

Hot Cake 64号 ほっとけ〜き

2010年12月
発行 〒639-0222
香芝市西真美1-2-3
大阪ガスサービスショップ くらしプラス
大阪ガス 香芝店
ふたかみ都市ガス (株)大武
TEL 0120-803-202
FAX 0745-78-2222
http://www.otakegas.co.jp
発行人 大武正之
編集者 村島多喜子・岡田幸江・白根智亜紀

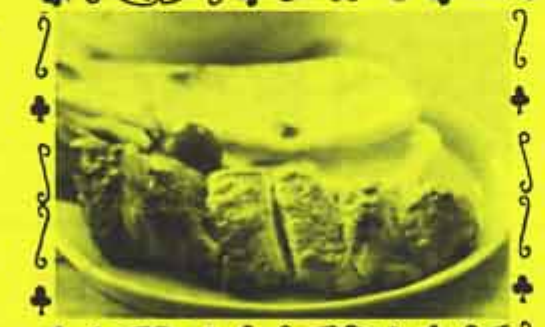
ガス火クッキング



冬休みにお子様と一緒に

タンダリーチキン

- 材料 (2人分)
- 鶏もも肉 1枚
 - ① プレーヨーグurt 150g
 - ① ケチャップ 大さじ1
 - ① カレー粉 大さじ1
 - ① 塩 小さじ1
 - ① こしょう 小さじ1
 - ① にんにく(おろし) 小さじ1
 - ① レモン汁 大さじ1/2
 - ② サラダ菜 2枚
 - ② アボカド 4コ



- (作り方)
- 鶏もも肉は余分な脂をとり、厚みを均一にし、皮目からフォークで穴をあけ、①に3時間以上、漬けます。
 - ①を皮を上にして並べてグリルで焼きます。
両面焼きグリル 上下強火約13~15分
片面焼きグリル 強火約12分
→裏返して約5~8分
 - 焼きあがれば、食べやすい大きさに切り、サラダ菜、アボカドと共に盛りつけます。

バナナあん ステーキ



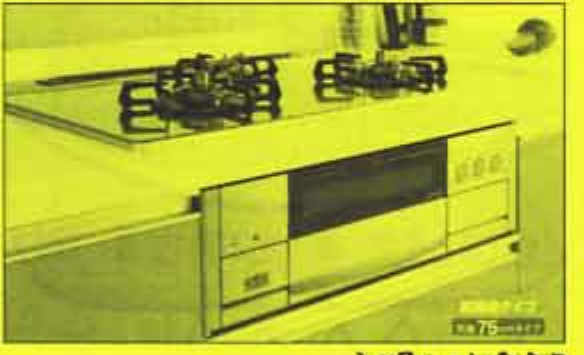
- 材料 (8本分)
- ① 春巻きの皮 4枚
 - ① バナナ粒あん 80g
 - ② 薄力粉 適量
 - ② 水 適量

- (作り方)
- 春巻きの皮は半分に、三角の形になるように切ります。
 - バナナは5mm角 10cm長さの棒状に切ります。
 - 8等分にしたあんを春巻きの皮にのせ、その上に②を置き、芯を作って巻きます。
 - 巻き終わりに①を合わせて作ったのりを塗ります。
 - ④にサラダ油を薄くぬり、アルミ箔にのせます。両端がかくれるようにアルミ箔をかぶせ、グリルで焼きます。水なし両面焼きグリル 上下弱火約4分

3時間以上漬けることで、鶏肉にしっかり味がしみ込みます。
チヤ、カレーと一緒に、お召上がり下さい。とてもおいしいですよ。



Siセンサーコンロ STYLES NEW Siセンサーコンロ Gクリアコード



根強い人気の20センチタイプ。安全機能満載でお求めやすい価格です。

ワイド&スライドグリル



グリルに引き出せるワイドなグリルは、約24cmのピザも手軽に焼けます。
魚を手間なくおいしく焼き上げる魚オトグリル付き

豊富なバリエーション

天板の大きさは75cmと60cmの2タイプから、天板の色は4色の中からお選びいただけます。自分好みのコンロをお選びいただけます。

ガスグリルでこんなことまで?

- ① 塩ゆでし、適当な大きさに切ったアスパラを羊分の長さで切ったベーコンで巻き、アルミ箔に入れます。(巻きおわりは下に)
- ② お好みのキノコ類をアルミ箔に入れ、塩をふり、10分をのせます。
- ③ ①と②をガスグリルで7分焼けば出来あがり!!

つとてい (つとてい) 講習時間は10:00から12:00です。・参加費は講習料、材料費込みです。・見本はショールーム店内に展示しています。・募集期間は新聞配布時~1月6日(木)までです。・ご来店またはお電話でお申し込みください。(受付9:00~18:00) ・ご応募多数の場合は抽選になり、1月11日(火)、12日(水)に当選された方のみにご連絡いたします。尚、募集人員に満たなかった講習は締め切りを過ぎた後、先着順で受付いたします。・講習日より週間前のキャンセルはご遠慮いただいております。

<h4>2月1日(火) 12名募集</h4> <p>手づくり カステラ (お持ち帰りあり)</p> <p>1,000円 (スープ・サラダ・和茶付)</p> <p>新聞紙で型を作って焼き上げます。</p> <p>ふんわり~ しっとり~</p> <p>持ち物 エプロン ハンドタオル</p>	<h4>2月4日(金) 12名募集</h4> <p>ガスコン おそうじワンポイントレッスン</p> <p>300円 (ティータイム・おみやげ付)</p> <p>おそうじのプロに簡単・キレイになる方法を教えていただきます。</p>	<h4>2月7日(月) 5名募集</h4> <p>陶芸 (お好きな作品が作れます)</p> <p>1,500円 (ティータイム付)</p> <p>作品例... 茶碗、湯のみ、輪挿しなど (後の作品を取りに来ていただけます。)</p> <p>持ち物・エプロン、ハンドタオル</p>	<p>(人気の陶芸教室です)</p> <p>講習会の後にスタッフの手づくりのお菓子をティータイムがあります。</p>
---	--	---	--

カルチャー教室・一日体験教室募集!

<p>押し花・グラスアート・リボンフラワー おしなな花倶楽部 約の花 古川真子 13:00~15:00</p> <p>野菜で作る風景画にチャレンジ! 独自の密封技術を使った、色あせしない顔料を使います。 初めの方にも簡単に作れます。 2/3(木)・3/17(木) 3/3(木)・3/17(木) 2,000円(材料費込み) 持ち物・ピンセット、はさみ</p> <p>D.A.N トールペイント Ataker E.P.I 辻和代 第2土曜日 9:30~12:30</p>	<p>グラスアート・アクリルアート Petit Rosa 竹中幸典・太田真緒子 10:00~12:00</p> <p>おひな様のアレンジ 2/8(火) 3,500円(材料費込み) 春のリース 3/7(月) 3,500円(材料費込み) アクリルアートフラワーで季節のアレンジ作りませんか? 資格コースもあります。 持ち物・ピンセット、はさみ</p> <p>書道 (毛筆・ペン字) 井戸野里 火曜日 13:00~17:00</p> <p>大人の書道教室 フリータイム制、月3回、年間42回 毛筆・ペン字・漢字・かな・実用書 手紙文など個性を活かし、伸びやかな楽しい字になるようにおけいこしています。 ※体験自由です</p>	<p>押花・グラスアート・リボンフラワー 司馬理人 北浦千賀子 10:30~12:30</p> <p>春のグラスアートで おひなさまを作りましょう 1/11(火)・2/8(火)・3/8(火) 1,500円 (材料費込み)</p> <p>若葉流 つまみ絵 輪田博子 第2土曜日 13:00~16:00</p> <p>舞妓さんの美しいかんざしがルーツの薄絹布一枚一枚に心をこめて、ピンセットでつまみ絵。花・動物・風景を表現し、季節の柄に色紙に貼り絵画とします。柔らかな明るいお部屋を楽しく作りませんか? ※体験自由です</p>	<p>ネイル Me Nail 山本明子 10:00~12:00</p> <p>リボン・ドマツサジ・ハンドケア & お花のアート・一日体験教室 1/25(火)・2/5(金)・3/8(火) 2,000円(材料費込み) 今年、美しい手に!! せいのドマツサジの手ケアお花アートと一緒に!! 持ち物・筆記用具・コットン・除光液</p> <p>俳画 高橋真樹 第3水曜日 13:00~15:00</p> <p>楽しんで俳画を描こう。大胆な筆運びで画を殖き、俳句を觀賞しながら楽しんでください。 初歩から楽しく学べます。毎月一回季節感のある作品を完成いたします。 ※毎月体験できます。要予約 1,200円</p>
---	---	---	--

※ご注意：お料理・カルチャー教室・つとていのお申し込み方法がそれぞれ違います。詳しくはショールーム受付まで。0120-803-202

お料理教室 ※受付開始日

2月開催は1/6(木)から、3月開催は2/1(火)から

受付は先着順です。・★印は来店受付のみで一人様2席までです。・その他は一人様4席までです。・ご来店のお申し込みは9:00~、お電話でのお申し込みは10:00~です。(お電話の場合は10日以内に参加費をご持参ください) ・キャンセルの場合キャンセル料は開催日の2週間前までは500円、それ以降は全額お客様負担になります。 ・キャンセルされた日のケーキ等のお持ち帰りはお断りいたします。 ・メニュー、食材に変更になる場合があります。 ・小さいお子様のご参加はご遠慮いただいております。 ・最低人数に満たない講習は中止させていただきます場合があります。

<p>大阪ガスふれあいキッチン 10:00~12:30 2,500円</p> <p>郷愁 揚げ油の味~エコハと繋がる (冬大根を使って) 2/2(水) ・豚肉の辛子レンコン味 ・ブリ大根 ・煮びたし(ほうれん草ときのこ) ・早春野菜の白和え ・ゆず大根と大根の根のきんぴら ・菜めしとアサリのおすまし ・栗せんざい(亀山風)</p>	<p>大阪ガスクッキングスクール 10:00~12:30 2,000円</p> <p>カシス風味のチョコレートケーキ (12x12cm ケーキ1台お持ち帰り) 2/8(火) ・ココアスポンジにカシスクリームをサンドしたスクエア型のチョコレートケーキ ・鮮やかなカシスクリームとバレンタイングッズで飾ります。 2/9(水) ・牛ひき肉とかぶのリングイネ ・旬のかぶを使った、ちよびりチーズのまいたけパスタ</p>	<p>ハーブの香る食卓 10:00~13:00 3,000円</p> <p>・小かぶのポタージュ 2/23(水) ・ほたて貝のマリネ ・ポテトのハーブグラタン ・きのこのペンネ・アラビアータ ・チョコレートケーキ ・シナモンクマイ</p>	<p>薬膳・食セミナー「美身(みん)」 10:00~12:30 2,500円</p> <p>2/10(木) 体調コントロールがむづかしい 「ウイルスに負けない薬膳」 2/9(水) 「体内浄化力を高めよう」 身体のムダをそぎ落とす 「薬膳、食事で自分や家族を守る。身近な食材で簡単に作ります。薬膳の基本・テーマに合わせた体の知識・食事の取り方、食材の知識を学び、その後調理になります。調理だけでなく、健康美容についてしっかり学びます。</p>
<p>春の好風~と野菜が主役の中華 3/4(金) ・魚頭のサラダ風前菜 ・グリーンアスパラと旬野菜のスチュー ・貝柱のごまみそ煮 ・北京ダックふう? ・エビとキュウリのスープ ・ご飯とサーサイ ・塩生モヤラメル</p>	<p>★キッズ クッキングスクール 3/23(水) パインとチョコのスターカップケーキ (お持ち帰りあります) 3/31(木) ソーセージとコンの春色パスタ 参加費 1,000円 小学生以上が対象 持ち物・エプロン</p>	<p>・レンズ豆のスープ 3/23(水) ・チーズクラッカー ・ザワークラウトレリッシュ ・ポークケイジャンスパイス ・ティラミス ・スパイスステーキ</p>	

How's リフォーム 取材日記!

香芝市 O様邸
総額 150万円

「お風呂場の床が水もれて ギシギシしてきたので 替え時かな...と。おタケガスには 以前、給湯器とコンロを 替えてもらったので 何かあったら 来てもらえるので 安心なので」と 決めてくださいました◎

洗面所 鏡面キャビネット



洗面所には4収納がなかったため、相談して洗面所入口上部の相と取りつけてもらいました◎

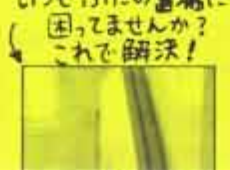
壁床のクロスも明るい色に替えたら、電気つけてるの?? 見えにくい明るくなりました◎

「スツキリドア」



キャビネットのゴムパッキンをなくすことでお手入れが簡単!!

「ふたおき」



いつもお風呂の蓋がこぼれて困ってませんか? これで解決!

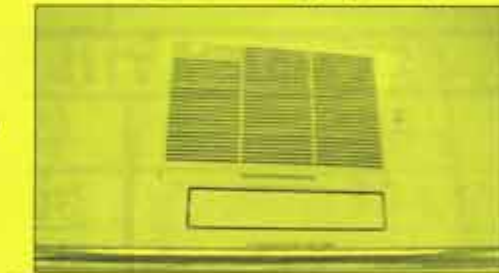
システムバス

冷めにくくなった! 段差が少なくなつてラクになった! 手すりがあると安心◎

なごみとお喜びの声を聞いています◎



カワック 天井設置型 ガス温水浴室暖房乾燥機



ガスのいいところ◎

- 衣類乾燥...洗濯物がふんわり乾きます
 - 浴室乾燥...カビが発生しにくいから衛生的。お掃除簡単◎
 - 浴室暖房...体に優しい暖かさでお風呂に入りたい時に暖めて、ホッカホカに◎
- ガスが2倍! → 電気式の2倍以上!
- ガスが2倍! → 浴室が5分以内で25℃に急激な温度変化により体の負担をやわらげます◎

取材当時は、まだカワックをご活用されてなかったお客様。これからの寒い季節、是非、使ってみて実感してくださいね!

香芝市K様邸 太陽光発電 太陽光パネル3.42kw



元々、太陽光発電には興味を持っていたK様。いろいろな業社を調べられたうえで、「大阪の業社でほぼ、決まりかけていたのですが、いつもお世話になっているおタケさんの見積りが同じ金額だったので、それなら...地元の方が何かあったらすぐ来てもらえるし信頼ができるから」と決めてくださいました。



1階配だったのは、屋根に負担がかからないか。事前調査ではしっかりとみてもらいました◎

太陽光発電の導入費は、10数年後の定年退職に払い終わるように設定。電気代が減った分と売電で毎月の支払いをまかなえるように工夫されている様。少しでも負担を減らし豊かに過ごせるように生活設計をしっかりとたてられていて、さすがです。K様のお話からとても勉強熱心で、お家を大切にされているお気持ちも伝わってきました。

毎月の電気料金換算

項目	今現在の発電/消費/売電
発電量	0.86
消費量	0.24
売電	0.61

棒グラフが発電量と折れ線グラフが消費量

この日は曇りでしたが、ちゅんと発電! 補えます! 午前中で興味お一人でしたが、待機電力で(ここ)かかるんですね!

太陽光にして10年間は、余った電気は購入した電気の2倍の1kw 48円で売れるので、ガスと併用して電気も安く売ることがお得です!!

あたたか! すずあん

各地で取り寄せた素材と打ちたて切りたてゆでたの店長さんこだわりのうどん是非、ご賞味ください◎

メニューが豊富!! すてきなお店

- 釜玉からさる、ふわかけ
- ご飯とのセットメニューまで
- どれも美味しそうで
- まよいます!

自家製!! カレー、坦々、デザートまでオリジナル!

うどんが通常1玉の1.5倍!!

器が大きい、具材がいっぱい、エビも大きくて天ぷらサクサク♡

追加メニューも食べよう

釜あげうどん 釜あん

広陵町馬見中5丁目1-26
0745-55-9116
営業時間 11:30~15:00 17:00~21:00
定休日 木曜日
◎お店の前に8台

ガス温水床暖房「ヌック」の人気のヒミツ!

今日から始まり... ます!! (ガスファンヒーターのおすすめポイント!)

なぜガス?

- すぐに暖かくなる、本当?
- 5秒で温風あつというまに部屋じゅうポカポカです。
- 取り付け、取り外し、簡単?
- ガスコードをカバーして、火災材料切れの心配もありません。

今年の冬は あたか〜い

GAS得プラン 家中のガス代が24時間いつでもおトクになります

※大阪ガス「ふたのおまかせ」ガスのお客様に最適のガス料金プランです。

床暖房パネルに組み込まれた温水樹脂管の中を約60℃のお湯が通り、その熱によってお部屋全体が暖まります。

今お使いの床を、はがさずに上から貼っていくので、工期は最短1日OKです。

今までより「グーン」とお手頃価格になりました。

現在の床材をはがす必要ない

RANK+ (ランクプラス) 除菌(プラスマクラスター)を搭載もできる充実機能と美しいデザイン

New (数量限定) 軽量、コンパクトなお手頃モデル

「8つの安心安全機能」と全機種搭載暮らのおに備えています。

火育

火を使うと脳が活性化!

火育(ひいく)中に、脳の意思疎通をつかさどる前頭前野が活性化することを確認しました。

東北大学川島教授と大阪ガスの共同研究で確認

現代生活の中で火の利用が急激に減っていますが...

川島教授は「動物の中で火を使うのは人間だけなので、火を使うと人間らしい脳が育つのではない」という仮説を立てて研究されています。

「ガスなし生活」は「火の少ない生活」です

ガスなし生活って本当にいいの?

年末は31日(17時)まで、年始は5日(9時)から。緊急時は年末年始も24時間電話対応します。

〜How'sジョールームの営業日〜

手づくり作品コーナーからお知らせ

12月1日からHow's手づくり作品コーナーに新しい作品が並びました。すべてが手づくりの心こもった作品(手作り)です。ぜひ一度、ジョールーム店内にある手づくりコーナーに見に来てください。(展示作品は2月上旬ごとに入れ替わり)

編集後記

今年も運動不足の為、身体のおちつきに備え、あがりにお、来年をしっかりと準備しよう! 次回発行は2月です。