

営業エリア拡大中!

 鳥取ガスグループ
www.tottorigas.co.jp ガスマート

Special
Olympics
Nippon
Tottori



 GAINARE
TOTTORI

短期滞在の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!

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

2018 01

今年の

ガスファンヒーターで

わが家は

あったか生活始めませんか。

寒さ知らず

【特集】

とりガス電気新規お申込み受付中

【今月のレシピ】

チーズのせ大根と豚肉の照り煮



↑ 快適・安心! ガスファンヒーター ↓

急速
Speedy

スイッチONからわずか5秒で
ぽかぽか温風。



たった5秒でパワフルな温風が
出て、お部屋をすみずみまで暖
めてくれます。寒い冬でも、みん
な笑顔になれますね♪

快適
Comfortable

点火時、消火時の
イヤなニオイが気にならない。



ガスファンヒーターなら、エアコ
ンや灯油特有のイヤなニオイ
がありません♪いつでも快適
にすごせます♪

簡単
Easy

ガスだから、燃料補給の
手間がかからない。



使用するときの燃料補給は、
ガスコードをつなぐだけ!燃料
切れの心配も燃料補給の必
要もないのが嬉しいですね♪

簡単
Easy

持ち運びがラクラク、
コンパクト&軽量設計。



燃料タンクがないので、とても
スリムで軽く、女性ひとりでも持
ち運びがカンタン♪お掃除のと
きもラクに移動できます。

安心
Safety



セーフティ機能で、万が一への気配り。

もし、ガスファンヒーターが転倒したら、ガスを止めて運転をストップ。また、万が一、ガスコードが外れても、自動的にガスをストップするので、ガス漏れの心配もありません。もちろん、お子さまのイタズラ防止のロック機能もついているので、どんなご家庭でも安心です♪

Fresh あったか暖房SALE



Rinnai
RCDH-T3501E

限定
10台

【メーカー希望小売価格】67,716円
Fresh特別価格
43% OFF **38,800円** 税込

NORITZ
GFH-4004D-RZ, PT, G3

~オリブ
~プラチナ
~ルージュ

【メーカー希望小売価格】80,244円
Fresh特別価格
50% OFF **39,800円** 税込

NORITZ
GFH-58025-W5

【メーカー希望小売価格】92,664円
Fresh特別価格
55% OFF **41,800円** 税込

Rinnai
RC-T5801ACP

PM2.5
対応

【メーカー希望小売価格】107,784円
Fresh特別価格
45% OFF **59,800円** 税込

お問合せ先 鳥取ガスグループコールセンター ☎0120-50-8844 平日・休日問わず 9:00~19:00



今年の
我が家は
寒さ知らず。

あったか生活始めませんか。
ガスファンヒーターで

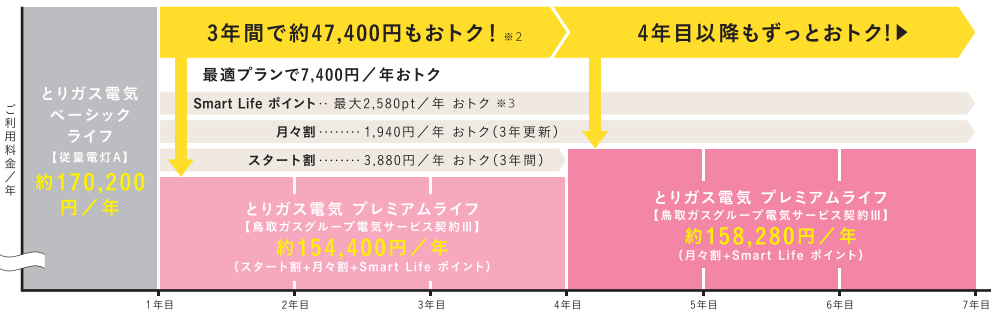
寒い日が続くこの時期。外から帰ったら1秒でも早く温まりたいと思いませんか。でも、実際はコートも脱げず、部屋が暖まるまでじっと待つ。そんな、聞くだけで寒くなるような日々をお過ごしではないでしょうか？
そこで、今回ご紹介するのが『ガスファンヒーター』。
ガスファンヒーターなら、どんなに寒い日でも、たった5秒でパワフルな温風が吹き出します。だから、スイッチを入れてコート脱いでいる間にもう温かい風がお部屋を包んでくれます。しかも、ガスコードをつなげるだけで使用できるから、燃料切れの心配や、燃料補給の手間がかりません。さらに、燃料タンクがないのでスリムで軽量設計。女性でも軽々持ち上げられ、お掃除のときもラクに移動できます。
もちろん、小さなお子さまがいるご家庭でも安心してお使いいただける「安心・安全機能」もばっちり付いています。
新しい年は、ガスファンヒーターとともに、心も身体も暖かく過ごしてみませんか。

⚡ 5つの選べるプラン ⚡

<p>とりガス電気 ベーシックライフ 【従量電灯A】</p> <p>ご家庭で最も広く普及している料金プランです。 「昼間は家が多い」「時間を気にせず電気を使いたい」。そんなお客さまにおすすめ。</p>	<p>※オススメプラン! Standard</p> <p>とりガス電気 スタンダードライフ 【鳥取ガスグループ電気サービス契約II】</p> <p>あまり電気を使わないから安くしたい!そんなご家庭におすすめ。 ベーシックライフよりも、1年間で電気料金が約1,300円おトク!</p>	<p>※オススメプラン! Premium</p> <p>とりガス電気 プレミアムライフ 【鳥取ガスグループ電気サービス契約III】</p> <p>昼間も電気をたくさん使うお客さまにおすすめ! ご家族が多いご家庭や、昼間は家が多いお客さまにおすすめ。</p>	<p>とりガス電気 セレクトライフ 【鳥取ガスグループ電気サービス契約IV】</p> <p>夜間・休日に電気をたくさん使うお客さまにおすすめ! 夜間・休日にご利用いただくほど電気料金がおトクになるプラン!</p>	<p>とりガス電気 電化セレクトライフ 【鳥取ガスグループ電気サービス契約V】</p> <p>蓄熱式電気温水器をご利用されているお客さまにおすすめ! 電気給湯器等をご利用量が比較的多いお客さまにおすすめです。</p>
---	---	--	---	---

＼ 割引プランでさらにおトク! /

<p>スタート割</p> <p>新規利用+3年間ご利用で月々がおトク!</p> <p>300円/月おトク ※1</p>	<p>月々割</p> <p>対象プランを3年契約で月々さらにおトク!</p> <p>150円/月おトク ※1</p>
---	--



※1 とりガス電気 ベーシックライフは各種割引プランの対象外です。 ※2 <試算条件>年間電力使用量:6,433kWhにて試算(資源エネルギー庁HPより(世帯あたり電気使用量)(16/8))、燃料費調整額・再生可能エネルギー発電促進賦課金含まず。 ※3 電気サービスはSmart Life会員サービスの「基本ポイント」「ボーナスポイント」の対象外です。電気サービスの「基本ポイント」「ボーナスポイント」対象化は2018年度を予定しております。ポイント例は、電気・ガス・通信サービスをご利用のお客さまを想定しております。

＼ まずは、簡単料金シミュレーション /

かんたん! 料金シミュレーション

あなたにピッタリの料金プランをWEBで診断します。



<https://www.tottorigas.co.jp/torigase-sim/> スマートフォンの方はQRコードから簡単アクセス▲

とりガス電気 インフォメーションセンター ☎0120-50-8820 平日・休日問わず10:00~20:00

インターネットによるお申込みはこちら www.tottorigas.co.jp とりガス電気 検索



全開。
私らしさ、

新規
お申込み
受付中

選べるプランですっとおトクな電気サービス

とりガス電気

寒い時期にどうしても気になるのが月々の電気代。寒いけど電気代が心配だから暖房をつけられない、夜しか家がないのに、暖房を使うとすぐ電気代が高くなる、など悩みがあるのではないだろうか。

そこで、今回ご紹介するのが鳥取ガスグループの電気サービス「とりガス電気」。生活のパートナーや、電気の使い方は人それぞれ。だから「とりガス電気」は、皆さまのライフスタイルに合わせて、最適なプランをご選択いただけるよう、5つの料金プランをご用意しました。「あまり電気を使わないから安くしたい」「昼間に電気を使うことが多い」「昼間はあまり家にいないけど、夜間・休日に電気をたくさん使う」など、あなたのライフスタイルに合わせて、最適なプランをご選択いただけるようになっています。

鳥取ガスグループのホームページには、あなたにぴったりの料金プランを診断できる「かんたん!料金シミュレーション」をご用意しています。ご検討中の方は一度シミュレーションしてみたいかがでしょうか。



おへそ キッキングスタジオおへそ 2018年1月 スケジュール

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~

青魚をたべましょう

Menu

- ・さばのみそ煮
- ・とうふと白ねぎのみそ汁
- ・ほうれん草のごまあえ

1.13(土) 10:00~13:00

講師 竹中真理子 対象 5才~小学生
参加費 800円 お申込みメ切り 12.26(火)

今回は子どもたちだけで料理します。必ず保護者の方の付添いが必要です。
●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。

フラワー&ベーカリーHaRu x サルーテコラボ企画
HaRuいろ おやつ教室

素朴でカラダに優しい焼き菓子の教室です。ちょっとしたプロのコツが学べますよ!毎回キュートなラッピングで持ち帰りができます。

ブルドネージュ (20個程度)

雪のように真っ白で、口の中でほろほろと溶けるクッキーです。

1.21(日) 10:00~12:30

講師 フラワー&ベーカリーHaRu 児嶋良典氏
参加費 2,000円(ラッピング付)
お申込みメ切り 1.8(月)

●当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、抽選後日当選者のみおハガキを郵送します。●定員に空きがある場合は、メ切り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名様までとさせていただきます。●ホームページからもお申込みできます。(キッズクッキングクラブは除く)●2日前~当日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】



チーズのせ大根と豚肉の照り煮

材料(4人分)

- 大根 1/2本
- 豚バラ肉 200g
- とろけるチーズ 8枚
- 酒 小さじ1
- しょうゆ 小さじ1
- しょうゆ 大さじ2
- みりん 大さじ4
- 酒 大さじ4
- サラダ油 大さじ1
- 万能ねぎ 適量

つくり方

- 大根は皮をむいて2cmの輪切りにする。面取りし、かくし包丁を入れて柔らかくなるまで下ゆです。豚肉に[A]をからめて下味をつける。
- フライパンにサラダ油を入れて熱し、大根をこんがり焼く。
- フライパンの隙間に豚肉を入れて炒める。豚肉に火が通ったら[B]を入れ、照りが出るまで煮からめる。
- グリルプレートに大根を並べ、チーズをのせてグリルに入れる。(上下強火5分)
- 器に盛り付け、小口切りしたねぎを散らす。



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
テラブルコーディネーター / エコ・クッキングナビゲーター



一人で一から作るパン教室。略して「ひといちパンクラブ」。

レーズンとチョコのちぎりパン

レーズンとチョコの生地になっぴりのバターシュガーをのせた甘いパンです。

1.28(日)・29(月) 10:00~12:30

講師 石田優花 対象 パン作りに興味のある方
参加費 2,000円 お申込みメ切り 1.14(日)

お一人で「計量」から「焼き上げ」まで仕上げていただく、手ごねスタイルのレッスンです。初心者でも安心!!

贈・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

絶対手作り!冬の餃子パーティ

Menu

- ・ヘルシーベジ餃子
- ・ねぎ鶏
- ・白菜のとろとろミルク煮
- ・マンゴープリン

1.18(木)・19(金)・24(水) & 20(土) 10:30~13:30

講師 竹中真理子 対象 食を食べること、作ることに好き!な方
参加費 1,500円 お申込みメ切り 1.8(月)

サルーテ イベント情報

1月のスケジュール



ぽかぽかめくめく体感day

1.20(土) 9:00~17:00

サルーテでは館内の各ゾーンで、1日限定の体感イベントを開催します。
冬将軍に負けないように、スポーツチャンバラで体を動かし、
温かい食べ物で体の芯から温まり、みんなで寒い冬を乗り越えましょう!!



この日限定

とりガス電気 当日、電気料金のシミュレーションをしていただいた方に**紅白餅プレゼント!** 限定30個
プレゼントキャンペーン さらに、とりガス電気のご契約をされた方には**ティッシュ1セットプレゼント!**

エネルギーゾーン

ガスファンヒーター・衣類乾燥機・浴室暖房乾燥機
売りつくし大特価!!

ガスコンロを使った簡単レシピをご紹介します!
コン活COOK!! 料理実演/試食・レシピ有
11:00~13:00
メニュー ・ヤニニヨムチキン ・生姜のカップケーキ

カフェ

1日限りの特別メニュー

豚汁としょうがご飯セット
50食限定 ¥200

甘酒..... ¥150
ココア..... ¥150
おしるこ..... ¥200

その他にもほかほか温まるメニューをご用意しています。

古民家ゾーン

日用品がおトク!数量限定ですでお早めに!
福袋(20個限定) ¥500

ガストーブ・ガスファンヒーター
体感ゾーン

イベントホール

スポーツチャンバラで
体を温めよう!

10:00~12:00 / 13:00~15:00(随時)

安全な道具を使い、誰でも楽しめる「スポーツチャンバラ」。(公社)日本スポーツチャンバラ協会のインストラクターと一緒に、楽しみながら体を温めませんか。
参加費 無料
※動きやすい服装と靴でご参加ください
(先着30名様に手ぬぐいプレゼント)

カフェでゆったり時間過ごしませんか? サルーテカフェ

12.22(金)・23(土)限定

ひと足早いクリスマスイベント

2日間だけのスイーツバイキング☆

約20種類のデザートの中から
好きなものをチョイス。ドリンク飲み放題!!

時間 14:00~16:00 [60分時間制限] 金額 1,250円
(①14:00~15:00 ②15:00~16:00) ※両日ともランチは13:00までとなります。
予約優先(12月1日申込み開始)

NEW

毎週火曜日は
ワンコインランチの日

チョコレートダッチペイビー
■ドリンク付 650円
ほろ苦いココア生地に焼き上げた。パナラアイスとチョコソース、ベリーのトッピングで贅沢な大人のダッチペイビーです。(ランチタイム除く)

日替わりランチ 2種 600円
■コーヒー付 +200円

場所 ショールームサルーテ 2F 営業時間 9:00~16:30(L.O.16:00) [Lunch]11:30~14:00 定休日 日曜・祝日
※グループ20名様までのご予約も承ります。(ご予算、内容に応じてお伺いします) ※お得な10枚綴り・3000円のドリンクチケットも発売中!

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。

regular events in salute

遠州流

華道教室 | 1.11(木)・27(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 | 1.11(木)・27(土) 13:00~ 参加費 1,000円/回 [2時間程度]

年末年始の休館日のお知らせ > 12.27(水)~1.7(日)は休館させていただきます

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

勝風小学校 ● 至 市役所
● 鳥取西中学校 ● salute

チーズのせ大根と豚肉の照り煮

材料（4人分）

大根	1/2本
豚バラ肉	200g
とろけるチーズ	8枚
[A] 酒	小さじ1
しょうゆ	小さじ1
[B] しょうゆ	大きじ2
みりん	大きじ4
酒	大きじ4
サラダ油	大きじ1
万能ねぎ	適量

作り方

- 1 大根は皮をむいて2cmの輪切りにする。面取りし、かくし包丁を入れて柔らかくなるまで下ゆでする。豚肉に【A】をからめて下味をつける。
- 2 フライパンにサラダ油を入れて熱し、大根をこんがり焼く。
- 3 フライパンの隙間に豚肉を入れて炒める。豚肉に火が通ったら【B】を入れ、照りが出るまで煮からめる。
- 4 グリルプレートに大根を並べ、チーズをのせてグリルに入れる。（上下強火5分）
- 5 器に盛り付け、小口切りしたねぎを散らす。



大根

いわずと知れた冬野菜の代名詞。ちよっとした豆知識で、いつもの大根をさらにおいしく食しませんか？



皮と葉っぱは捨てないで！

大根はビタミンCが豊富。しかも皮には中心部の約2倍の量が含まれているので、できるだけ皮ごと食べるのがオススメです。

そして、実は、葉っぱには根よりも多くのビタミンCが含まれています。また、根には含まれていないビタミンAも。その他、ビタミンB1、ビタミンB2、カルシウム、ナトリウムなど、豊富な栄養を含んでいるので、葉つきの大根を見つけたら、即買い必至です！

毛穴レスの美肌がおいしい証

ひげ根の数が少なく、表面がつるりと滑らかなものがおいしいサイン。葉つきのものなら、葉っぱの緑色の濃さも鮮度の証です。

保存するときは、葉付きのままだと、葉に栄養分をとられてしまうので、葉は切ってくださいね。そのうえで、乾燥しないよう新聞紙などに包んで、冷蔵庫で立てて保存すれば、1〜2週間ほどもちます。

覚えておいて損はなし！大根のおろし方

大根は、おろし方によって味が変わるの、料理や好みに応じておろし分けるといいですね。

辛みをにぎしいる

先端部分をおろし金に対して一直線におろします。力強くおろすことで細胞がより細かく破壊され、辛味成分が活性化されます。

甘みをにぎしいる

辛味がでるのを防ぐため、葉に近い根本部分を使い、おろし金に垂直に立てて、優しく円を描くようにおろす。



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

野菜を作りたいけど…土地も知識もないという方へ
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また、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をしております。

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●自家製ポカシ肥料: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肥必要分付き

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

ガスとセットでおトクな高速インターネット

とりガス光

新規
お申込み
受付中

ガスサービスとセットで 毎年最大 **18,240円おトク!**

一戸建てに
お住いの方

「2年割」と「エネ割」に同時加入いただくと
W割 月額 **4,980円** (税別)
プロバイダ料込み

【標準料金】月額6,500円

集合住宅に
お住いの方

「2年割」と「エネ割」に同時加入いただくと
W割 月額 **3,980円** (税別)
プロバイダ料込み

【標準料金】月額4,800円

お問合せ先

サービスのお申込みはこちら とりガス光インフォメーションセンター ☎ **0120-50-8833** 平日・休日問わず 10:00~20:00

インターネットによるお申込み・お問合せはこちら www.tottorigas.co.jp とりガス光 検索