

**第32回**  
**フジプロ**  
**BIGフェア**  
**大感謝祭**

家族みんなで楽しめる!  
最新ガス機器×お得×イベントが盛りだくさん

2026年5月16日(土)・17日(日)  
9:30～16:00 9:30～15:00

会場：株式会社フジプロ 本社  
愛知県知立市牛田町遠新切 48

会場のご案内  
至名古屋 至豊田 至岡崎

会場★  
ガリバー1号知立店 日高堂 塗料棟 ローン 富士病院 御林 国道1号線 名鉄本線 牛田駅 至高浜

フジプロInstagram  
フジプロWebサイト  
チェックしてみね★

Instagram Web

※1号線の御林線を旧国道に入り、ローン手前を左折  
※改道豊田道路の牛田ICを降りて番号を右折、ひとすじ目右折

和牛焼肉 **はむ縁**

愛知で  
コスパ最強の  
焼肉ランチ

ランチの新定番!! 『生』和牛  
ひつまぶし

大食い自慢  
集まれ!!

マウンテン  
ステーキ丼

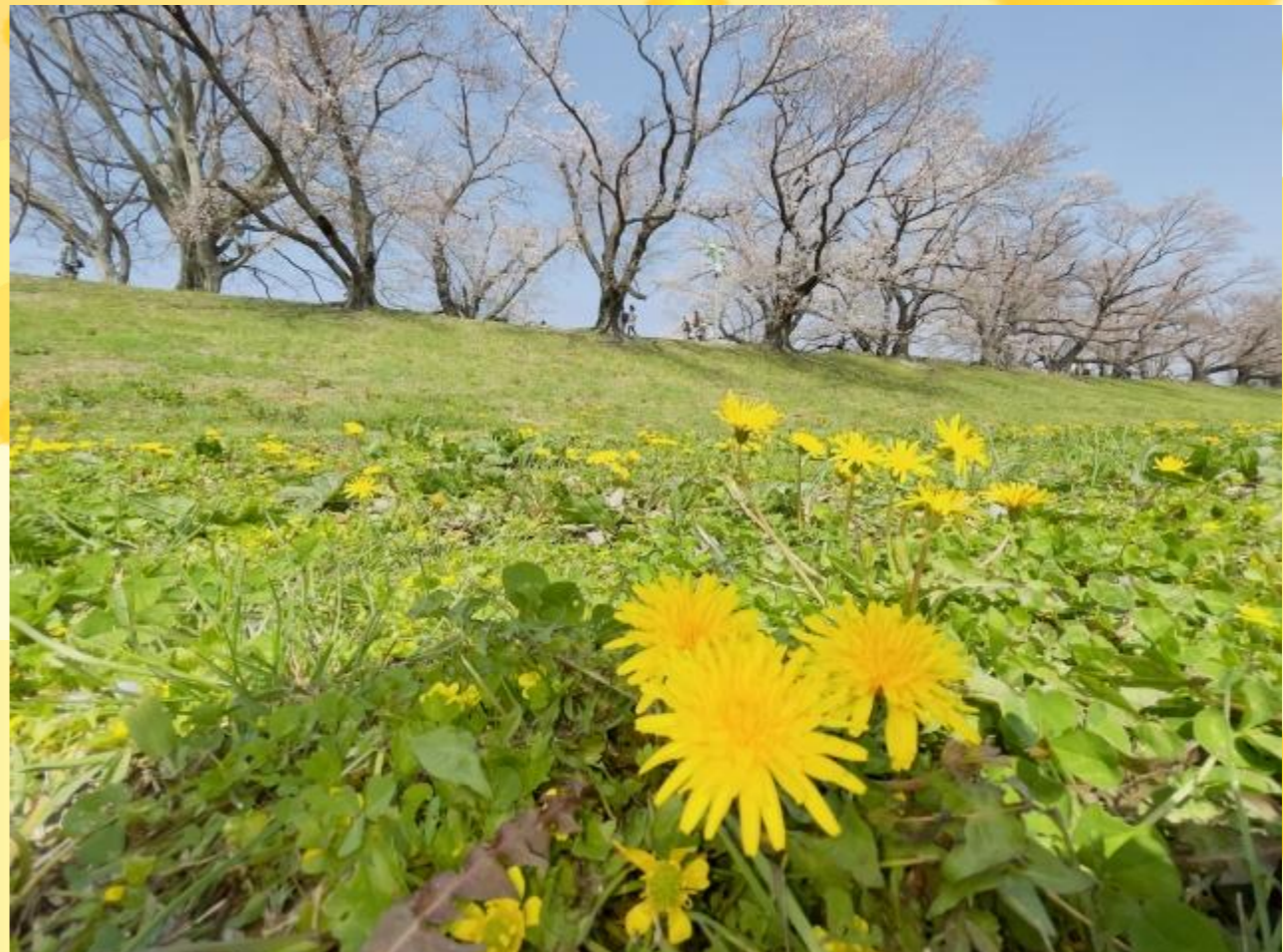
『和食×焼肉』をコンセプトに創作料理の数々に和食のテイストを取り入れた新しい形の焼肉屋さん

和牛焼肉はな縁  
愛知県知立市八ツ田町1丁目2-17  
【営業時間】11時30分～15時 17時～22時  
【定休日】月・第1・第2火曜日  
TEL 0566-82-6900

instagram Map

# ほっとガス Life

(株)フジプロが贈るHappiness Lifeのための情報誌



## みんなの お便りコーナー



碧  
南  
市  
様



「ワークショップでステンドグラス体験をしてきました。  
春らしくチューリップを作ってみました。」

春らしいチューリップがとても素敵ですね。  
置いてあるだけで、そっと春がやってきたように感じます。

素敵な作品のご応募ありがとうございました。  
みんなのお便りコーナーでは、皆様の作品を  
大募集しています!  
絵手紙、お子様の作品、ペットの写真、俳句、  
などなど・・・ハガキや写真に撮って下記宛先  
までお送りください。  
※応募いただいた作品はお返しすることができませんので  
ご了承ください。

〒472-0007  
知立市牛田町遠新切48番地  
株式会社フジプロ  
「ほっとガスライフ」係

掲載された方には  
「マスク」をプレゼント!

※画像はイメージです。

Webからも応募できます

知立 フジプロ 検索

応募締切 2026年6月30日(当日消印有効)  
たくさんのご応募お待ちしております!!

花粉シーズンになると、鼻がムズムズ、鼻詰まりが辛い!  
そんなときにおすすめなのが、わきの下にペットボトルをはさむ裏技です。  
液体の入ったペットボトルを、詰まっている鼻と反対側のわきでぎゅっとはさむことで  
交感神経が刺激され、鼻の通りがよくなると言われています。  
両鼻が詰まっている場合は、左右交互に行うとよく、ペットボトルの代わりにボール等  
硬めの物でも大丈夫です。  
あわせて、蒸しタオルで鼻の付け根を温めると、さらに効果的です。  
辛いときにぜひ試してみてください。

ガスの衣類乾燥機で、花粉をブロック!  
高温パワーでアレル物質も吹き飛ばす、花粉症の人の味方だよ!



2026年4月発行 編集責任者:株式会社フジプロ 情報誌編集チーム

本社及び 知立・三河営業所:0566(81)2341  
fax:0566(81)2338  
刈谷営業所:0566(21)1701  
fax:0566(25)1748  
瀬戸営業所:0561(82)0540  
fax:0566(82)0541



# 身近なものを活用!

## レンジフードの掃除術



寒い冬から暖かい春へと移り変わるこの時期は、油汚れが落ちやすくレンジフードの掃除にぴったりです。そこで今回は「身近なものを活用した、レンジフードの掃除術」をご紹介します。

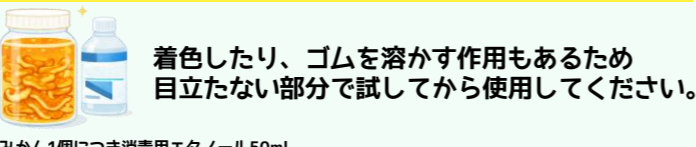
### I. みかんの皮で、油汚れスッカリ! オレンジパワー洗剤

食べ終わったみかんの皮が、洗剤に変身



みかんの皮を煮ると、皮の成分が煮汁に溶け出し油汚れや水垢に効果があり、コーティング作用も期待できる洗剤に変身します。濾して冷まして、スプレーボトルに入れ使用してください。

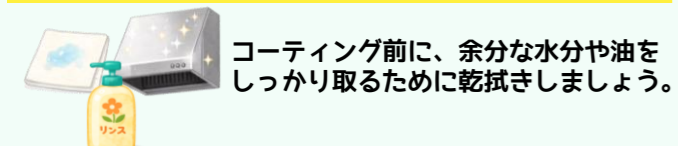
もうひと工夫! 消毒用エタノールで、油汚れ特化型洗剤



着色したり、ゴムを溶かす作用もあるため目立たない部分で試してから使用してください。油汚れに強い成分のリモネンは、よく乾燥させたみかんの皮を消毒用エタノールに1~2週間漬け込むと、エタノールの中に多く溶け出します。このエタノール液を濾したら、油汚れ特化型洗剤の完成です。

### II. 髪だけじゃない! レンジフード掃除の仕上げにヘア用リンス

仕上げはヘア用リンスで、コーティング



仕上げにキレイな布に市販のヘア用リンスを染み込ませレンジフードの表面に薄く伸ばして拭き上げます。こうすることで、静電気を抑えホコリなどの汚れが付着しにくくなります。

もうひと工夫! 乾拭きは、着古した綿Tシャツを再利用



着古した綿Tシャツを使いやすい大きさに切って再利用。水や油をしっかり吸ってくれるので、コーティング前の乾拭きにおすすめです。

## お掃除がラクに!

身近にあるものを活用すれば、お掃除もちょっと楽しくなりますよね。それでも、やっぱり面倒なのはイヤ・・・そんな方にぴったりの、お掃除がラクになっちゃうレンジフードがあるんです。

## Rinnai

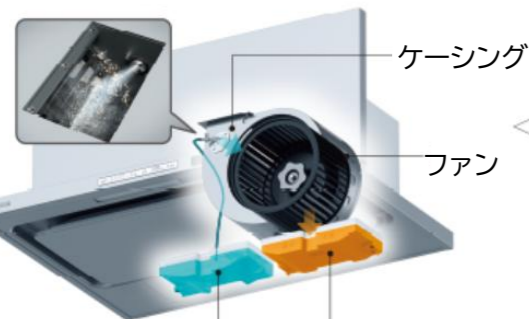
プレミアム

レンジフード

TAG シリーズ | クリーンフード (ノンフィルター・スリム型)

お掃除がラクになる  
ボタン1つでファンを自動洗浄。

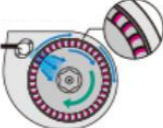
ノズルからお湯を噴射



給水トレー 排水トレー

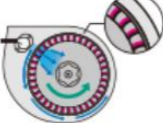
ファンの汚れが気になる場合は、取りはずして直接お掃除をすることも可能です。

正回転



汚れの多いファンの内側に水を当て洗浄。

逆回転



ファンの外側に水を当て洗浄。

### いつものお掃除も簡単

2か月に1回程度給湯トレイをセット  
自動洗浄後に排水トレイを洗うだけ  
簡単に取り外せて手間もかかりません。



排水トレーとフタは、スポンジで水洗いできます。お掃除の頻度は、汚れ具合や使用状況で異なります。

時短

お掃除時間 **約75%削減**

節水

お掃除で使うお水 **約75%削減**

フジプロ  
ちよこっと  
健康情報

## 健康診断で見るべき3つの数値 ~いつまでも健康でいるために~



### 検査項目この3つは要チェック!

①血糖値(血糖・HbA1c) ②血中脂質(LDL・HDL・中性脂肪) ③肝機能(AST・ALT・γ-GTP)

<p><b>血糖</b></p> <p>HbA1c (ヘモグロビンA1c)</p> <p>ブドウ糖 (赤血球)</p> <p>正常値</p> <p>血糖 70~99mg/dL HbA1c 4.6%~5.6%</p>	<p><b>LDL</b> (悪玉コレステロール)</p> <p><b>HDL</b> (善玉コレステロール)</p> <p>中性脂肪</p> <p>正常値</p> <p>LDL 60~119mg/dL HDL 40~119mg/dL 中性脂肪 30~149mg/dL</p>	<p><b>AST</b></p> <p><b>ALT</b></p> <p><b>γ-GTP</b></p> <p>正常値</p> <p>AST 13~30U/L ALT 男性10~42U/L 女性7~23U/L γ-GTP 男性50 U/L以下 女性30U/L以下</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

糖のコントロール状態を確認し将来の糖尿病予防につなげます。

血管の健康度を知ることで動脈硬化を防ぐ目安になります。

肝臓は「沈黙の臓器」と呼ばれ病気に気がつきにくいので数値を見るのが大切です。

### 今から試せる! 数値改善健康習慣



「よく噛む」  
血糖値の上昇を抑えられます。



「10分早歩き」  
血中脂質の代謝を促進します。



「規則正しい睡眠」  
睡眠は6.5~8時間が目安。  
肝臓はその間に細胞の修復や解毒を行います。

極端に数値が上下しても病気の可能性があります。過去の自分と比べて変化を見ることが大切です。

正常値は全て、空腹時の場合です。個人差がありますので目安としてお考え下さい。



## ONE TEAM!

今回のTEAMは  
新入社員紹介

このコーナーでは私たちフジプロの職場を皆様にご紹介いたします。今回は、今期に入社した2名の新入社員にインタビューしました。

### Q.自己紹介とこれからの仕事に対する抱負を教えてください

#### "ガスの営業マンに挑戦"

昨年の10月より知立営業所に配属されました、稲村英了です。三河地方で美味しい食事処を発見するのが最近の趣味です。前職は、警備会社で現金護送をしていました。業種は異なりますが、これからはお客様の要望に応えられる営業マンを目指して頑張っていきます。



イナムラ ヒデアキ  
稲村 英了

#### "営業経験を強みに、現場で学び、施工技術を磨きます"

1月に入社し工事チームに配属されました、高木太一と申します。前々職では都市ガスの営業マンをしていましたが、工事事も自分ができるようになりたいと思い入社しました。工事チームに限らず営業さんの施工現場にも同行し、色々な現場を見て色々なことを経験し、より施工技術を磨いていきます。どうぞよろしくお願いいたします。



タカギ タイチ  
高木 太一