

3/  
**13 ± 14** 日  
リフォームイベント  
開催

2010  
ベニヤ本舗のお助け祭  
**うちエコ生活応援隊**

エコで快適な生活してますか？  
「そんなこと簡単にできればなあ・・・」と  
思っているお客様の為に、エコを考えた  
リフォームイベントを開催いたします。

『おうちとエコのこと』  
ちょっと考えてみませんか？

太陽光発電システム  
LED照明器具  
システムバス  
断熱サッシ  
システムキッチン  
高効率ガス給湯器  
燃料電池(エネファーム)  
エコ建材  
節水型トイレ  
パナソニック

こんな商品をいろいろ展示しています。  
どんなものか見てみたい方、リフォームについて相談したい方  
一度足を運んでみてください。

工事費を含んだ  
超目玉特別価格商品も  
用意しております。

太陽光  
発電  
パック  
断熱  
真空ガラス  
パック  
節水型  
トイレ取替  
パック など

うちエコ【うちエコ】  
おうちのリフォームをする事で  
お客様に「エコで快適な生活」を  
していただくという考え方の事。

鳥取ガスグループ  
リフォームチーム  
TEL:0857-30-2022

サルーテでは、建築士はじめ専門のスタッフがお客様の家の問題や  
リフォームに関する事、又、水漏れ等住まいに関する様々な困り事に  
対してアドバイスしています。  
お気軽に御相談ください。



English cafe サルーテ外国語教室  
イングリッシュカフェ

昨年12月の  
クリスマス  
パーティーの様子

おしゃべり英会話カフェ  
「話せる英語」はじめよう!!

初心者から上級者まで! 詳細はお気軽にお問い合わせください。

火~金曜/午後 日常英会話 土曜・日曜/午後 トラベル&ビジネス英会話

■完全予約制 参加費 700円/回(5枚綴り) 現金の場合:800円/回(教材費別)

Kids English キッズイングリッシュ  
体験型こども英会話

Cleo先生 Feel & Find! Cooking!【料理】  
Crafts!【工作】  
Seasonal Events!【イベント】

★外国人と日本人の  
ペアティーチング♪  
★英語で料理やpartyなど、  
いろいろなことに  
Challenge!!

月謝 4,000円~ /月(教材費別)  
入会金 2,000円

まずは  
無料体験レッスンから!!

中国語教室 韓国語教室

5回シリーズ:4,000円 ※テキスト代別

イン先生 你好 日曜日開催  
リク先生 안녕하세요 月曜日開催

お申し込み・お問い合わせ... 0857-30-2020  
※予定は変更になる場合があります。※お申し込みは、1週間前を目安にお申し込みください。

進化した癒しの空間  
うたせ湯機能付  
浴室暖房乾燥機

温水から広がる  
あったか生活

新製品

日本一と名高い筋湯  
温泉のうたせ湯を目  
指して開発された、  
本格的なうたせ湯機  
能を搭載した、浴室暖房乾燥機  
です。  
約2メートルの高さから流れ落ち  
たお湯が途中で分散し、球状の  
しずくになります。このしずくが連  
続して身体へ当たることで、適度  
な刺激と温熱効果をもたらし、疲  
労回復やリラックス効果を得るこ  
とができます。

【写真提供 リンナイ】

pia.jp/t

電子チケット  
ぴあ

いきものがかり コンサート 2月28日発売予定

【開催日】2010年7月10日(土)  
【開演】18:00(17:15開場)  
【会場】倉吉未来中心 大ホール  
【全席指定】指定席:5,500円(税込)

CHEMISTRY コンサート 3月13日発売予定

【開催日】2010年4月25日(日)  
【開演】17:30(17:00開場)  
【会場】米子コンベンションセンター BIG SHIP  
【全席指定】指定席:6,300円(税込)

音楽 スポーツ 演劇 クラシック イベント

電子チケットぴあはsalute内に設置してあります

※発売日・金額などの内容は、変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

—ガスのある暮らし— ウィズガス

salute サルーテ  
withgas 通信 vol.32

鳥取ガスグループ“salute”イベント情報

春うるおい計画第二弾  
体感キャンペーンミニストサウナ  
ステップギャラリーオオクラサユリ展  
中垣直久・step up展

TOTTORI GAS GROUP

表紙のレシピ  
おへそ食堂



サンラータン  
つくね入り酸辣湯

まだまだ寒いこの季節、チョッピリすっぱくて、チョッピリ辛いスープで、体の芯まであったまる。

- 材料(4~5人分)  
【つくね】  
鶏ひき肉.....300g  
卵.....1コ  
塩.....小さじ1/2  
酒.....大さじ2  
しょうゆ.....小さじ1/2  
しょうが汁.....1かけ分  
片栗粉.....大さじ1  
小松菜.....100g  
きくらげ.....10g  
白ねぎ.....1/3本  
中華スープの素.....小さじ1  
水.....5カップ  
卵.....2コ  
塩.....小さじ1  
うす口しょうゆ.....小さじ1  
しょうが汁.....1かけ分  
片栗粉.....大さじ1-1/2  
水.....大さじ1-1/2  
酢.....大さじ2  
ラー油.....小さじ1-1/2
- 【料理：竹中真理子】



竹中真理子の  
マリコラム vol.15

幼い頃、「ちょっと手伝って」と言われ、ゴマをする母の横に座り、両手ですり鉢を押さえた...という記憶がある人も多いはず。ほうれん草のゴマ和えや白和え、いわしのつみれ...など、すり鉢から作り出される料理は素朴だが飽きのこない、まさしく「おふくろの味」だ。もちろん、あえてすり鉢を使わなくても料理はできるし、今ときは手間隙をかけない便利な器具もたくさん存在する。でも、時間をかけて丁寧にすりつぶされたゴマ和えには、香ばしい香りや力加減といった五感をフルに使える良さがある。すり鉢とすりこぎだけでできる食育、始めませんか？



3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 はじめの一歩



■アレルギー等の確認の為、お子様の保護者ご自身でお申し込み下さい。

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  
ビギナーズレッスン



大好き！  
ハンバーグ

- ハンバーグ
  - 青菜のおみそ汁
  - ごはん
- 3/6(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：2/26(金)

弥生の  
華やかなおもてなし

- 飾り巻きずし
  - 鶏からあげのネギソース
  - ごちそうサラダ
  - いちごのムース
- 3/12(金)  
10:30~13:30  
1,300円  
講師：竹中真理子  
べ切り：3/2(火)

弥生の  
華やかなおもてなし

- 飾り巻きずし
  - 鶏からあげのネギソース
  - ごちそうサラダ
  - いちごのムース
- 13/9(火)  
23/10(水) 33/11(木)  
10:30~13:30  
1,300円  
講師：竹中真理子  
べ切り：2/28(日)

女子会に一押し！  
手作り蒸し餃子

- 蒸し餃子
  - 肉みそレタス包みごはん
  - 中華風コーンスープ
  - ココナッツ白玉
- 13/26(金) 18:30~21:30  
23/27(土) 10:30~13:30  
2,000円  
講師：竹中真理子  
べ切り：3/16(火)

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



米粉パンCLUB  
komekokonetai konekone club



- もちもちドーナツ
  - あつあつクリームカルツォーネ
  - サラダ ほか
- 3/25(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：3/15(月)

ほのぼのおうちカフェ  
hono bono uchi cafe



- 嬉しい時、おめでたい時、  
みんなでお茶にしませんか。
- 13/22(月・祝) 23/23(火)  
13:00~16:00  
800円  
べ切り：3/12(金)
- 白あんと、黒あんの  
2種類のクリームを作ります。

・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。  
・お申し込みは、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。  
<http://www.salute-withgas.jp/>

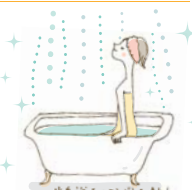
イベントのお知らせ

春色の汽車に乗って、サルーテに連れて行ってよ〜♪

ミストサウナ体感キャンペーン!!  
春うるおい計画 第2弾

1日2名様限定 要予約 無料

おうちでエステ気分が味わえる、今話題のミストサウナ。乾燥肌でお悩みのアナタ是非お試しあれ。カラダの芯から温まり、血行が促進されるので、肩凝りや冷え性の方にもオススメなんです。全身ミストを浴びて、キレイを元気を呼び覚まそう！  
うるおいドリンク付 キャンペーン期間 3/1(月)~31(水)



ミストサウナとは...  
お湯を霧状(ミスト)にして噴霧し、ご自宅の浴室を約40℃前後で高温度状態に保つので、カラダの負担も少なく、気持ちよく汗がかけます。

鳥取の作家さんをご紹介する小さな展覧会  
step gallery  
オオクラサユリ展

3/1(月)-14(日) 【最終日のみ15時まで】  
人と動物をモチーフにカラフルでワクワクする作品を制作中。私の作品をみて元気をもって帰って頂ければ嬉しいです。お時間ありましたらぜひお越し下さいませ。



中垣直久・step up展

3/15(月)-30(火) 【最終日のみ17時まで】  
新人絵描きの中垣です。よろしくお願ひします。作品は、春の季節を思い描かせていただきました。だんだんと暖かくなる春の様子を感じていただければと思います。



2/10  
手話・絵手紙教室の申込み開始日  
華道・茶道は、随時受付ています。

ウキウキ!! 手話教室  
要予約  
講師 / 猪口 絹代氏 参加費 / 500円/回 テーマ 『コミュニケーション』  
13/9(火) 23/23(火) 13:30-15:00 (両日ともに)

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)  
テーマ 『春が見える』 (共通) 持ち物 春を感じられるもの  
基礎編 3/10(水) 10:30-12:30 応用編 3/24(水) 10:30-12:30

遠州流 華道教室  
要予約  
講師 / 遠州流 芳草庵 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。)  
13/17(水) 14:00~ 2時間程度 13/27(土) 10:30~ 2時間程度

遠州流 茶道教室  
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  
13/18(木) 14:00~ 2時間程度 13/27(土) 13:00~ 2時間程度

salute  
サルーテ  
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

〈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