

暮らしをアップデートするお役立ち情報

vol.2

暮らし *update*

写真&解説つき メンテナンス術

- ・レンジフードメンテナンス方法
- ・エコキュートについて
- ・お友達紹介制度
- ・お料理レシピ



お知り合いのご紹介をお待ちしております!

メンテナンス



お役立ち情報

メンテナンスを行う際の注意点

- ①万が一の事故を防ぐために、**ブレーカーを落とし、ゴム手袋を着用**してメンテナンスを行ってください。
- ②IH部分に取り外したパーツや汚れが付着する可能性があります。**IH部分には新聞紙やタオルを敷いてからパーツを取り外す**ことをおすすめします。

LIXIL製品をお使いの方はこちら

1 整流板とフィルターを取り外す

油が付着している場合がありますので、ご注意ください。

整流板を少し押し上げ、両脇のストッパーを押して外します。取り外した整流板は、壁面にひっかかずに取り外してください。整流板が取れたらフィルターも取り外します。
※フィルターは型式によって1枚のもの2枚のものがありますが、メンテナンス方法は同じです



2 オイル受けを取り外す

換気扇についているオイル受けを**右にスライド**して取り外します。



3 換気扇のファンを取り外す

ファンの中心部にハンドル(つまみ)があるので**時計回りに回して**取り出します。



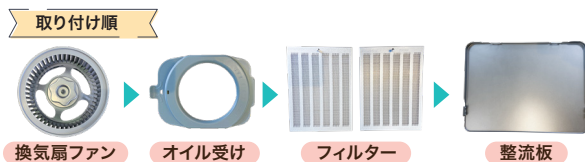
4 取り外したパーツを洗う

整流板、フィルター、オイル受けは中性洗剤で洗ってください。ファンは中性洗剤を溶かしたぬるま湯で漬け置き洗いしてください。



5 パーツを取り付ける

各部品が乾いているか確認した後、取り外した順番と**逆の順番**に取り付けます。



GOAL!

レンジフードメンテナンス

複雑でなかなかお手入れできない「レンジフード」。汚れの正体は油とホコリ!

放置すると頑固な汚れになってしまいます。

そこでお手入れ手順をまとめました。

こまめにお手入れをし、清潔なキッチンを保ちましょう!

※下記以外の製品をお使いの場合は、お手持ちの説明書を元にメンテナンスを行ってください。



vol.1の「熱交換器」メンテナンス動画はこちら!

ハウステック(TJMコーポレーション)製品をお使いの方はこちら

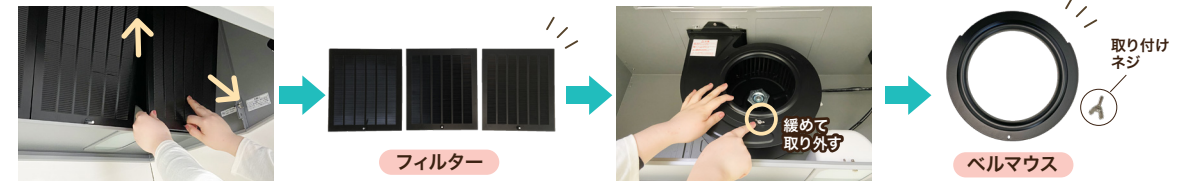
1 レンジフード本体のメンテナンス

中性洗剤液に浸した布で汚れを拭き取った後、洗剤が残らないように、水で湿らせた布でよく拭きあげてください。



2 フィルター、ベルマウスを取り外す

フィルターの取っ手をもち、1度上に押し込み、手前に引いて外します。ベルマウスの取り付けネジを緩めて取り外し、ベルマウス本体を下にスライドさせて外します。



3 換気扇のファンを取り外す

ファンを押さえ、ファン中心にあるつまみを「ゆるむ」の方向へ回して外した後、ファンを取り出します。

※ファン本体におもり(クリップ状の金具)が付いている場合があります。これは回転バランスを取るためのものです。外れないように注意してください。



4 取り外したパーツを洗う

取り外したパーツは**すべて中性洗剤を溶かしたぬるま湯に漬け置き洗い**した後、やわらかいスポンジで洗ってください。



5 パーツを取り付ける

各部品が乾いているか確認した後、取り外した順番と**逆の順番**に取り付けます。

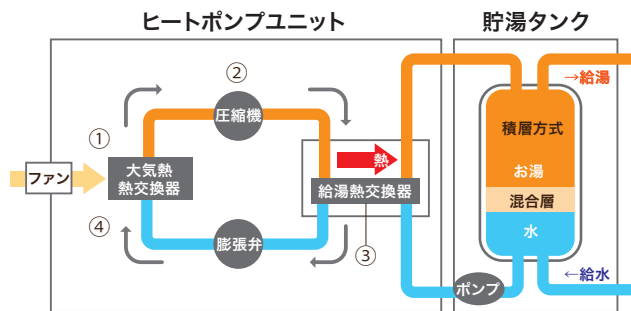


ファンの軸についているシャフトピンとファンがしっかりとまるように取り付けてください。

エコキュートの知識をアップデート!

新築で「エコキュートを初めて使う」という方もいらっしゃると思います。
エコキュートをお得に使用する為に、知っておきたい情報をまとめました!

そもそも…エコキュートの仕組みって?



- ①～④の作動を繰り返し、タンクにお湯を貯めます。
- ①大気中の熱を自然冷媒に集める
 - ②熱を吸収した自然冷媒を圧縮し、さらに高温にする
 - ③自然冷媒の熱を水と熱交換。ヒーターレスで最高約90°Cのお湯を沸きあげる。
 - ④熱を奪われた自然冷媒は、再び熱を集める

タンクで沸かしたお湯がそのままの温度で出てくるのではなく、タンク内に溜まった熱湯とタンクの水が混ざり、温度調整されて出る仕組みになっています。
季節によって設定温度を調整し、無駄がないように使用しましょう。

電気代高騰の今! エコキュートを効率よく使用するポイント

※あくまで参考ですので、各ご家庭の状況に応じてご使用ください。

01 機械に備わっている「節約・省エネモード」を使用!

お湯の使用量を機械が学習し、必要な分だけ沸き上げをしてくれます。
※省エネモードで湯切れを起こしている場合使用しない方が良いでしょう。

02 お風呂の温めは「高温足し湯」を行う!

- ×自動保温や追い焚き
…冷めてしまったお湯を循環し、タンクの熱で再び温めて使用することになります。
冷めたお湯を再度沸かすため、電気代がかかってしまいます。
- 高温足し湯
…冷めたお湯に貯湯タンク内の熱いお湯を足すことによって、浴槽の中で適温になります。
電力を沢山使わずに暖かいお風呂ができるため、節約につながります!

03 日中に湯切れを起こさない!

日中に湯切れを起こしてしまうと、電気代が高い日中に沸き増しすることになってしまいます。
前もってお湯を多く使うとわかっている場合、設定を変更して日中の沸き増しをなるべく行わないようにしましょう。

04 タンクの設定温度を季節に応じて変更!

夏場

大気中の熱が高いため、少ないエネルギー(電気)でお湯を作ることができます。沸き上げるお湯の温度を低く設定することで、冬に比べて電気代を抑えられる傾向があります。

冬場

大気中の熱が低いため、たくさんのエネルギー(電気)を使用し、お湯を作ります。沸き上げるお湯の温度を高く設定するため、夏に比べて電気代が高くなる傾向があります。

お知り合いを ご紹介して いただけ ませんか?

特典
たくさん!

現金
3,000円
進呈

ご紹介時

ご紹介者様
現金
5万円進呈

ご成約時

お施主様
(ご購入者様)
15万円相当の
金額お値引き

ご成約時

ご紹介
フォームは WEBから!!

アップデート ご紹介

update-groups.com/introduction/



UPDATE

株式会社アップデート

〒940-2106 新潟県長岡市古正寺3丁目116



たっぷりほうれん草の 和風クリームスープ

30分
(4人前)

OKUMURA'S
KITCHEN

食品ロスをちょっとでも減らすべく、
あれこれいろんな組み合わせを
考えてお料理するのが大好き♪
日々生まれるアイデア料理を
お届けします。



材料 (4人分)

ほうれん草……………1袋
冷凍コーン……………80g
新玉ねぎ……………200g
薄力粉……………大さじ2
白だし……………大さじ3
牛乳……………500cc
米油……………大さじ1



実際に作ってみました! //

しっかりクリームスープです!
新玉ねぎの甘さも感じられる優しい
味わいです。
オムライスにかけて、ホワイトソース
風にアレンジしても◎

作り方



1 ほうれん草は湯がいて水にさらして、
しっかり絞り、3cmくらいに切っておく。
玉ねぎは1cmくらいに切っておく。



2 鍋に、米油、コーン、玉ねぎを入れ、軽く炒める。
玉ねぎが半透明になりかかるくらいでOK!



3 薄力粉を入れ全体に絡める。



4 牛乳と白だしを加え、中火で時々混ぜながら煮る。
とろみがついてきたら、
混ぜながらさらに2分ほど煮て、
しっかり糊化させる。



5 ほうれん草を加えて
温まる程度に煮て完成!

レンジで簡単! さっぱり食べられる肉じゃが

30分
(4人前)

材料 (4人分)

ジャガイモ……………4個
ニンジン……………1/2本
牛こま切れ肉……………300g
ピーマン……………1個
☆キビ砂糖……………大さじ2
☆酢……………大さじ2
☆醤油……………大さじ2



作り方



1 牛肉を1~2cmに切って☆と
一緒に大きめの耐熱ボウ
ルへ入れ、よく混ぜる。



2 ①のボウルに1口角の拍子
木切りしたジャガイモと
斜め千切りの人参を入れて
よく混ぜる。



3 蓋を乗せて600wのレンジ
で10分加熱。



4 熱いうちに千切りのピーマ
ンを加えて、蓋をして
2~3分蒸らしたら
全体を混ぜて完成!

実際に作ってみました! //

レンジ調理なのにコクのある味わいで、
ご飯が進みます!
牛肉の臭みもなく食べやすい1品です。
ネギをかけても◎

切って和えるだけ!簡単おつまみ! きゅうりとトマトのニラだれ和え

10分
(2人前)

材料 (2人分)

きゅうり……………1本
ミニトマト……………6個
ニラ……………1本
☆キビ砂糖……………大さじ1
☆酢……………大さじ1
☆醤油……………大さじ1
☆ごま油……………大さじ1



作り方



1 ボウルに☆を入れ、
小口切りのニラを和える



2 斜め薄切りに切ったきゅ
うりと、半分にしたミニ
トマトを加える。



3 よく和えて完成!

実際に作ってみました! //

酸味のあるトマトでも食べやすいレシピ!
ご家庭で育てた夏野菜を調理するのもい
いですね。
夏にぴったり!さっぱりな1品です♪