

salute

サルデー

withgas 通信 vol.15

鳥取ガスグループ“salute”イベント情報

うちの晩ごはんが一番！

全国親子クッキングコンテスト 出場者募集

10月のイベント

- 世界を知ろう！ふれあいテント村(国際交流イベント)
- 「染めの花との出会い」：村上田鶴子 布花教室作品展
- 「リフォーム&ガス展」開催 ほか



鳥取地区大会 出場者募集

家族みんなで料理すると、楽しい会話が弾みます。そんな、コミュニケーションが広がる、我が家だけのオリジナル「ばんごはん」を教えてください。

【鳥取地区大会概要】
 日時：平成20年11月8日(土)
 会場：鳥取ガスグループショールーム サルーテ
 鳥取地区大会優勝チームは、中国ブロック大会へ出場いただけます。各ブロック代表は、全国各地から腕自慢・お料理自慢の親子が大集合する全国大会への切符を手にします。

【鳥取地区大会 賞】
 ◎優勝(1組) 3万円分(商品券)
 ◎準優勝(1組) 1万円分(商品券) ほか

【参加資格】
 鳥取県全域在住の親(保護者)と子(小学1~6年生)の2名1組
【お問い合わせ先】
 TEL:0857-30-2020 サルーテ 担当:石畑(こくはた)・水本

応募締切：2008年9月24日(水) 必着
 ※詳細はサルデーのホームページをご覧ください。
 主催:ウィズガスCLUB 鳥取地区大会は鳥取ガスグループ主催で開催致します。

CO2 エコダイエットをはじめよう

～ 持続可能な社会を目指して ～

天然ガス1kwあたりのCO2排出量を1とした場合のイメージ図

参考資料：[中国電力]2007エネルギーグループCSR報告書
 [環境省]事業者からの温室効果ガス排出量算定方法ガイドライン

アブロード Abroad

サルデーの外国語教室

お得なチケットの購入がオススメです!

700円 1回 50分 英会話レッスン

18才未満 600円 ※現金のお客さまは100円増 定員各10名
● 完全予約制 ● 教材費別 ● ドリンク付

火曜日	日常英会話 〈初級〉 ■ 時間 14:30~15:20 日常英会話 〈初級〉 ■ 時間 15:30~16:20 キッズ英語 〈初級〉 ■ 時間 16:30~17:20	金曜日	日常英会話 〈初級〉 ■ 時間 14:30~15:20 ステップアップ英会話 〈中級〉 ■ 時間 15:30~16:20 キッズ英語 〈初級〉 ■ 時間 16:30~17:20
水曜日	ステップアップ英会話 〈中級〉 ■ 時間 14:30~15:20 日常英会話 〈初級〉 ■ 時間 15:30~16:20 日常英会話 〈初級〉 ■ 時間 16:30~17:20	土曜日	日常英会話 〈初級〉 ■ 時間 13:30~14:20 日常英会話 〈初級〉 ■ 時間 14:30~15:20 ステップアップ英会話 〈中級〉 ■ 時間 15:30~16:20
木曜日	スタート英会話 〈初心者〉 ■ 時間 14:30~15:20 日常英会話 〈初級〉 ■ 時間 15:30~16:20 キッズ英語 〈中級〉 ■ 時間 16:30~17:20	日曜日	日常英会話 〈初級〉 ■ 時間 13:30~14:20 使える英会話 〈中級〉 ■ 時間 14:30~15:20 Only English 〈上級〉 ■ 時間 15:30~16:20

中国語レッスン 新受講生募集中!

800円 1回 50分
 毎週日曜日
 …… 各コース定員7名 ……

日常中国語〈初級〉
 ■ 時間 13:30~14:20
続・初めての中国語〈基礎編〉
 ■ 時間 14:30~15:20
初めての中国語〈基礎編〉
 ■ 時間 15:30~16:20

お申し込みは、1週間前を目安にお申し込みください。
※予定は変更になる場合があります。詳しくはご確認ください。

5名 英会話 夜間の部 開講
 少人数 50分
 …………… レベル・時間が選択ができます ……………
 お気軽にお電話ください **0857-28-8830**

リフォームドクター「K」が行く!
あなたのお宅を
とつげき訪問



今回は、松並町Uさん宅へ
おじゃましました。
自ら手掛けたバリアフリー設計を
ご紹介します。



鳥取ガスグループ1級建築士事務所
岸本 圭二 Keiji Kishimoto
【資格】一級建築士

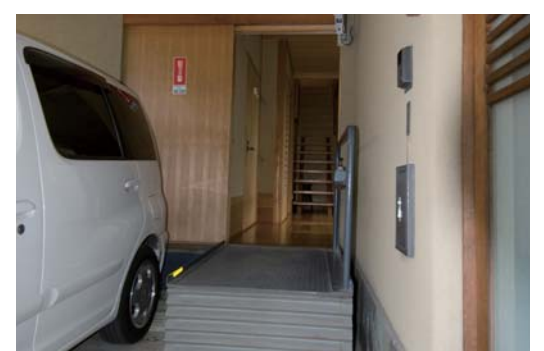
① 廊下の車輪止め柵

車椅子での生活を余儀なくされた場合、行動範囲が家の中に限られてしまうケースが多くなります。庭を眺めて季節の移り変わりを感じていただきたいという思いから、自由に動ける広い廊下と大きな開口の掃出し窓を計画。そこで懸念されたのが車椅子が硝子に接触した時の損傷です。低い位置に車止めを設置し庭の景色を妨げないように、また金属材料は避け木で温かみのある雰囲気が出るよう配慮しました。



③ 自動リフトでらくらく移動

玄関(手前)脇の駐車スペース余白に車椅子用リフトを設置しました。車から降りるとそのままリフトに乗りボタンひとつで上昇します。室内床レベルまで上昇すると自動ドア(正面木製引戸)が連動して開き室内に楽に入れます。外出する時はこの逆の動きをしてくれます。以外に苦心したのはリフトの設計そのものより、操作ボタンを勝手に触れられないような工夫でした。こういう設計をする場合は、傘をさしたりしなくて済むビルトインガレージが絶対条件です。



● 施工費用例の紹介
【リフト製品名:ダンサケット55万~110万円】

② 車椅子用避難路

介助者不在の時、もし非常事態が発生した場合を想定し、(少々危険でも)自力で屋外に避難できるよう、車椅子用避難路を計画しました。寝室脇のサンルームから道路まで下りの緩やかなスロープ。これがあるだけで普段の生活も少し安心してすごせるのではないのでしょうか。



表紙のレシピ
おへそ食堂



きのこごはん

意外とカンタン！土鍋でごはん。おこげができて、おいしさのおまけ付です。

- 材料(5~6人分)
- 米……………3カップ(200cc用)
 - きのこ(いろいろ)……………200g
 - 油あげ……………1/2枚
 - 三つ葉など……………適宜
 - だし……………1カップ
 - しょうゆ……………大さじ2
 - 塩……………小さじ1
 - 酒……………大さじ1
 - みりん……………大さじ1
 - 水+煮汁……………660cc
- 作り方
- ①米を洗っておく。
 - ②きのこを子房にわける。油あげを熱湯につけて油ぬきをし、せん切りにする。
 - ③鍋にきのこ、油あげ、Aを入れて煮る。火が通ったらザルにあげ、具と煮汁にわける。
 - ④煮汁に水をたして660ccにしたものを冷ます。
 - ⑤土鍋に米を入れ、④を加える。上に冷めた具をのせて強火で点火する。
 - ⑥沸騰したら弱火にして15分炊く。
 - ⑦火を止めて10分蒸らし、三つ葉を散らす。

【料理：竹中真理子】

無料体験

タッチ&トライ

TOUCH & TRY
使ってみたらキュンときた。

- ①10/18(土) } 11:00~12:00
- ②10/19(日) }

- お一人様1回限りです。
- 各回一週間前までに申し込み下さい。

進化した
ガラストップコンロを使って、
お料理してみませんか？



10月スケジュール

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 はじめの一步



今月は、キッズクッキングクラブはお休みです。

子育て応援!

キッズママレッスン



輝く女性のための

とっておきレッスン



はじめてさんの

ビギナースレッスン



**秋三味
もみじ御膳**

- ・焼きサンマずし
- ・ごま豆腐の吸い物
- ・菊菜とキノコのおひたし
- ・浮島(和菓子)

- 10/21(火)
- 10:30~13:30
- 1,300円
- 講 師:竹中真理子
- ℞切り:10/11(土)

**秋三味
もみじ御膳**

- ・焼きサンマずし
- ・ごま豆腐の吸い物
- ・菊菜とキノコのおひたし
- ・浮島(和菓子)

- ①10/15(水)②16(木)
- ③17(金)
- 10:30~13:30
- 1,300円
- 講 師:竹中真理子
- ℞切り:10/5(日)

おうちで定食屋さんの味

- ・親子丼
- ・きのこ汁
- ・きんぴらごぼう
- ・黒ごま豆腐アイス

- ①10/10(金)18:30~21:30
- ②10/11(土)10:30~13:30
- 10:30~13:30
- 2,000円
- 講 師:竹中真理子
- ℞切り:9/30(火)

サルーテのお料理教室

暑い暑い夏もようやく終わりを告げ、少しずつ秋を感じる今日この頃です。秋はおいしいものがいっぱいですね。きのこ、さんま、秋鮭、栗に松茸…きゃ〜!! 考えたらヨダレが出てきちゃいました。ダイエットなんかひと休みして、みんなで食欲の秋を楽しみましょう!!

「おへそ」で始めるおいしい時間
Let's cooking!



愛をこめて…2008 秋

「胚芽米って何?」「うるち米もち米」の違いって?子どもの「?」に答えられるママになろう!毎日食べているのに、案外知らないお米のあれこれを勉強しましょう。いろいろなお米の食べ比べをします。

- 10/30(木)
- 10:30~13:30
- 1,000円
- (おいしいごはん・豚汁・漬物)
- 講 師:中嶋米穀株式会社 中嶋秀雄氏
- ℞切り:10/20(月)



食卓においしさと健康を

暮らしを彩る
アットホームスタイル
at home style



こだわりの
きらきらアクセサリ

おしゃれの秋、あなたをもっと素敵にするイヤリング(ピアス)を自分で作ってみませんか?

- 10/8(水)
- 10:30~12:30
- 1,500円
- ℞切り:9/28(日)

米粉パンCLUB
komekokonetai konekone club



- MENU | フルーベリーベーグル
- ・和牛カルツォーネ
- ・サラダ ほか

- 10/23(木)
- 10:30~13:30
- 2,000円
- 講 師:パン工房大地の恵み 塩見剛史
- ℞切り:10/13(月)

ほのぼのおうちカフェ
hono bono ouchi cafe



**アップル
クランブルケーキ**

スタッフと一緒においしいスイーツを作りませんか?のんびりとした時間をお楽しみ下さい。

- ①10/12(日)
- ②10/13(月/祝日)
- 13:00~15:30
- 700円
- ℞切り:10/2(木)

salute 10月のイベント

絵手紙教室 要予約 (好評につき、月2回になりました!)

10月 8日(水) 10:30~12:00 **基礎編** 線を引こう

10月 15日(水) 10:30~12:00 **応用編** 果物を見つめて
(果物のご持参ください)

- 講 師/谷本道子さん(日本絵手紙協会公認講師)
- 参加費/1回につき600円(キットご持参の方は500円)
- 定 員/各コース16名(先着順) ●場 所/イベントホール

※やむを得ず欠席される場合は、前日までにご連絡ください。

「染めの花との出会い」
村上 田鶴子 布花教室 作品展

10月10日(金)~13日(月)

※最終日は16:00までです。

●場 所:古民家・リフォーム提案ゾーン



第47回 リフォーム&ガス展

10月24日(金)~11月10日(月)

●場 所/サルーテ全館

今年もやります!
イベント満載、楽しいこと盛りだくさんでお待ちします!

世界を知ろう! ふれあいテント村

(国際交流イベント)

日時: 10月5日(日)
13:00~15:00

会場: イベントホール

費用: **参加無料** 要予約

アメリカ・カナダ・インドネシア・中国など、海外から鳥取へ来られた皆さんと、楽しく国際交流しませんか?
各国ブースを回って、スタンプラリーを集めて参加記念品をもらおう!
小さなお子さまからどなたでも参加いただけます。

共催: 多言語国際交流サポート(TIA)



年中無休
(但し、益正月除く)
10:00~18:00
(イベント期間中除く)
駐車場85台収容

〒680-0023 鳥取市片原5丁目503



〈交通案内〉★JR鳥取駅より車で5分。徒歩20分。★鳥取市100円循環バス「くる梨」赤コース「片原5丁目」下車徒歩1分。

各種お問い合わせ・お申し込みは、お電話またはインターネットからできます。

(0857) 30-2020 http://www.salute-withgas.jp/

★「salute withGas 通信」の配布を希望しない場合は、右記にご連絡ください。tel. (0857) 28-8811
掲載価格はすべて税込みです

※予定は変更になる場合があります。