

暮らしをもっとSmartにする情報誌

Smart Life

2016 09

食欲を

満たす

ガスコンロを見直して

秋へ!

【特集】
GAS あんしん基本パック
【今月のレシピ】
きのこのグリルサラダ



料理するのが楽になる機能が充実 コンロの便利機能

便利 1 グリル

今や、グリルは魚を焼くためだけのものではないんです。食パンからローストビーフまで、いろいろなものの加熱が可能。グリル用鍋を使えば、肉じゃがやポトフなどの煮込み料理もスイッチ一つでできちゃうんですよ！



便利 2 炊飯機能

炊飯機能付きのコンロなら、ボタンひとつで、火加減の調整から蒸らしまですべて自動で行い、しかも電気炊飯器より短時間でできちゃいます。直火で炊けば、新米のおいしさも倍増です！



便利 3 温度調節機能

料理で一番大切なことは、火加減＝温度管理。揚げ物も焼き物も煮物も、一定の温度を保つことに神経を使いますよね。でも、「温度調節機能」を使えば、火加減を自動で調節し、温度を一定に保ってくれるからとっても便利。もう火加減で失敗することはありません！



便利 4 レンジフード連動

点火すると、レンジフードが自動的にON、消火すると3分後にOFFになり、換気が停止する便利な機能がついたコンロがあります。換気ファンのつけ忘れ、消し忘れを解消できて、手間いらずです！



さらに 汚れをさっとひと拭き 簡単お手入れ

最近のガスコンロは、ゴトクをはずせば凹凸がないフラットなトッププレート。汚れがつきにくく、サッと拭きとるだけできれいになるので、お掃除も簡単です。



便利なガスコンロがおトク！

CHANGE

あんしんキッチンSALE

2016年9月30日(金)まで

<p>テーブルコンロ</p> <p>Paloma PA-91WCK/V/R</p> <p>【メーカー希望小売価格】91,584円 Change特別価格 71,400円※</p>	<p>テーブルコンロ</p> <p>Rinnai RTS65AWK1R-A/14R-C/3R-W</p> <p>【メーカー希望小売価格】196,984円 Change特別価格 75,600円※</p>	<p>ビルトインコンロ 75cm</p> <p>Rinnai RHS71W17G25R-STW</p> <p>【メーカー希望小売価格】232,200円 Change特別価格 162,500円※</p>	<p>ビルトインコンロ 75cm</p> <p>NORITZ N3S02PWAS4BREC</p> <p>【メーカー希望小売価格】311,580円 Change特別価格 218,100円※</p>
--	--	--	--

お問合せ先 スマートライフコール ☎ 0120-50-8844 平日・休日問わず9:00~19:00

セールの詳細はホームページまたはスタッフまで

巻頭特集 ガスコンロを見直して
食欲を満たす秋へ！

実りの秋がやってきました。新米が店頭に並び、食欲をそそる食材が充実するこの季節。料理にも腕をふるいたくありませんよね。

最新のコンロはいつも以上に料理を楽に、おいしくしてくれる機能が充実しているんですよ。そんな、料理をグレードアップしてくれる機能をご紹介します！



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 **6ヵ月無料**

旧サービスから
のり換えのお客さま **12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を検知する3センサー警報器の設置と、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。

あんしん1

ガス機器の修理が
50%OFF ※1

あんしん2

36ヵ月
保証延長

あんしん3

安心をサポート
警報器の
設置 ※2

+

お得

ガス機器の購入による
Smart Lifeポイントが
2倍 ※3

(※1) 部品代は別途必要となります。(※2) 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。(※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。

故障にそなえて

修理割引

「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。利用回数の上限が無く、パック加入期間であれば何度でも割引の対象となります。*

※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。

故障にそなえて

保証延長

「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。

※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。

安心・安全にそなえて

警報器の設置

都市ガス地区を対象とした、1台で「火災」「ガス漏れ」「CO」を検知できる安心の3センサー警報器です。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。

購入にそなえて

ポイント2倍

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。

※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。

▲ 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提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

生活に お得と 安心を。

月額
300円 (税別)
で手に入る



世の中に出回っている製品のほとんどに、経年劣化というものがあります。もちろんガス機器も例外ではありません。突然故障をすることだってあるでしょう。もしかしら、今日晩御飯の準備をしている最中にその時が来るかもしれません。そんな、何時起こるかわからないトラブルに備えるのは、とても大事なことです。

そこでご紹介するのが、鳥取ガスグループが提供する安心サポート「GASあんしん基本パック」。万が一ガス機器のトラブルに遭われた場合に「修理代金の割引」や「メーカー保証の延長」など、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、加入されたお客さまには、火災やガス漏れを検知する警報器を設置し、日々の安心生活をサポートいたします。

また、ガス機器購入時にスマーライフポイントが2倍になるお得な特典もついています。この機会に月額300円で、おトクと安心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~



いわしの手開きに挑戦!

- Menu
- いわしのピザ風焼き
 - キャベツと油あげのおみそ汁
 - ごはん

9.10(土) 10:00~13:00

講師 竹中真理子 対象 5才~小学校3年生
参加費 800円 お申込みメー割日 8.31(水)

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。

●託児あり:有料(1人につき500円)必ず事前にお申込みください。
●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 / ジュニア野菜ソムリエ
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



ひとり いち
一人ですべて作るパン教室。略して「ひといちパンクラブ」。

ーパンクラブ



ダッチブレッド

トラ模様のパン、別名「タイガーブレッド」。中にはとろ〜りチーズが入っています。

9.19(月・祝)・20(火)
10:00~13:00

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 お申込みメー割日 9.5(月)

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!!



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



めざせ!秋の潤い美人

- Menu
- 本格中華ちまき
 - 秋刀魚とごぼうの利休煮
 - れんこんの豆乳スープ
 - 梨と白きくらげのシロップ煮

9.14(水)・15(木)・16(金) & 17(土)

10:30~13:30

講師 竹中真理子 対象 食べる、作る、好き!な方
参加費 1,500円 お申込みメー割日 9.1(木)

●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、抽選し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、メー割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】

きのこのグリルサラダ



材料(4人分)

- きのこ 300g
- しめじ、しいたけ、エリンギ、マッシュルームなど
- ベーコン 30g
- ペペーリーフ 適量
- ミニトマト 4、5こ
- くるみ(ロースト) 20g
- オリーブ油 大さじ2
- バター 10g
- しょうゆ 小さじ1
- レモン汁 少量
- 黒こしょう 少々



グリルで調理をするときは、設定した時間で自動消火してくれる【グリルタイマー】を使うと便利です。



きのこの汚れは、柔らかい布で拭き取ると、香りを損なわず、美味しくできあがります。

つくり方

- きのこはそれぞれ食べやすい大きさに切る。
- ベーコンは1cm幅に切り、くるみは手で細かくする。ミニトマトは輪切りにする。
- きのこ、ベーコンをボールに入れ、オリーブ油を全体にまぶしておく。
- グリルの焼き網の大きさに合わせて切ったアルミ箔の上に③をを広げ、バターを所々に散らす。もう1枚のアルミ箔でフタをし、周りを巻き込んでしっかり閉じる。
- グリルの焼き網にのせ、8分加熱する。(両面焼上り強火)
- ボールに取り出し、しょうゆ、レモン汁で和える。
- 器にペペーリーフをしき、⑥を盛る。くるみ、ミニトマトをトッピングし、黒こしょうを散らす。

サルーテ イベント情報

9月のスケジュール

9.9(金)~11(日) 10:00~17:00 (最終日は16:00まで)

古布の肌触りの良さ、季節感、すてきな布達との出逢い。

青人草 ~おはり箱・2016秋~



手作りの大好きな仲間が、おはり箱を手に集まりました。

作品 古布・着物地・洋服地のリメイクや洋服
内容 カバン・和小物・ミニ着物・パッチワークなど
場所 古民家

展示販売

9.14(水)~19(月・祝) 9:00~17:00 (最終日は16:00まで)

第25回鳥取工芸の会

サルーテでの展示会も4回となりました。暮らしに寄り添う手仕事をどうぞこの機会に...



出展者 牛ノ戸焼 小林孝男 波賀焼 植田禎彦
型染 山口邦子 仁人竹工房 齋江範人
浦富焼 平田俊之 木工挽物 小林義貴
場所 イベントホール

展示販売

今年も陶芸・ガラス・型染・竹工・織りのワークショップを開催します。

ワークショップ 「ご予約先着順」午前の部 10:00~ / 午後の部 14:00~

場所 イベントホール前の通路

14(水) 陶芸	15(木) ガラス	16(金) 型染	17(土) 陶芸	18(日) 竹工	19(月・祝) 織り
植田禎彦 タタラ作りによる皿と小鉢3点	北里由利 ガラスフュージョンによるペンダント、または箸置き	山口邦子 ミニタオルハンカチを型染め	植田禎彦 タタラ作りによる皿と小鉢3点	齋江範人 六つ目小かご	服部麻知子 段ボールで作った織り機でコースター2枚
参加費 1,500円 定員 各10名	参加費 2,000円 定員 各6名	参加費 1,200円 定員 各10名	参加費 1,500円 定員 各10名	参加費 2,000円 定員 各5名	参加費 1,000円 定員 各5名



遠州流 華道教室 | 9/15(木)・24(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 | 9/15(木)・24(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。



材料（4人分）

きのこ …………… 300g	くるみ（ロースト） …… 20g
しめじ、しいたけ、エリンギ、マッシュルームなど	オリーブ油 …………… 大さじ2
ベーコン …………… 30g	バター …………… 10g
ベビーリーフ …………… 適量	しょうゆ …………… 小さじ1
ミニトマト …………… 4、5こ	レモン汁 …………… 少量
	黒こしょう …………… 少々

つくり方

- きのこはそれぞれ食べやすい大きさに切る。
- ベーコンは1cm幅に切り、くるみは手で細かくする。ミニトマトは輪切りにする。
- きのこことベーコンをボウルに入れ、オリーブ油を全体にまぶしておく。
- グリルの焼き網の大きさに合わせて切ったアルミ箔の上に③を広げ、バターを所々に散らす。もう1枚のアルミ箔でフタをし、周りを巻き込んでしっかり閉じる。
- グリルの焼き網にのせ、8分加熱する。（両面焼上下強火）
- ボウルに取り出し、しょうゆ、レモン汁で和える。
- 器にベビーリーフをしき、⑥を盛る。くるみ、ミニトマトをトッピングし、黒こしょうを散らす。

きのこのグリルサラダ

いろいろなきのこを使って、秋の香りを食卓に。



きのこの汚れは、柔らかい布で拭き取ると、香りを損なわず、美味しくできあがります。



グリルで調理をするときは、設定した時間で自動消火してくれる【グリルタイマー】を使うと便利です。

しいたけ

しいたけの効用

しいたけには不溶性食物繊維が多く含まれており、腸の動きを活発にし、便秘予防や改善に効果があるとされています。さらに、ダイオキシンや水銀など、身体に有害な物質を吸着する性質があり、便と一緒に体外に排出してくれる効果もあるんです。

しいたけの軸は捨てないで!?

一般的にキノコは、カサではなく軸を食べますよね。しいたけも同じで、実は、軸には旨みがたっぷり詰まっています。石つきの先の固い部分を切り落とし、柄の部分は手でほぐすか、包丁で斜めにスライスして炒めものにすれば、おいしくいただけますよ。

おいしく焼くポイント

- フライパンを十分に熱したところに入れる。
- 中火でフライパンと接している部分がきつね色になるまで、むやみにさわらない。触り過ぎると、しいたけの中の温度が上がりにくらず、水分が出て

しまい、カラッと焼きあがらないうつら。

この2点を守れば、おいしい焼きしいたけができること間違いなし。

選び方と保存方法

選び方

- カサが開ききつていない
- 厚みがあつて丸みがある
- カサの内側のヒダが白く綺麗なものがベスト

袋やパックの中が蒸れて水滴が付いていたり、しいたけが濡れた感じになっているものは、傷むのが早いので避けてください。

冷蔵庫で保存

しいたけは水分を嫌うので、ビニール袋やパックから出して、キッチンペーパーや新聞紙などでくるんでからビニール袋等に入れ、軸を上にして、冷蔵庫に保管するのがベスト。そうして野菜室に入れると、1カ月以上保存することも可能です。

乾燥させて保存

2〜3日、天日干しするだけで、干しいたけができあがり。干すのは昼間のみで、夜露がたまる夜間は屋内に入れるようにしてください。



農場体験教室

持続可能な暮らしへシフト!
サステナブル教室
 こやま農場の「地域や自然の中にある身近なものを活かす、無駄にしない、循環を途切れさせない」という想いを軸に、皆さんが実際に農場での様々な体験を通して、自分にとっての「サステナブル=持続可能」とは?を考える第一歩としていただく農場体験教室です。

ベジベッド作り&野菜のお話会

畑以外でも、畑と同じ環境を作っておけることで、循環のある持続可能な野菜づくりは可能となります。そんな「ベジベッドでの野菜作り」を体験しながら、「循環のある生活」を一緒に考えてみませんか?*



※要予約、定員になり次第締切
日時 9.24(土) 10:00~12:30 **参加費** 1,500円(作成したベジベッド、おやつ付)
場所 こやま農場(駐車場あり) **講師** 農業事業グループ 佐藤和博 **定員** 10名

お申込みはホームページ内「イベント申込みフォーム」まで▶ <http://torigas-farming.jp/> 鳥取ガス農業 **検索** **お申込みメット日** 9.19(月)

あなたの街におじゃまします!
NEWS 1 **今月の出店情報 ①**

とっとりオーガニックマーケット

野菜・フード・クラフトなど鳥取のオーガニックが集合!!



日時 9.3(土)
 9:00~13:00

場所 鳥取市気高町
 浜村温泉砂丘公園
 ヤサホーパーク頂上

こやま農場も
 参加出店します!!

あなたの街におじゃまします!
NEWS 2 **今月の出店情報 ②**

オーガニックマルシェ in salute

こやま農場のオーガニック野菜を販売します!!



日時 9.10(土)・11(日)
 10:00~16:00

場所 salute駐車場

今月の目玉野菜 **こやま農場のペピーリーフ**

●各教室、出店内容等は予告なく変更になる場合があります。●定員に空きがある場合は、メット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。●参加のお申し込みをいただいた方へ、後日担当者より詳細等をご連絡させていただきます。(参加の可否は先着順とさせていただきます。定員になり次第メットとさせていただきます。)

全ての教室は事前お申込みが必要です。詳細はホームページ・お電話にてお問合せください。



tottorigas group farming
こやま農場

私たちは、鳥取ガスグループの持続可能な環境・街づくりの一環として、農業を通して安全・安心を地域の皆さまへ提供する、という理念のもと、自然環境と人の健康に重きを置いた農業生産と、農業の周りに広がる総合生活産業として実践していく「総合アグリカルチャー事業」としての農業を目指しています。

- **只今、受付中!!** こやま農場にて、管理・指導付きのオーガニック貸農園オープン!
 1坪を1ヶ月単位からご利用いただけます。例:1坪ご利用の場合▶利用料700円+管理費800円=1,500円/月
 ※詳細は、お電話にてお問合せください。
- こやま農場では、ボランティアスタッフを随時募集しています。詳しくはホームページ、フェイスブックまたは「鳥取県ボランティア総合情報サイト ボランとり」をご覧ください!!
- こやま農場内に、野菜販売店舗を設置しています。ぜひ、ご利用ください。(平日のみ10:00~16:00)

お問合せ先 ▶ 鳥取ガス産業株式会社
 農業事業グループ

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

ガスサービスとセットで **毎年最大 18,240円おトク!**

新規
 お申込み
 受付中

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)
 [標準料金] 月額6,500円
 プロバイダ料込み

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)
 [標準料金] 月額4,800円
 プロバイダ料込み

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 10:00~21:00

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**