

salute

サルデーテ

withgas 通信 vol.17

鳥取ガスグループ“salute”イベント情報



**ガスオーブンと電子レンジのダブルで
とっても便利。**



**本格料理も
スピード料理も
美味しく仕上げます。**

大量のお料理もスピーディにこなすハイグレードオーブン。
「自動調理機能」を搭載。

●RBR-S51Eシリーズ
メーカー希望小売価格
庫内容量:44L(2段調理対応)
音声ガイダンス機能
¥304,500

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



**お鍋でグラタン!?
冬が美味しい「あつあつレシピ」**

12月のイベント
なるほど!! 生活塾
遠州流「華道教室」「茶道教室」
絵手紙教室 ほか

アブロード
Abroad
サルデーテの外国語教室

お得なチケットの
購入がオススメ! **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 〈初中級〉 ■ 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 〈初中級〉 ■ 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 〈初中級〉 ■ 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 〈初中級〉 ■ 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。

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vol.15でご紹介した、松並町Uさん宅の続きです。



整然と収納された
茶器の数々

趣味は生きがいにつながる人生にとってきわめて大切な行為
だと思います。水屋・にじり口など基本的な作法の決まりごとを
ふまえながらも、その場に合った配置を心掛けました。(畳下に炉
かまひるくぎや釜釘も有ります。)

憧れの広々サンルーム

部屋の広がりや憧れ
で設置したいという願望
が強いようですが、なか
なか快適に使われてい
るお宅が少ないように
思います。



夏場の室内の気温上昇は想像以上になる
ので、室温のコントロールを十分に
考えた開口部の大きさや配置・換気扇の
能力などが設計のポイントになります。

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



建物と全面道路との距離が接近している場合、あえて塀を設
けず、建物の開口部を極力少なくし外壁を塀とみなす設計をす
ることで『プライバシーの確保』『塀工事費の削減』『敷地の通
風確保』『建物外観の圧迫感解消』などのメリットが生まれます。



天井までつながった、
開口部の広い窓

台所といえば、どうしても吊戸棚等で部屋が暗くなりがちです。
固定概念にとらわれず、窓側に吊戸棚を配置しない明るい台所を
ご提案しました。

表紙のレシピ
おへそ食堂



とうふと豚キムチのグラタン

お鍋ひとつできちゅう

- 材料(4人分)
- 豆腐(絹).....1丁
 - 豚肉(こま切れ).....120g
 - しめじ.....1パック
 - キムチ.....100g
 - にんにく(みじん切り).....1かけ分
 - しょうが(みじん切り).....1かけ分
 - サラダ油.....大さじ2
 - 小麦粉.....大さじ3
 - 牛乳.....150cc
 - 塩.....小さじ1/2
 - しょうゆ.....小さじ1
 - とろけるチーズ.....100g
 - パセリ.....少量

つくり方

- 豆腐は2cm角位のさいの目に切っておく。しめじは小房にわける。
- キムチは小さく刻む。豚肉は食べやすい大きさに切る。
- 鍋(オープン使用可能なもの)に、にんにく、しょうが、サラダ油を入れて火にかけ、香りが出たら豚肉、しめじの順に炒める。
- 火が通ったら小麦粉を振り入れてよく炒め、粉っぽさがなくなったら、牛乳でのばす。
- 次にキムチ、豆腐を加え、塩としょうゆを加えて味をととのえる。
- 最後にとろけるチーズを上面にのせて、230℃に熱したガス高速オープンに鍋ごと入れて10分ほど焼く。仕上げにパセリを散らす。(※オープン使用不可の鍋の場合は耐熱皿に移しかえてから焼く。)

【料理:竹中真理子】

竹中真理子の
マリコラム vol.1

「おへそ」ってなんなん?!!

わたしたちがこの世に生まれてくるまでの間、お母さんの温かいおなかの中で、唯一栄養を運んでくれた生命の源が“おへそ”。がんばろう!とか、やるぞお!!って気合を入れるとき、自然にそこに力が入るのは、“おへそ”がからだの真ん中であり、人の根っこの部分であり、芯であるから。しっかりとした“ぶれないおへそ”をつくるには、お母さんのたくさんの愛情と、その愛情のこもった食事が重要です。クッキングスタジオ「おへそ」はそんな“おへそ”作りを全力で応援します。



12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



おせち料理をつくらしてみよう

- ・鳥取風小豆雑煮
- ・田作り
- ・紅白なます
- ・飾りかまぼこ

■12/13(土)
■10:30~13:30
■700円
■5才~小学6年生対象
講 師:竹中真理子
べ切り:12/3(水)

子育て応援! キッズスペースあります!
キッズママレッスン



洋風 気ままおせち

- ・グリルdeローストビーフ
- ・サラダなます
- ・えび団子のパン揚げ
- ・こぶ茶雑煮
- ・抹茶と黒豆のケーキ

■12/2(火)②5(金)
■10:30~13:30
■1,300円
講 師:竹中真理子
べ切り:11/22(土)

輝く女性のための
とっておきレッスン



洋風 気ままおせち

- ・グリルdeローストビーフ
- ・サラダなます
- ・えび団子のパン揚げ
- ・こぶ茶雑煮
- ・抹茶と黒豆のケーキ

①12/3(水)②4(木)
③8(月)
■10:30~13:30
■1,300円
講 師:竹中真理子
べ切り:11/23(日)

はじめてさんの 少人数でしっかり学べる!
ビギナーズレッスン



いつもと違う今年のクリスマスディナー

- ・チキンソテーホワイトソース
- ・クリスマスピラフ
- ・オニオングラタン風スープ
- ・チョコツリーケーキ (市販のスポンジで)

①12/19(金)18:30~21:30
②12/20(土)10:30~13:30
■2,000円
講 師:竹中真理子
べ切り:12/9(火)

サルーテフレンド付

鳥取ガスグループ専属講師 / 竹中真理子



管理栄養士/ベジタブル&フルーツジュニアマイスター/エコ・クッキングインストラクター/テーブルコーディネーター

「おへそ」で始めるおいしい時間
Let's cooking!

ご好評につき 第2弾
ミツカン × おへそ



気の合う仲間とパーティーしよう!

■12/9(火)■10:30~13:30
■1,300円
協 賛:(株)ミツカン
べ切り:11/29(土)

お土産があります!

米粉パンCLUB
komekokonetai konekone club



サルーテフレンド付き。おみやげがあります。

- ・お米のシュトーレン
- ・お米のミニリースパン
- ・サラダ ほか

■12/18(木)
■10:30~13:30
■2,000円
講 師:パン工房大地の恵み 塩見剛史
べ切り:12/8(月)

・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、べ切り日以降でもお受けしますので、気軽にお問合せください。

イベントのお知らせ

1年の締めくくりの12月。自分磨きの集大成しませんか?

at home style クリスマスオーナメントを手作りで...

フルーツポマンダー作り 要予約

12/13(土) 13:30-15:00
講 師/生田 真由美氏
鳥取ガス産業 エネルギー事業T営業G/社団法人日本アロマ環境協会認定 アロマセラピーアドバイザー ライフスタイルセラピスト
■参加費/700円(ハーブティー付) ■定 員/10名
■場 所/リフォーム提案ゾーン



第24回 日本人の美意識

なるほど!!生活塾 12/20(土) 10:30-12:00 要予約

■講 師/倉光 弘己氏 声屋学園常任理事(前声屋大学学長)
■参加費/500円 ■定 員/100名(定員になり次第々々切り)
■場 所/イベントホール

継続は力なり。

つづけてみると、その先に素敵な自分をみつけられるかも。

花は切っても切れぬもの ① 12/3(水) 14:00- ② 12/17(水) 14:00-
遠州流 華道教室 両日のお申し込み可 要予約

■講 師/遠州流 福嶋社中 窪田 宗専氏・石井 衛氏
■参加費/1,000円(お花代は別途・ハサミをお持ちの方はご持参下さい。)
■定 員/16名(先着順) ■場 所/古民家

苦みの中に深みあり ① 12/4(木) 14:00- ② 12/18(木) 14:00-
遠州流 茶道教室 両日のお申し込み可 要予約

■講 師/茶道遠州会鳥取支部 支部長 窪田 宗専氏
■参加費/1,000円 ■定 員/16名(先着順) ■場 所/古民家

ヘタでいい。ヘタがいい。

絵手紙教室 要予約

■講 師/谷本 道子氏(日本絵手紙協会公認講師)
■参加費/600円(キットを持参の方は500円)
■定 員/各コース16名(先着順) ■場 所/イベントホール

基礎編『オンリーワンの年賀状』 12/10(水) 10:30-12:00
応用編『オンリーワンの年賀状』 12/17(水) 10:30-12:00

※vol.16掲載の「山の手藍遊会作品展」の開催期間を11/28~12/1までに訂正致します。

Touch&Try
タッチ&トライ

使ってみたらギョッときた。
① 12/7(日) 11:00-12:00
② 12/21(日)

無料体験

- お一人様1回限りです。
- 各回一週間前までにお申込み下さい。



進化したガラストップコンロをお試しあれ!

salute Access Map

年中無休 (但し、盆正月除く)
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
休館日:12/29(月)~1/6(火)

大森神社 ● 湯所橋 ● 城北高校 ● 西中学校 ● 有門橋 ● 西風小学校 ● 西高校 ● 片原通り ● 福社文化会館 ● 鳥取県庁 ● 県民文化会館 ● 福野街道 ● 片原通り ● 津和野街道 ● 津和野駅 ● 津和野バス停 ● 津和野わらべ館 ● 津和野

〈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