

暮らしをもっとSmartにする情報誌

Smart Life

2016 10



さあ、

巻頭特集 55th Reform & Gas Festival

ガス展に

今年の秋の思い出に。

行こう!

【特集】

とりガス光

おトクなキャンペーン実施中!

【今月のレシピ】

秋刀魚のアヒージョ



さあ、ガス展に行こう！

今年の秋の思い出に。

巻頭特集 55th Reform & Gas Festival



今年も開催。鳥取の秋の風物詩。

毎年、鳥取の秋を彩る大型イベントとして、10月から11にかけて県内各地で開催され、多くの来場者で賑わう鳥取ガスグループの「リフォーム&ガス展」。今年の鳥取地区は10月21日(金)～11月6日(日)の日程で開催されます(10月31日、11月1日は展示替えのため休展)。昨年好評だった最新ガス機器の展示販売を中心とした第1部と、創エネ機器やリフォーム展示を中心にした第2部に分ける構成は、今年も継続。それぞれの展示をじっくりと眺めたげるイベントとなっています。

今年の目玉は、なんといつでもリフォーム&ガス展期間中だけの「無金利キャンペーン」。対象商品をご購入いただいたお客様に、まの分割手数料を、鳥取ガスグループが全額負担するという、とてもおトクなキャンペーンとなっています。また、「とりガス光」のスタートを記念した特典も準備中。ガス機器の購入や、

サービスの乗り換えを検討している方にはうれしい15日間にわたること間違いなしでしょう！毎年大人気の様々な催しももちろん健在。今年も、11月3日(木)に、TVでおなじみ「アメイックアップアーティストの『おぐねえーさん』をゲストに招いて、トーク&メイクショーを開催。さらに、10月29日(土)にお弁当のスペシャリスト「野上優佳子さん」、11月5日(土)に、料理研究家の「ワー・ウェンさん」によるクッキングショーが開催されます。その他にも、各種体験教室、作品展示など、子供からお年寄りまで、家族みんなが楽しめる企画を準備してみなさんのご来場をお待ちしています。

招待状を持参すると、おしゃべりなグッズがもらえるなど、来場するだけでもおトクなお祭りとなっている今年のリフォーム&ガス展。秋風が心地よいこの季節。お散歩がてら、会場に足を運ぶのはいかがですか。

ガス展期間中の特別企画！

<p>野上優佳子のお弁当の世界</p> <p>野上優佳子さんのクッキングショー</p> <p>Guest 野上優佳子</p> <p>10.29(土)</p> <p>1回目 10:30～ 2回目 13:30～</p>	<p>おぐねえー直伝!</p> <p>若返りメイク術 & トークショー</p> <p>Guest おぐねえー</p> <p>11.3(木・祝)</p> <p>時間 11:00～</p>	<p>ワー・ウェンさんのおうち中華</p> <p>ワー・ウェンさんのクッキングショー</p> <p>Guest ワー・ウェン</p> <p>11.5(土)</p> <p>1回目 10:30～ 2回目 13:30～</p>
---	--	--

鳥取ガスグループのリフォーム&ガス展開催スケジュール

大好評のリフォーム&ガス展を今年も県内各地で開催します！ガス機器はもちろん、最新省エネ機器からリフォームまで特別価格で手に入れるチャンスです！ぜひお近くの会場へお越しください。

<p>岩美地区</p> <p>日時 10.15土 ▶ 16日 9:00▶16:00</p> <p>会場 鳥取ガス産業 岩美営業所</p>	<p>鳥取地区</p> <p>日時 1部 10.21金 ▶ 30日 2部 11.2水 ▶ 6日 9:00▶17:00 9:00▶17:00</p> <p>会場 鳥取ガスグループショールーム サルーテ</p> <p>10月31日、11月1日は展示替えのため休展</p>
<p>米子地区</p> <p>日時 11.5土 ▶ 6日 10:00▶17:00(最終日は16:00まで)</p> <p>会場 タカラ 米子ショールーム</p>	<p>浜村地区</p> <p>日時 11.12土 ▶ 13日 9:30▶17:00(最終日は16:00まで)</p> <p>会場 鳥取ガス産業 浜村営業所</p>
	<p>倉吉地区</p> <p>日時 11.19土 ▶ 20日 9:30▶17:00(最終日は16:00まで)</p> <p>会場 まちかどステーション</p>

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
※会場、時間帯、変更になる場合があります。予めご了承ください。

とりガス光 おトクなキャンペーン実施中!

期間▶2016.12.31(土)まで



新規工事費・事務手数料 無料キャンペーン

とりガス光対象プランに新規でお申込みいただいたお客さまの工事費を値引きいたします。
※すでにNTT西日本が提供するフレッツ光以外をご利用の方が対象です。※本キャンペーンはご利用開始月を1カ月目として24カ月の末日までにとりガス光を解約された場合、割引対象となった開通工事費をお支払いいただけます。



インターネットプロバイダ のりかえ特典

インターネットプロバイダをのりかえの方に、5,000 Smart Lifeポイント
または、3,000円をキャッシュバックいたします。

※特典の申請には毎月お客さまにお送りいたします「ご請求確定のお知らせ」メールに記載されている「お客さま番号」が必要です。
※1 Smart Lifeポイント=1 WAONポイントとして、全国約19万カ所のWAON提携店をご利用いただけます。

とりガス光とは

4つの特長

速い!

とりガス光なら、通信速度が最大1Gbps!(※1)動画もショッピングも思う存分楽しめます。

おトク!

「とりガス光」と「ガスサービス」をセットでご利用いただくと、とりガス光のご利用料金がおトクに!

安心

専門スタッフがお客さまのお宅にお伺いして、接続設定を行うサービスなど、サポートも充実!

便利

ガス料金と同一口座でお支払いなら、お支払いに關するお手続きは不要!(※2)

(※1)本サービスはベストエフォート型サービスです。記載の速度は技術規格上の最大値であり、実使用速度を示すものではありません。お客さまのご利用環境、回線の状況などにより大幅に低下する場合があります。(※2)現在の「ガスサービス」の支払方法によっては、お手続きが必要な場合がございます。

月額料金

2年割 2年契約でおトク + **エネ割** ガスサービスをご契約のお客さまはおトク = **W割** 2年割 + エネ割ダブル加入でさらにおトク

月額料金は、プロバイダ料込みで分かりやすい!

一戸建てにお住いの方

【標準料金】月額6,500円

「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

集合住宅にお住いの方

【標準料金】月額4,800円

「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



とりガス光は
さらにおトクに。

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

7月1日のスタートから、たくさんのお申込みをいただいている、鳥取ガスグループの通信サービス「とりガス光」。「鳥取ガスグループのガスサービス」をご利用のお客さまは、利用料金がおトクになる高速インターネットとして、好評を博しています。

鳥取ガスグループでは、そんな好評の声にもっとお応えしたいと考え、おトクなインターネットが、さらにおトクになるキャンペーンを2種類ご用意しました。

1つめは、期間中、新規でお申込みいただいた方の工事費を値引きする「新規工事費無料キャンペーン」。もうひとつは、インターネットプロバイダへのりかえの方に、キャッシュバックがある「インターネットプロバイダのりかえ特典」。どちらも今年末までの期間限定となっております。

まだ「とりガス光」にのりかえていない方は、このおトクな期間中にいかがですか？



クッキングスタジオおへそ
2016年10月 スケジュール

特別企画 海と日本 PROJECT

海と日本さばける塾 in とっとり
～お父さんと一緒に魚をさばこう！～

楽しくさばいて、もっともっと魚を食べよう！
Menu: ・ハマチのお刺身 ・あら汁 他
※変更になる場合があります。

10.2(日)10:00～13:00 講師 鳥取県漁業協同組合 大磯一清氏
参加費 無料(おみやげ付) お申込み切日 **9.22(木)**
対象 小学生以上のお子さまと男性の保護者ペア10組
終了後には「さばけるライセンス」がもらえます。
教室の様子は日本海テレビで放映されます。
主催:日本財団 日本さばけるプロジェクト実行委員会

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
一人ですら作るパン教室。略して「ひといちパンクラブ」。

メロンパン
リクエストNo.1のメロンパンが
いよいよ登場です!!



10.16(日)・17(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** お申込み切日 **10.2(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!!

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**

大人だってハロウィン気分
・かぼちゃのニョッキ
・豚肉とブルーの赤ワイン煮
・デビルスープ
・パンパンプリン
10.11(火)・12(水)・13(木) & 22(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!な方 参加費 **1,500円**
お申込み切日 **とっておきレッスン 9.27(火) とっておきサタデー 10.8(土)**

●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お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】

秋刀魚のアヒージョ



材料(2人分)
秋刀魚 ……2尾
塩、こしょう ……少々
ミニトマト ……4、5こ
マッシュルーム ……4こ
オリーブ(種なし) ……8こ
たかの爪 ……2本
んにく ……1かけ
レモン ……1/4こ
オリーブ油 ……1/2カップ
黒こしょう ……少々
パセリ(みじん切り) ……少量
※バゲット

作り方
1 秋刀魚の内臓を取り除き、3cmの筒切りにする。塩、こしょうをしてしばらくおく。
2 にんにくはみじん切りにする。たかの爪は種を取り除く。レモンは半月のうす切りにする。ミニトマト、マッシュルームは半分に切る。
3 スキレットにオリーブ油、たかの爪、んにくを入れて火にかける。
4 オリーブ油がグツグツしてきたら火を止め、秋刀魚、ミニトマト、マッシュルーム、オリーブ、レモンを並べる。
5 4のスキレットをグリルの焼き網にのせ、こんがり焼き色がくままで加熱する。(グリルタイマーで7、8分)
6 焼き上がったら黒こしょう、パセリを散らす。
7 トーストしたバゲットを添える。

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 10月のスケジュール

2016年10月1日(土)～10月8日(土)
10:00～17:00
(初日は13:00～、最終日は16:00までとさせていただきます)

いそいそ展 Vol.13 in Salute

前田富美子(ノット・ア・ワグ小物)
澤田直見(言葉絵)
明星美也子(ちりめん細工)
伊藤美子(アクリル・スタンド小物・ノット)
貞谷隆子(和紙おりがみ)
岡村真由美(ペーパー・リレー・オブ)
タイム(爭ぐ・リレー) and more...

今年もこの季節がやってまいりました!!
心地よい秋の気配を感じながら、どうぞドライブがえら
のんびり遊ばせたいです。
お会いできることを心より楽しみにしております。

期間中、各種ワークショップも予定しております。
詳細に關しましては、お問い合わせください。
090-3176-5589 (前田環まで)

10.28(金)～30(日) 9:00～17:00 展示販売
TV番組で紹介された
クレイ&シルクアート創始者 工藤愛子 個展
ネンドと絹を組み合わせて作る～彩・葉・果～
番組で紹介されたトウモロコシ、
皮むきりんごをはじめ、生命感あふれる果実、野菜、花連等の作品を展示します。
場所 古民家
体験講習実施!
時間 10:00～14:00～
(1回2時間程度、30日は10:00～のみ)
内容 皮むきりんご(小)
参加費 **1,000円**
定員 各10名
※当日はりんごの作成のみ。お持帰りの2日後に
タイプ等で皮むきをして完成させていただきます。

10.22(土)・23(日)
10:00～16:00(最終日は15:30まで)
ワムクルクオッカ
～世界一幸せな暖かい輪!広がれ～
Warm! Cle Quokka vol.2
「わたしにごほうびを」をテーマに癒しの伝道師達が集結します。 場所 古民家

出店者
izumi(リラクゼーション) うさぎ天使(ガラスアート)
河ちゃん(心彩書家) ひとやすみ(駅中喫茶)
Ruru(ブリザードフラワー) Re:gumaki(天然石アクセサリー)
spicy circle(手作り雑貨) splendor☆c(樹脂粘土)
※他にも出店あり、両日又は一日のみの店舗あり、
飲食ブースは売り切れ次第終了します。

遠州流 華道教室 | 10.1(土)・13(木) 10:00～ 参加費 1,000円+お花代1,000円/回
茶道教室 | 10.1(土)・13(木) 13:00～ 参加費 1,000円/回 [2時間程度]
※ハサミをお持ちの方はご持参ください。
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。

真心を込めて 鳥取からエールを送ろう!
熊本地震におけるチャリティーバザー出品者募集
4月14日に熊本県熊本地方を震央とするマグニチュード6.5の大地震が発生し、熊本地方を中心に甚大な被害が出ました。この度の大地震において被災地の復旧・復興の事業に役立ててもらうためのチャリティーバザーイベントを開催いたします。皆さまの真心ある品物をあらかじめ販売し、少しでも多くの義援金を集め熊本県に届けたいと考えております。1人でも多くの方のご賛同をお待ちしております。
搬入日時 **10.16(日)～19(水) 9:00～17:00**
搬出日時 **10.24(月)～30(日) 9:00～17:00**
販売にいらなかった商品があった場合は、サルーテの方からチャリティーバザー終了後に参加者様にご連絡いたしますので搬出日に商品をお持ち帰りください。
開催日時 10.21(金)～23(日) 9:00～17:00(最終日は15:00まで)
開催場所 鳥取ガスグループショールーム サルーテ
お申込み切日 **10.19(水)**
※詳細は鳥取ガスグループショールームサルーテのホームページをご覧ください。
※売上金は全額義援金とし熊本県に寄付させていただきます。



秋刀魚のアヒージョ

グリルを使って、お手軽アヒージョをどうぞ。



材料（2人分）

秋刀魚…………… 2尾	にんにく…………… 1かけ
塩、こしょう…………… 少々	レモン…………… 1/4こ
ミニトマト…………… 4、5こ	オリーブ油…………… 1/2カップ
マッシュルーム…………… 4こ	黒こしょう…………… 少々
オリーブ（種なし）…………… 8こ	パセリ（みじん切り）… 少量
たかの爪…………… 2本	※バゲット

作り方

- 1 秋刀魚の内臓を取り除き、3cmの筒切りにする。塩、こしょうをしてしばらくおく。
- 2 にんにくはみじん切りにする。たかの爪は種を取り除く。レモンは半月のうす切りにする。ミニトマト、マッシュルームは半分に切る。
- 3 スキレットにオリーブ油、たかの爪、にんにくを入れて火にかける。
- 4 オリーブ油がグツグツしてきたら火を止め、秋刀魚、ミニトマト、マッシュルーム、オリーブ、レモンを並べる。
- 5 4のスキレットをグリルの焼き網にのせ、こんがり焼き色がつくまで加熱する。（グリルタイマーで7、8分）
- 6 焼き上がったら黒こしょう、パセリを散らす。
- 7 トーストしたバゲットを添える。



5
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。

秋刀魚



「秋刀魚」の由来

秋の月夜に照らされたさんまは刀のように美しいという意味で「秋刀魚」と書くそう。秋刀魚という漢字が使われるようになったのは明治以降で、江戸時代には「三馬」の字が当てられたのだとか。豊富な栄養をもつさんまを食べると、三馬力が強い力がつくという意味なのだそうです。

選び方のポイント

背中

背中が盛り上がり、肉付きがよく、尾まで太っているものがベスト！

口先と尾の付根

サンマは脂肪を蓄えると、口先と尾の付根が黄色くなるので、まずはチェック。

お腹

サンマに限らず、魚の鮮度は内臓に現れ、鮮度が落ちるとお腹の弾力がなくなります。軽くお腹を押してみるのもポイント。

おいしく焼くポイント

わた（内臓）はとらなご

わたをとらずに焼くと、わたから出る旨みが、さんま全体にいきわたって、おいしくなるんですよ。

塩は15分前

塩をふるのは焼く15分前。早くふりすぎると、うまみが逃げてしまいます。

「強火の遠火」で

強火で一気に焼くと、タンパク質がすばやく固まり、うまみを逃しません。近火だと、火が通る前に焦けてしまうので、遠火が基本なんです。

初めてでも失敗しない焼きさんま

フライパンに、大きじ半分の油をひいて熱し、塩をふったさんまの表裏を、中火で2分ずつくらい焼きます。それから、大きじ1杯のお酒を回し入れてフタをして、弱火で3分。とっても簡単においしい焼きさんまのできあがり♪

