料は高額になりがちなので、出費が増えることとなります。

●注意するポイントは?

運用期間が長くなると有利に

少しでも若いうちに加入すると運用期間が長くなるため、時間をかけてお金を成長させるという利点を活かせます。

ライフプランを考えて

一定期間より前に解約すると元本割れとなるので、この先、いつ、どのくらいのお金が必要になるかをよく考え、無理のない金額で加入することが大切です。

※「貯蓄型保険」については下記ホームページもご参照ください。
一般社団法人生命保険協会 <https://www.seiho.or.jp/>

年末販売商品キャンペーン

期間：2019年11月1日(金)～12月27日(金) 地域によりキャンペーン期間が異なります

キャンペーン期間中に販売商品を
一定金額以上お買い上げいただいたお客さまに
「じわっととろける金のバターナイフ」をプレゼント!
熱伝導で固いバターがじわっと溶けます! 右利き・左利きどちらでも使える!



※期間中のプレゼントはおひとりさま1個とさせていただきます。
※数量限定のため代替品となることがあります。

第14回 サニエルおやこ ネイチャーツアー開催!!

さる9月28日(土)・29日(日)、公益社団法人日本自然保護協会のご協力のもと、佐賀県佐賀市、鹿島市、唐津市をめぐる「第14回サニエルおやこネイチャーツアー」を開催しました。

ラムサール条約湿地に登録されている東よか干潟での生き物観察をはじめ、道の駅・鹿島での干潟体験、唐津市の虹の松原での清掃活動、呼子の磯の生き物観察など、佐賀県の自然に触れ、有明海と玄界灘の違いを学び、そして、親子の絆がさらに深くなった旅となりました。



サニフレンドさん interview

仕事のことや、お客さまとのエピソードなどをお聞きしました!

全国各地のサニフレンドさんに 直撃インタビュー!!



サニクリーン四国
松山支店

サニフレンド歴
9か月

とくなが かずえ
徳永 一絵さん

写真左

仕事には慣れましたか?

この仕事を始めて、もうすぐ1年になります。もともとサニクリーンのユーザーだったのでなじみの商品はありましたが、いざ仕事となると、商品の詳細、お客さまの名前やお住まいなど、覚えることができるか不安でした。ですが、お客さまと顔を合わせる回数が増えるにつれ距離感が縮まり、会話も増え、今では楽しく仕事をしています。「あなたの顔を見ると元気になるよ」と言葉をかけられたときは、うれしかったです。

何か工夫をしていることはありますか?

お仕事ノートをつくって、気づいたことはこまめに書き込んでいます。たとえば、お客さまのモップの使い具合を記録しておいて、汚れの多い方には大きめのモップをおすすめするなど、お客さまの状況に合わせてすぐに対応できるようにしています。既存のお客さまにはもちろんですが、サニクリーンの商品を使ったことがない方にも愛用していただけるよう、商品の魅力やおそうじ情報などこれからも勉強していきたいです。

ここに入るの何の文字?

同じ文字入れクイズ

空欄(□)に同じ平仮名1文字を入れて言葉を完成させてください。
(答えは下にあります)

- な□た□ご
ヒント：これをごはんにかけてと料理に
- ーす□
ヒント：朝食の定番メニューです
- わさ□ぼ□
ヒント：和菓子などに使われる高級な砂糖
- いご□ろ
ヒント：胸がキュンとなります

「アンケートdeプレゼント」の応募が 専用のWEBサイトからできるようになりました!

「アンケートdeプレゼント」の応募が、ハガキだけでなく、専用WEBサイトからできるようになりました。右記URLにアクセスいただき、画面に従って入力してください。どちらから応募いただいてもけっこうですので、ぜひ皆さまの声をお聞かせください!

<https://bit.ly/2LVLAQR>



QRコードからもアクセスできます▶



〒103-8256 東京都中央区日本橋二丁目11番2号-20階

株式会社サニクリーン

「サニスマイル」アンケートdeプレゼント48号係

「神戸フラッツ」「神戸魔法の生チョコザッハと壺プリンと苺トリュフのセット」を希望する [YES]か[NO]のどちらかを○で囲んでください	「サニ賞」を希望する [YES]か[NO]のどちらかを○で囲んでください	YES	NO
お名前		□□□-□□□□	
ご住所		都道府県	市区郡
電話番号		-	
性別	①男性 ②女性	年齢	

Q1. 今号の「サニスマイル」で興味をもった記事は?
(○はいくつでも)

① お鍋をさらにおいしく! アレンジつけだれ7選
② よしこママのイラストレポート
③ まとめてラクラク! つくりおきレシピ
④ クイズで学ぶ新おそうじ術
⑤ 今さら聞けない「お金」の話
⑥ サニクリーン インフォメーション
⑦ サニフレンドさんに「直撃インタビュー!!」
⑧ 同じ文字入れクイズ
⑨ アンケートdeプレゼント ⑩ 特になし

Q2. 一番興味をもった記事の番号とその理由をお答えください。

番号	理由
□	□

Q3. “おそうじの悩み”があれば、ご記入ください。

ハガキ表面に貼ってください
(宛先用紙)

ハガキ裏面に貼ってください
(裏面用紙)

アンケートにご協力ください

アンケートdeプレゼント



※写真はイメージです

21名様

神戸フラッツ 「神戸魔法の生チョコザッハと壺プリンと苺トリュフのセット」

最高級チョコレートをたっぷりを使用した「神戸魔法の生チョコザッハ」、かわいらしい素焼きの容器に入った「神戸魔法の壺プリン」、フリーズドライの苺とホワイトチョコが絶妙にマッチした「神戸苺トリュフ」。人気の神戸スイーツをプレゼント。

●内容：「神戸魔法の生チョコザッハ」直径約150mm×高さ約38mm 重さ約420g 1台、「神戸魔法の壺プリン」直径約57mm×高さ約60mm 4個、「神戸苺トリュフ」約90g
●賞味期間/冷凍で60日 ※冷凍便でお届け

サニ賞

ご希望の方に抽選でプレゼント!
(左の賞品当選者は対象外)

盲導犬チャリティーグッズ

わん紅茶

20名様

静岡の老舗のお茶屋さんがつくった紅茶です。ティーバッグのタグには、プードルやチワワなどいろいろな犬の切り絵が、犬好きな方へのプレゼントにもおすすめです。

●内容量：3g×6個 ●原材料：静岡県産紅茶
●賞味期限：お届けより2週間以上を保証

応募要領

ハガキの場合

左の「裏面用紙」に必要事項をお書きのうえ点線で切り取り、ハガキに貼ってお送りください。宛先は左の「宛先用紙」を切り取ってご利用ください。コピーしても、直接ハガキに書いていただいても結構です。

WEBの場合

左上にある内容をご確認ください。

※当選者数は「サニクリーンライフ(業務用)」「サニスマイル(家庭用)」の両誌をあわせた人数となります。※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。※ご記入いただいたアンケートの内容は統計処理にのみ使用し、個人情報保護法に基づき、賞品の発送のみに使用いたします。※事情により、賞品のデザインが変更される場合がございます。あらかじめご了承ください。

締め切り 2020年2月3日(月) 当日消印有効

※本誌掲載の商品のなかには、現在、一部の地域で取り扱っていないサービス・商品もありますので、詳しくはお客さま係におたずねください。※商品のデザイン、カラー、仕様は改良などのため変更する場合がありますので、ご了承ください。

お問い合わせは下記まで



この情報は環境にやさしいECF(無塩素漂白)パルプを使用しています。

〒103-8256 東京都中央区日本橋二丁目11番2号-20階

サニスマイル 2019 Vol.48
2019年12月1日発行
発行/(株)サニクリーン 発行部数/22万5千部

Sanicleen

きれいにしたい。あしたのために。

株式会社 サニクリーン

東京都中央区日本橋二丁目11番2号-20階
〒103-8256 ☎03-3276-7277

日本ダストコントロール協会 会員