

営業エリア拡大中!

 鳥取ガスグループ
www.tottorigas.co.jp  ガススマート

Special
Olympics
Nippon
Tottori



短期間のあいだある人にスポーツを!
私たちはスペシャルオリンピックスを応援しています!

 GAINARE
TOTTORI

ガイナレ鳥取を応援しています!

暮らしをもっとSmartにする情報誌

Smart Life

2017 07



【特集】GAS あんしん基本パック

【今月のレシピ】棒々鶏

快適キッチンで
キッチンには、工夫次第でもっと快適空間に。
料理を楽しく。

簡単お手入れや収納方法を覚えて、キッチンを中心に快適な空間へ

↑ 快適キッチン術 ↓



コンロのお手入れ術

コンロの日々のお手入れには、重曹がオススメ! スプレー容器に、水100mlに重曹小さじ1杯(5g)を入れ、よく振って溶かします。汚れにスプレーして、雑巾などでふき取ります。また、軽い部分汚れなら、中性洗剤を垂らし、ラップ数センチを手で丸めてこすってもOKです。



レンジフードのお手入れ術

レンジフードを分解してみると、内部の汚れは思ったよりひどいもの…。そんなときは、汚れにティッシュをあて、その上からスプレー洗剤を全体的に吹きつけ、泡が茶色くなって油汚れが浮き上がってくるまで約5分待ちます。その後、水洗いをすれば、がんこな汚れもすっきり楽に落とせます♪



鍋・フライパンの収納術

銅やフライパンを重ねると、出し入れするときに面倒。それに、テフロン加工が傷ついてしまうので、傷みやすいのです。収納するときは、仕切りを使って小さな棚を作る要領で積み上げる、またはブックスタンドなどで縦に並べていくのがお勧めです。また、フックを使ってぶら下げるのもいいですね♪



食器・カトラリーの収納術

食器は、1種類ごとに重ね置きをするのが、取り出しやすく便利です。

カトラリーは、種類別に藤かごに入れて収納し、食事のときには藤かごとテーブルにおいてしまえば、ちょっとおしゃれに楽しげです。また、大勢の来客時には、そこへ割り箸を追加して食卓に出せばOK♪



快適キッチンで料理を楽しく。

キッチンは、工夫次第でもっと快適空間に。



快適なキッチンへの近道は、調理スペースを広げること。実は、調理スペースの広さは、キッチンの快適さに直結しているんです。そんな快適な調理スペースを叶えるための収納の鉄則が2つあります。

1 使用頻度で収納場所を分ける
使用頻度の高いものを手の届くところに。あまり使わないものは戸棚などに収納してしましましょう。そうすることで、調理スペースを確保しつつ、ムダな動きを減らすことができますので、お料理が快適になります。

2 同じものを集める
同じ種類のをまとめて収納することで、どこに何があるのかがすぐわかるようになります。取り出しやすくなるだけでなく、統一感のある、見た目にスッキリした心地よい空間になります。

また、キッチンの快適さに欠かせないのがお掃除。最近はお手入れが楽な調理機器も増えています。ガラストップのガスコンロもその一つ。汚れが落ちやすいので、お手入れが格段に楽になります。

快適なキッチンで、家族みんなが笑顔になりますね。

showroom salute

10th Anniversary

サルーテ10周年記念セールを開催

ガスコンロやガス給湯器、システムキッチンなどを謝恩価格でご奉仕いたします!
(ガスコンロ/ガス給湯器/システムキッチン/システムバス/トイレ 他多数)

日時 7.8sat ▶ 9sun 9:00-17:00 会場 鳥取ガスグループショールーム salute
鳥取市片原5丁目503 TEL: ☎ 0570-04-8833

※詳しくは7月8日(土)の新聞折り込みをご覧ください。

あなたの生活にお得と安心をサポート

GAS あんしん 基本パック

いざという時にそなえ、快適生活にいつでも鳥取ガスグループの安心サポート。

月額 **300円** (税別) 新規でご加入のお客さま **3ヵ月無料**
旧サービスからのり換えのお客さま **6ヵ月無料**

「GASあんしん基本パック」とは

万が一ガス機器のトラブルに遭われた場合、充実したサポートが受けられる会員サービスです。さらに、火災やガス漏れ、不完全燃焼によるCOを検出する快適センサー付警報器と、ガス機器購入時のSmart Life ポイントの割増により、日々の安心生活とお得をサポートいたします。

<p>あんしん1</p> <p>安心をサポート 快適センサー付き 警報器※1</p>	<p>あんしん2</p> <p>36ヵ月 保証延長</p>	<p>あんしん3</p> <p>ガス機器の修理が 50%OFF※2</p>	<p>お得</p> <p>ガス機器の購入による Smart Lifeポイントが 2倍※3</p>
--	--	--	---

(※1)警報器の種類及び設置数量はガスの事業形態により異なります。(※2)部品代は別途必要となります。(※3)キャンペーン等により予め付与ポイントが固定されている場合を除きます。



月額 **300円** (税別) で手に入る

快適生活に 安心と を

安心・安全にそなえて 快適センサー付警報器

「火災」「ガス漏れ」「CO」に加え、「快適環境」を検知する安心・安全機能付き警報器です。「快適環境」検知とは、熱中症や乾燥を予防するため、温度と湿度を監視してお知らせをする機能です。また、台所への火災警報器の設置は、万が一のことを考慮し、取り付けをおすすめしています。

COSMOS
XW-7255
快適ウォッチ

火災 熱中症
ガス漏れ 乾燥
CO

保証延長	修理割引	購入にそなえて
<p>「メーカー保証」の拡大!鳥取ガスグループからお買い上げいただいたガス機器のメーカー保証期間を3年まで(※)延長いたします。標準的なメーカー保証期間(1年)と合わせれば故障確率の高い初期期間も安心してガス機器をご利用いただけます。</p> <p>※メーカー保証期間が1年を超える機器についても保証延長期間は3年となります。</p>	<p>「修理代金」の50%OFF!鳥取ガスグループで修理対応を行う場合の「出張料」「工料」を50%割引(※)いたします。利用回数は上限が無く、パック加入期間であれば何度でも割引の対象となるともおトクなサービスです。</p> <p>※交換部品は割引対象外となります。 ※メーカー修理となった場合は割引対象外となります。</p>	<p>ガス機器購入時のSmart Life ポイントが2倍!(※)GASあんしん基本パックのご加入者さまだけの、お得な特典です。鳥取ガスグループからガス機器をご購入される場合、またご購入のガス機器を長くご利用になる場合には、GASあんしん基本パックへのご加入をおすすめします。</p> <p>※キャンペーン等により予め付与ポイントが固定されている場合を除きます。</p>

▲GASあんしん基本パックのご注意事項をご確認ください。

本サービスは家庭用途でガスを利用されるお客さまが対象です。表記の金額は特に記載のある場合を除き全て「税別」です。本サービスの申込みをするときは、「GASあんしん基本パックサービス約款」に同意のうえ、当社所定の契約申込書を出していただきます。本サービスはサービスの提供を開始した日の属する月の初日から5年が経過する日をもって満了となります。本サービスの契約満了日までに解約の申出がなかった場合は、契約の満了日の翌日に契約を更新します。本サービスを満了した以外の事由により解除する場合は右記に規定する料金の支払いを要します。契約に係る解約金=契約満了日までの残月数×本サービス利用料

梅雨が明けると、暑い季節がやってきました。暑くなると心配なのが、毎年4万人以上が救急搬送されていると言われる「熱中症」。実は熱中症の原因は気温や直射日光だけでなく、湿度が高いと熱中症になるケースもあります。また、屋内でも、閉め切った部屋、風通しの悪い場所などで発生する場合も。そこでお勧めするのが「快適センサー付き警報器」。従来の火災ガス漏れ・CO検知機能に加え、室内が「熱中症」にかかりやすい温度・湿度であることお知らせしてくれる、安心・安全に快適も搭載した、全く新しい警報器です。鳥取ガスグループでは、快適センサー付き警報器を「GASあんしん基本パック」にご加入いただいたお客さまだけに貸出中。このサービス、それだけじゃありません。ご加入いただくと「修理代金の割引」や「メーカー保証の延長」など、万が一ガス機器のトラブルに遭われた場合に充実したサポートが受けられます。

この機会に月額300円でお得と安心と快適を手に入れてみませんか。



クッキングスタジオおへそ

お子さまの台所デビュー応援します!!
キッズクッキングクラブ ~はじめの一歩~

塩のちから

塩にはどんな力があるのかな? 台所にあるもので調べてみよう!

塩のかんたん実験 [低学年向け]

Menu | ・塩もみ野菜のサンドイッチ
・手作りアイス

7.23(日) 13:00~15:00

講師 竹中真理子 対象 小学生親子

参加費 親子で**1,500円** お申込みめ切日 **7.13(木)**

親子でCooking

●アレルギー等の確認の為、お子さまの保護者ご自身でお申込みください。

鳥取ガスグループ専属講師 / 竹中 真理子
管理栄養士 / 野菜ソムリエ
テーブルコーディネーター / エコクッキングナビゲーター



イベント予告 / サルーテ10周年記念イベント

親子でワクワクお菓子作り

サルーテの10周年を記念して、親子で楽しめるイベントを開催いたします。詳しくは館内チラシをご覧くださいか、スタッフまでお気軽にお問合せください。

7.8(土)
Menu | ・きらきらクッキー

7.9(日)
Menu | ・パイナップルケーキ

脱・マンネリレシピ宣言!! とっておきレッスン & とっておきサタデー

夏のカラダいたわりレシピ

Menu | ・夏野菜の重ね蒸し
・ゴーヤポトの肉詰め
・とうもろこしと枝豆のごはん
・ハトムギ入り美肌ぜんざい

7.13(木)・14(金)・19(水) & 15(土)
10:30~13:30

講師 竹中真理子 対象 食べること、作ること好き! 方

参加費 **1,500円** お申込みめ切日 **6.30(金)**

●各料理教室は予告なく変更になる場合があります。●ご応募多数の場合、抽選後日当選者のおみおガキを郵送します。●定員に空きがある場合は、め切日以降でもお受けしますので、お気軽にお問合せください。●お申込みは、1組3名さままでとさせていただきます。●ホームページからお申込みできます。(キッズクッキングクラブは除く) ●前日正午以降のキャンセルにはキャンセル料が発生します。

今月のレシピ 【料理:鳥取ガスグループ 竹中真理子】

棒棒鶏

鶏肉を茹でた残り汁は、味を整えて、スープなどに再利用。簡単にもう1品追加できます。

- 材料(4人分)
- 鶏むね肉・・・2枚
 - 酒・・・大さじ2
 - ねぎ(青い部分)・・・1本分
 - しょうが・・・1かけ
 - 鶏ガラスープ(顆粒)・・・小さじ2
 - 水・・・4カップ
 - きゅうり・・・2本
 - にんにく・・・1かけ
 - しょうが・・・1かけ
 - 白ねぎ・・・1/2本
 - 練りごま(白)・・・大さじ4
 - 砂糖・・・大さじ1・1/2
 - しょうゆ・・・大さじ3
 - 酢・・・大さじ2
 - 豆板醤・・・小さじ1
- 作り方
- 鶏肉の厚さを均等にし、塩(少々)でよくむ。
 - 鍋に鶏肉を入れ、水、酒、ねぎ、たきつぶしたしょうが、鶏ガラスープを加えて火にかける。
 - 沸騰してきたら弱火にして1分加熱する(タイマー機能を使えば便利!)コンロからおろし、そのまま冷ます。
 - きゅうりは4、5cmの棒状に切る。
 - たれを作る。にんにく、しょうがはすりおろし、白ねぎはみじん切りにする。ポウルにたれの材料を入れて混ぜる。
 - 鶏肉が冷めたら取り出し、手で細かく裂く。器にきゅうり、鶏肉を盛り、上からたれをかける。

スイーツ教室の講師募集中! 詳しくはお電話にてお問合せください。

鳥取ガスグループショールーム サルーテ 営業時間 9:00~17:00
鳥取市片原5丁目503 ☎0570-04-8833 | www.salute-withgas.jp

サルーテ イベント情報 7月のスケジュール

7.8(土)~9(日)
9:00~17:00(最終日は15:00まで)

染織工房悠々 ~暮らしの中で~ 服部麻知子作品展

鳥取県西部の小さな手織り工房です。テーブルランナー、ランチョンマット、コースターなどの小物から、照明、タペストリーなど、日々の暮らしの中で楽しんで頂ける物を制作しました。是非、お手に取ってご覧ください。

出展者 **服部麻知子** 場所 **モデルルーム**



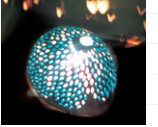
7.8(土)~9(日) 9:00~16:30 展示販売

さかえ焼き 灯り・花器・生け花展

シンプルなデザイン、手作りのぬくもりを感じられる作品づくりを心がけています。どうぞ「小さな幸せ」をみつけていらしててください。和の小物、和のパッチワーク、古着物で作った洋服などいろいろな展示しております。

出展者 **中田栄(さかえ焼き)**
西尾千枝子(生け花) 場所 **古民家**

※他多数出展者あり



7.14(金)~19(水)
9:00~17:00(最終日は15:00まで)

第26回 鳥取工芸の会展

生活を彩る用の美を追求して切磋琢磨する鳥取工芸の会の第26回の鳥取展です。会期中**ワークショップ**もあります。詳しくはサルーテまでお問い合わせ下さい。

出展者 **牛ノ戸焼 小林孝男**
波賀焼 植田禎彦
浦富焼 平田俊之
木工挽物 小林義實
仁人竹工房 齋江範人
型染 山口邦子

場所 **イベントホール**

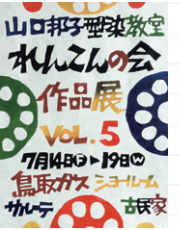


7.14(金)~19(水)
9:00~17:00(最終日は14:00まで)

第5回 山口邦子型染教室 れんこんの会作品展

サルーテでの二年に一度の作品展は、今年で5回目となりました。家族のために、友人のために、自分のために…。その時々を思いを、楽しい時間と共に制作した作品を会場いっぱい展示します。どうぞご覧ください。

出展者 **れんこんの会** 場所 **古民家**



STEP教室

夏のプリザーブドフラワーwork shop ビタミンカラーのお花でフレッシュトピアリー作り

7.5(水) 10:00~11:30 定員10人(要予約)

講師 petit lumiere(プチルミエール) **橋本朱里氏**

参加費 **3,500円(材料費込み)**

持ち物 **手拭き用ハンカチ** お申込みめ切日 **6.28(水)**

レモン色に淡いグリーンを基調とした爽やかな花材を使って人気のトピアリーを作ります。日持ちしない生花に代わって夏のインテリアにピッタリです!



遠州流 華道教室 | **7.6(木)・22(土) 10:00~** 参加費 1,000円+お花代1,000円/回
※ハサミをお持ちの方はご持参ください。

茶道教室 | **7.6(木)・22(土) 13:00~** 参加費 1,000円/回 [2時間程度]

全てのイベントは事前お申込みが必要です。詳細は店頭・ホームページ・お電話にてお問合せください。

棒々鶏

手作りだれをたっぷりかけた、夏の定番メニュー。

材料（4人分）

鶏むね肉……………2枚	にんにく……………1かけ
酒……………大さじ2	しょうが……………1かけ
ねぎ（青い部分）……………1本分	白ねぎ……………1/2本
しょうが……………1かけ	練りごま（白）……………大さじ4
鶏ガラスープ（顆粒）……………小さじ2	砂糖……………大さじ1・1/2
水……………4カップ	しょうゆ……………大さじ3
きゅうり……………2本	酢……………大さじ2
	豆板醤……………小さじ1

〔たれ〕

つくり方

- 1 鶏肉の厚さを均等にし、塩（少々）でよくもむ。
- 2 鍋に鶏肉を入れ、水、酒、ねぎ、たたきつぶしたしょうが、鶏ガラスープを加えて火にかける。
- 3 沸騰してきたら弱火にして1分加熱する（タイマー機能を使えば便利!）コンロからおろし、そのまま冷ます。
- 4 きゅうりは4、5cmの棒状に切る。
- 5 たれを作る。にんにく、しょうがはすりおろし、白ねぎはみじん切りにする。ボウルにたれの材料を入れて混ぜる。
- 6 鶏肉が冷めたら取り出し、手で細かく裂く。器にきゅうり、鶏肉を盛り、上からたれをかける。



鶏肉を茹でた残り汁は、味を整えて、スープなどに再利用。簡単にもう1品追加できます。



3 コンロのタイマー機能を使うと便利です。鶏むね肉は余熱で火を通すことで、パサつき感が軽減します。

キュウリ

スーパーで、年中目にするキュウリ。実はその驚異的な効能に、今、注目が集まっているんです!



損なわれがちなビタミンを補給!

キュウリには、ビタミンB、Cなど、1日に必要とするビタミンのほとんどが含まれています。皮ごとのキュウリとニンジン、ほうれんそうをミキサーでジュースにすると、栄養価満点です!

美容にも効果バツグン!

キュウリには、お肌のミネラル補給に必要な、カリウム・マグネシウム・シリコンなどが含まれています。それに加えて、「シリカ」という成分が髪や爪に光沢をもたらすし、補強もしてくれるのだそう。また、腫れたまぶたの上に、冷やし

たキュウリスライスを一切れ乗せておくと、腫れがすっと治まるのだとか。腫れほつたいときの応急処置にぜひ試してみたいですね!

生活習慣病まで予防してくれる!

コレステロール値を減らすステロールが含まれるキュウリ。それに加えて、食物繊維やカリウム、マグネシウムが血圧をコントロールしてくれるのだそう。また、キュウリの水分には毒素排出効果があり、食べるのを習慣化すると腎臓結石を溶かすほどの効果があるのだとか。

保存方法

急激な温度変化、特に低温には弱く、冷やし過ぎるとビタミンCが壊れてしまうので、ラップやビニール袋に入れて、冷蔵庫の野菜室に立てておけば、4、5日は保存可能。
寒い冬場は冷蔵庫で保存せず、風通しの良い冷暗所で保管するのがベストです!

showroom salute

10th
Anniversary

サルーテ10周年記念特別イベントを開催

＜サルーテマルシェ・料理体験・お菓子や日用品の詰め放題 他＞

日時

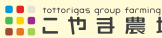
7.8sat ▶ 9sun 9:00-17:00

会場

鳥取ガスグループショールーム salute
鳥取市片原5丁目503 TEL: ☎ 0570-04-8833

『鳥取すいそ学びうむ』見学会、水素自動車試乗会も同時開催

※詳しくは7月8日(土)の新聞折込みをご覧ください。イベント内容は予告なく変更になる場合がございます。予めご了承ください。



2017年7月 スケジュール

こやま農場 NEWS

あなたの街におじゃまします!

今月の出店情報

サルーテ10周年記念マルシェ

鳥取市内の色々なお店を集めて、
いつもより特別なマルシェを開催します。

日時 7.8(土)・9(日) 9:00～17:00

場所 salute敷地内



商品 情報



土から、手づくり。 心込め、菜づくり。

こやま農場によって、一つ一つ種から育てられ、今朝、摘み取ったばかりの鳥取のベビーリーフ。そのままサラダとして、さまざまな料理の彩りとしてお召し上がりいただけます。



自家製堆肥と自家製肥料のみで育てているので
香りが強く、栄養が豊富なのが特長です。

1パック 2～3人分 定価 200円 税込

鳥取ガスグループ「こやま農場」でお買い求めいただけます。

農園 情報



こやま農場貸農園START!!

こやま農場貸農園は、地域の皆さまとのコミュニケーションを図る場として、野菜作りを通して自然と触れ合える場として、ご提供しております。持続可能な社会の為に、食や環境について共に考えていく事の出来る場となるよう利用者向けの勉強会、ワークショップ、季節毎のイベント開催なども計画しております。

運営費(管理指導付き)

利用料(1坪毎)

800円/月 税込

700円/月 税込

【例:2坪利用の場合】月額2,200円(運営費800円+利用料700円×2坪)
※1坪:3㎡ ※ご利用開始月の利用料は、日割算出させていただきます。

●農具無料貸し出し ●支柱、防虫ネット、麻ひもなどの必要資材の無料貸し出し ●各種イベントへの優先案内 ●自家製ボカシ肥料:一坪利用につき2kg付き ●自家製堆肥:ご利用合計農地につき基礎必要分付き

鳥取ガスグループの
農業に関するお問合せ先

TEL 0857-32-8813(直) 受付時間 平日のみ9:00～17:00
http://torigas-farming.jp/



鳥取ガス農業

検索