

リフォーム案内人「M」が行く！  
**おうちで発電！**  
**エコなリフォーム！！** (鳥取市 T邸)

鳥取ガスグループ 一級建築士事務所  
 宮部 友美 Tomomi Miyabe  
 【資格】二級建築士 【趣味】映画鑑賞



お客さまのご要望に、女性ならではの優しい視点と的確な判断で快適空間を作り上げる、宮部氏。  
 今回は宮部氏がリフォームを手がけた、T様のお宅にお邪魔しました。

「リフォームのきっかけを教えてくださいませんか？」  
 T様：機械が好きで効率の良い商品が出ればと考えていました。『エコウィル』の発売から大変興味を持っていて、検討を重ねていました。サルーテのモデルハウスで体感し、リフォームすることを決めました。



**女性目線で、**  
**細やか便利に♪**  
 食器が取り出しにくい吊戸棚を昇降式に換え、小柄なお母さんでも出し入れしやすく便利に♪

**あったか床暖房で快適キッチン**

夜中のキッチンは底冷えするような寒さでした。「この寒さを何とかしなければ」と、まずは調査を実施。その結果、壁と天井の断熱材が充分ではないことがわかりました。そこで、床・壁・天井に断熱材を補充。加えて窓ガラスをペアガラスに交換することを提案。さらに、エコウィルを設置するのであればと**ガス温水式床暖房**を提案しました。



『おかげで暖かくて明るいキッチンで快適に料理が出来ます♪』と話された、お母さんの笑顔が印象的でした。

**エコウィルで光熱費が約1/3に!?**

エコウィルは、発電する時の熱でお湯を沸かす「ガス発電・給湯暖房システム」。お財布にも環境にも優しいので、女性にも関心が高いです。



長年の夢が叶ったご主人は、『床暖房や浴室暖房を使うと発電してくれるので、1ヵ月あたりの光熱費（電気代+ガス代）が今までに比べて、**2万円近く下がりました。**音も静かで、お湯切れの心配もなくとってもよかったです♪』と、満面の笑みで語ってくれました。

…PART IIへ続く

**建築士もオススメ！**  
**大家族に最適な「マイホーム発電」**  
 エコウィル  
**ECO WILL**  
 「おうちで電気をつくる」  
 ガス発電給湯暖房システム



ガスエンジンを動かして発電、その時に発する熱でお湯を沸かすよ

しかも **今までの光熱費にくらべて、**  
**(年間) 約 50,000円 お得!!**

<計算条件：都市ガスの場合>  
 従来のもの  
 ガス：コンロ、給湯器、床暖房に使用、年間使用量 893m<sup>3</sup>、適用料金は「暖房契約」  
 電気：照明動力、冷房他、年間購入電力量 4,200kWh、従量電灯A適用  
 コージェネ  
 ガス：コージェネレーションシステム（発電量 1,630kWh [有効発電量：1,402kWh]、排熱は給湯、床暖房に使用）、コンロに使用、年間使用量 1,121m<sup>3</sup>、適用料金は「家庭用等ガスコージェネレーション契約」  
 電気：照明動力、冷房他、発電分を差し引いた年間購入電力量は 2,798kWh、従量電灯A適用

**電子チケットぴあ** 電子チケットぴあは、salute内に設置してあります。

ディズニー・ライブ！  
**「ミッキー&ミニーのスターをさがせ!!」** 兵庫  
 【開催日】2011年3月31日(木)～ 10:30/13:30/16:30開演  
 【会場】神戸国際会館こくさいホール  
 【全席指定】S席：5,000円 / A席：4,500円(税込) 1月29日発売予定

スピッツ コンサート **SPITZ JAMBOREE TOUR "とげまる2011"**  
 【開催日】2011年4月3日(日) 18:00開演(17:15開場)  
 【会場】米子コンベンションセンター BiG SHIP  
 【全席指定】5,400円(税込) 2月26日発売予定

※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。

**English cafe** イングリッシュ・カフェ  
**おしゃべり英会話**

はじめよう！  
**「話せる英語」**  
 気軽にカフェで英会話

■チケット **700円/回** (5枚綴り)  
 ワンドリンク付・1回50分  
 現金の場合：800円/回(教材費別)

Tue(火) トム先生	Fri(金) 日本人講師	Sun(日) ディビッド先生
14:00~	14:00~	13:00~
15:00~	15:00~	14:00~
16:00~	16:00~	15:00~

**Kids English** キッズイングリッシュ  
**体験型こども英会話**

まずは無料体験レッスンから！

日本人講師 **読む・書く** ちがいを伸ばす! **外国人講師** **話す・聞く** ちがいが身につく!

**読み書き文法集中コース** **もっこらコース**

月額 **6,000円** 教材費別 対象:小学生 児童英検に挑戦!

月額 **4,000円** 教材費別 対象:2~12才

・入会金2,000円 ・開催曜日など、お気軽にお問い合わせください。

**中国語教室** **韓国語教室**

月額 **4,000円** 入会金 **2,000円** ※教材費別

スン先生 **你好** **日曜日開催** 初心者 基礎 初級 中級 無料体験レッスン随時受付中!

リク先生 **안녕하세요** **月曜日開催** 初心者 基礎 初級 中級

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。

一ガスのある暮らしー **ウィズガス**  
**salute**  
 サルーテ  
**withgas通信 vol.43**  
 鳥取ガスグループ“salute”イベント情報



料理教室コラボ 特別記念企画  
**第30回 なるほど!! 生活塾『イタリア de ナイト』**

2月はサルーテでキレイになろう月間  
**春うるおい計画Start!!**

新築・リフォームの相談など、何でもご相談ください。

鳥取ガスグループリフォームチーム **0857-30-2022**

今年のバレンタインは、想いを込めて手づくり。

おへそ食堂



初めてのガトーショコラ作りがんばりますっ



ガトーショコラ

- 材料(20cm1台分)
- ビターチョコ ..... 90g
  - 無塩バター ..... 50g
  - 卵白 ..... 3個分
  - グラニュー糖 ..... 50g
  - 卵黄 ..... 3個分
  - グラニュー糖 ..... 30g
  - ラム酒 ..... 大s1
  - 薄力粉 ..... 20g
  - ココア ..... 20g
  - 飾り
- 粉糖、チョコソース、ブルーベリー、ラズベリー、生クリーム、ミント

つくり方

**Step 1**

① 型に溶かしたバター(分量外)を塗り、強力粉(分量外)をふっておく。

② 底の大きさに合わせてオーブンをペーパーを切り、敷いておく。

③ Aをあわせてふるっておく。



Step 2

④ チョコを刻み、バターとともにボウルに入れ、湯せんで溶かす。

⑤ 卵白にグラニュー糖を2、3回に分けて加えながら、角が立つまで泡立てる。

⑥ 別のボウルに卵黄とグラニュー糖を入れて湯せんにかけ、白っぽくなるまで混ぜ、④を加え入れる。



⑦ ⑥にラム酒、⑤の1/3量を加えて混ぜ合わせる。

⑧ ふるった粉類と残りの⑥を加えてさっくりと混ぜる。

Step 3

⑨ 生地を型に流し入れ、160℃に予熱したガス高速オーブンで40分焼く。

⑩ 冷めたら粉糖をかけ、ソースなどで飾る。



【料理監修：竹中真理子】

読者リポーター：竹内 理恵さん



2 feb.2011

クッキングスタジオ

おへそ

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



お子さまの台所デビュー応援します!! 対象:5才~小学生  
**キッズクッキングクラブ** はじめの歩 月切日 1/25(火)

マーボー丼  
ごろごろ野菜のおみそ汁

モリモリ食べて  
今日も元気

2/5(土) 10:00~13:00  
700円 講師 / 竹中真理子  
今回は子どもたちだけでお料理します。(必ず保護者付き添いが必要ですよ)



子育て応援!!  
**キッズママレッスン** 月切日 2/7(月)

かきの土鍋ごはん  
どて味噌串カツ  
椎茸のみぞれ和え  
柚子ケーキ

寒い日は“ウチごはん”が  
一番だね!

2/17(木) 10:00~13:00  
1,300円 講師 / 竹中真理子

「お料理は習いたいけど、子どもが小さいからまだ無理かな?」という子育て真っ最中のママ!!ぜひ、お子様連れで参加して下さい。



脱・マンネリレシピ宣言!!  
**とっておきレッスン** 月切日 1/29(土)

かきの土鍋ごはん  
どて味噌串カツ  
椎茸のみぞれ和え  
柚子ケーキ

寒い日は“ウチごはん”が  
一番だね!

①2/9(水) ②10(木) ③18(金) 10:30~13:30  
1,300円 講師 / 竹中真理子

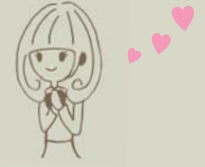
「毎日のおかず」から「おもてなし料理」まで、いつもの食卓のヒントに。マンネリメニューから抜け出したい奥様にオススメです。

今月のグー・ガールズクッキング!! はお休みいたします。

竹中真理子の  
マリコラム vol.25

ビターな  
思い出!?

もうすぐstバレンタインですね。バレンタインと言えば思い出、苦い思い出。それはまだ中学生の頃、好きな男の子に「手作りチョコ」をあげようと試みた私。チョコを刻み、鍋に入れた瞬間。実はお菓子作りが大の苦手だった私。「さて、これをどうやって溶かすの?」という疑問とともに手も止まりました。今のように瞬時にレシピを検索できる時代ではなかったので、必死で考えたものでした。「そうだ!お湯を入れて沸騰させればいいんだ!」と。結果はご想像通り。言うまでもなく永遠にチョコが固まることはなく、そしてその男の子との絆が固まることもありませんでした...というお話。でもあのビターな日があったからこそ今があるのかな。



ほっこりパンClub



北海道産減農薬小麦で作る  
・シナモンドーナツ  
・ハイジの白パン

サルーテブレンド付  
おみやげがあります

2/24(木)  
10:00~13:00  
2,000円  
(講師)  
パン工房大地の恵み  
塩見 剛史  
月切日:2/14(月)

ガスオープンで焼く美味しいパンのレッスンです。これからパン作りを始めたい方、大歓迎。うれしいお土産があります。

おうち de cafe



ホワイト♥チョコレートバー  
かわいいラッピングで

①2/6(日) 13:00~15:30  
②2/7(月) 10:00~12:30  
1,500円 月切日:1/26(水)

簡単にキュートなお菓子を提案します。お持ち帰りのみの教室です。手作りお菓子とともに、おうちでカフェ気分をどうぞ。

とっておき  
グループレッスン

サークル、企業、クラブなど、気の合う仲間同士で楽しくお料理しませんか?

- 2月のメニュー
- ・かきの土鍋ごはん
  - ・どて味噌串カツ
  - ・椎茸のみぞれ和え
  - ・柚子ケーキ

●日程は、ご相談下さい。  
●1,300円 ●最小開催人数10名

- ・コースによって始まる時間が異なりますので、ご注意ください。
- ・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、抽選により後日当選者のおおハガキにてご連絡させていただきます。
- ・定員に空きがある場合、月切り日以降でもお受けする場合がありますので、お気軽にお問い合わせください。
- ・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し込みできます。

今、私たちにできること  
エコ・クッキング

難しいと思われがちな環境問題を、身近な『食』を通してワイワイ楽しく学びませんか?

- まずはお電話下さい。
- メニューは季節により変わります。「エコ・クッキング」は、東京ガス株式会社の登録商標です。

●まずはお電話下さい。  
●メニューは季節により変わります。

<http://www.salute-withgas.jp/>

イベントのお知らせ

バレンタインデー、1年で1番スイートな月

第30回 なるほど!!生活塾 特別記念企画! 月切日:2月8日(火)

料理教室コラボ 『イタリア de ナイト』

大阪の人気イタリア料理店『IL MONDOひら井』のオーナーシェフを迎えて、自宅で気軽にできる「本格イタリアン」を直接伝授。地元の食材を使って、おしゃれなイタリア料理を「作って・食べる」絶好の機会です。

第1部 ミニ講演 / イタリア料理のヒミツ(約30分)  
第2部 料理教室 / シェフから学ぶ 本格イタリアン

2/19(土) 16:00~19:30  
参加費:5,000円(ソムリエおすすめワイン 付)

- ゲストシェフ:平井 利男氏 (IL MONDO「ひら井」:大阪北新地)
- ワインソムリエ:建部 圭紀氏 ( )



※アルコールを飲まれる方は、お車でのご来館はご遠慮下さい。

2月はサルーテでキレイになるう月間★ 参加費:500円(先着順)

春うるおい計画Start!!

寒い冬こそ女子力UP!!春はすぐそこ!!ステキな春を迎える為に、今すぐ準備を始めましょう。

今からマスター!指先美人になろう♪ 2/6(日)  
●自分でできる「ハンドマッサージ&つめのお手入れ教室」  
時間:10:30~12:00

次の春こそなりたい私 2/26(土)  
●自宅かたん「30分部屋トレ(部屋トレーニング)教室」  
時間:13:30~15:00 指導者:カーブス鳥取東  
※両日も詳細はお問合せ下さい。

regular events in salute!

要予約 ウキウキ! 手話教室  
12/8(火) 22/22(火) 13:30-15:00(両日共)  
講師/猪口 絹代氏 参加費/500円/回  
テーマ『自己紹介をしましょうV-あなたの家を紹介しましょう-』

要予約 遠州流 華道教室  
2/10(木) 10:00~ 2時間程度 2/19(土) 10:00~ 2時間程度  
講師/遠州流 芳草庵 石井 衛氏  
参加費/1,000円+お花代1,000円程度  
(ハサミをお持ちの方はご持参下さい。)

要予約 遠州流 茶道教室  
2/10(木) 13:00~ 2時間程度 2/19(土) 13:00~ 2時間程度  
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

※2月・3月の絵手紙はお休みします



〒680-0023 鳥取市片原5丁目503  
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



〈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。  
TEL (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