

# ほっとけーき

Hot Cake 88号

発行 〒639-0222 香芝市百真興1-2-3  
 大阪ガスウチセシヨウ<Sしプラス>  
 ぶたがさ 監修  
 ぶたがさ都市ガス (株)大武  
 編 0120-803-202  
 FAX 0745-78-2222  
 http://www.otskegas.co.jp  
 発行人 大武正之  
 編集者 徳川有紀・今堀めい



この冬新登場

## RANK+<sup>®</sup>

【ランクプラス】  
 プラズマクラスター機能付  
 暖房と除菌で1台2役のファンヒーター

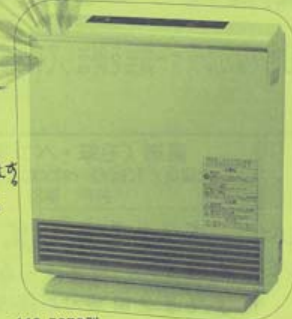
新機能  
 便利

一人の時間は「スポット暖房」  
 足元や自分の周りだけをやさしい温風で暖めたり  
 運転開始15分後の時点でガス代を40%  
 削減できます。\*条件により異なります。



便利

温風の方向を変えられます。  
 左右それぞれ最大25度方向変  
 が可能で人の位置により温風の出  
 方向を調整できます。  
 \*型番により可動する角度が違うもの  
 があります。詳しくはカタログはお問、合せて下さい。



140-5873型  
 (シャンパンゴールド)



約25度  
 左右の方向へ調整可能

プラズマクラスター機能付  
 これが健康テクノロジー  
 「プラズマクラスター」  
 技術。  
 お部屋の空気を快適に!

○オニのフンや死がいの浮遊  
 アルル物質の増加を抑えます  
 ○浮遊カビ菌を除菌します。

プラズマクラスターによる作用  
 メカニズム(イメージ図)



安全安心。安全な換気お知らせ機能

### 第34回 How's 手づくり作品 展示即売会

11月19日(木) 11月20日(金)  
 9:00~15:00 9:00~14:30

駐車スペースが  
 限られています。  
 電車・バスをご利用  
 下さいね!



#### \*1日体験教室\*

\*Ibeさんの寄せ植え\*  
 10:00~1,000円 11/19(木) 5名募集  
 クリスマスにぴったりの寄せ植えを作ります!  
 持ち物: エプロン・靴

#### \*ひよこ珈琲さんのおいしい珈琲のいれ方講座\*

10:00~11:00 1,000円 11/19(木) 5名募集  
 ご自宅でコーヒーをハンドドリップされている方  
 これからしようとしていらっしゃる方。豆の種類の違いと、  
 実際にドリップもしながら誰にでもできるハンドドリップの  
 簡単なコツもお話ししてから楽しいコーヒータイムを過ごしませんか?  
 持ち物: エプロン コーヒー豆(約)50gのお持ちです!

#### \*シアレさんの本格手打ちパスタ作り\*

11:00~12:30 1,600円 11/20(金) 6名募集  
 パスタ作りを楽しんだ後はシアレさん特製の  
 自家製サルシッチャ(イタリアのリゼージ)のトマトソースで7アップも  
 お楽しみ下さい。(ソースレス也可)  
 持ち物: エプロン・ぶくろ

受付は新築市街から11/19日)までです。  
 \*雨天またはお天候で申込みください。受付 900~1800  
 \*お集まりの人数が定員となり、11/20日、11/14日(金)に当選された方のみでご参加いたします。  
 \*お集まり人数に届かなかった場合はお断りさせていただきます。先着順で受付いたします。  
 \*材料の準備の都合上、キャンセルはご遠慮いただいておりますが、やむを得ずキャンセルされる場合は、  
 全額お振替負担とさせていただきます。

#### \*ガーデニングコーナー\*

Ibe

即売会の1日体験教室でもお世話になっているIbeさん。  
 ガーデニング・エクステリアの無料相談も受け付けてもらえますよ。

#### Snow bloom garden

ひと味違うお花もお探しの方はぜひ!! さつぽお花は  
 出会えます。高城市にあるご自宅へ寄せ植え教室も開催中。

#### 異園芸

花苗の生産者さんが丈夫な苗をお手頃価格で販売してくれます。

お買得商品満載!!

# ガステん

最新ガス機器も  
 見て触れて  
 体験できる!

大阪ガス

抽選券も必ず  
 お持ち下さいね!  
 (大阪ガスのお客様へ)

ファンター・ガスCO  
 燃料電池エネフォーム  
 エコジョーズ

W発電  
 太陽光発電コーナ  
 もあります。  
 (見積り無料)

近鉄フラザ  
 エコールマミ  
 北館1Fセントラルコート

11月12日(木)~15日(日)  
 9:00~18:00



### How's Zakka 手づくり作品 出品者募集

12月から How's Zakka コーナーで手づくり作品を展示販売  
 して下さる方を募集いたします。作品の販売展示場所については当社に  
 お任せいただくことになります。出品料・手数料は無料です。  
 募集期間は10/5(月)~10/30(金)まで。店頭受付のみとなります。

申込書類一式は受付にあります。(申込書  
 規約、商品の搬入搬出日一覧表)  
 ご応募多数の場合は抽選となり、当選者  
 へのみ後日連絡させていただきます。  
 初めての方も大歓迎! 申し込みお待ちしております。  
 \*ご当選された方には11月上旬にご連絡いたします。



#### ★つどい講師募集★

つどいの講座ご講師をしいただける方を随時募集しています。詳しくはほっとけーきスタッフまで。  
 (内容によりご希望に添えない場合があります。)

#### 出品期間

- ① 2015年12月~2016年2月 (3ヵ月)
- ② 2016年3月、4月 (2ヵ月)
- ③ 2016年5月、6月 (2ヵ月)
- ④ 2016年7月、8月 (2ヵ月)
- ⑤ 2016年9月~11月 (3ヵ月)

#### 編集後記

夏休み家族旅行で福井県永平寺に立ち寄りました。道元禅師によって開かれた坐禅修行の寺。  
 廊下、階段、トイレまでお守りすべてが修行の場で、ひかひかに掃除されていました。食事についてもありがたい  
 感謝の気持ちをお伝えしたい。日々を振り返って反省する心ばかり。明日からは坐禅の修行に心を掛けたら。しん! 今から!  
 次回発行は12月です。



秋はHow'sで何か始めてみませんか？

# How'sカルチャー教室のご案内

## 教室紹介 ① 1日体験教室 (要予約)

How'sでは毎日色々なカルチャー教室を開催しています。各教室 体験・見学も随時受付中です。



<p><b>俳画</b> 第3水曜日 10:00~12:00 13:00~15:00 アート満帆 馬場 満帆</p>	<p><b>書道 (毛筆・ペン字)</b> 火曜日 13:00~17:00 (月3回) 井戸 翠羽</p>	<p>押花・ガラスアート・リソグラフ・ポスターアート 第3土曜日 13:00~16:00 ふしぎな花俱樂部 花音遊人 北浦千賀子</p>
--	---	--

楽しんで俳画を描こう。大胆な筆遣いで画を描き俳句を鑑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。

1,200円

**大人の書道教室**

毛筆からペン字までご希望に応じては全国展開の挑戦も可能です。

好きに気儘にでも構いません。

楽しみながら日常の時間から離れてみて...

1,200円

個性あふれる作品作りを楽しくできるように心がけています。

各分野基礎より資格習得まで。

体験レッスン 随時受付中。自宅教室もあります。

押し花・ガラスアート・リソグラフ  
第1,3木曜日 13:00~15:00  
ふしぎな花俱樂部 7月15日の花 古川 篤子

**お花の好きな方募集**

体験 3800円 持ち物 ハサミ、ティッシュ はじめての方もご参加下さい。

**ネイル**  
第3火曜日 10:00~12:00  
Ms Nail 山本 則子

**\* 1日体験教室 \***

手荒れケア & アート

手荒れが気になる貴女。ぜひご参加下さい。可愛いアートもついでに楽しませよう。

11/17(水)・12/15(水)  
10:00~12:00

持ち物  
筆記用具、ハンドサール、除光液、コットン

2,000円

作品見本をショールーム 店内に展示しています。ぜひ一度足を運んで下さい。

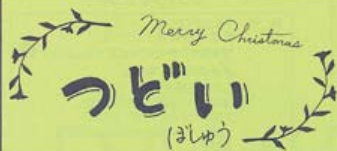
夏休み 8月25日、26日 大阪ガス クッキングスクールのキッズお料理教室にたくさんの子どもたちがオウケガスに集まってきました。この日のメニューはみるくカップケーキとミートスパゲティでした。先生の説明を聞いてにんじんやたまねぎのみじん切りに挑戦！ 子どもたちの顔はみんな真剣！ とても美味しくミートスパゲティとカップケーキが出来上がりました。

最後は先生と一緒にみんなでランチタイム。自分たちでつくったミートスパゲティ。とてもおいしくうでしたよ。カップケーキはお土産に。おうちの人が喜んでくれたかな？ オウケガスHow'sに子どもたちの元気な笑顔があふれた日でした。

粉をふるってカップケーキづくり

オープンでカップケーキを焼いている間にミートスパゲティづくり

にんじんのみじん切りに挑戦



\* 講習時間は10:00から12:00です。・参加費は講習費、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~10月25日(日)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10月26日(月)、27日(火)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1週間前のキャンセルはご遠慮いただいております。

**11月4日(水) 8名募集**

もぐもぐスッカリ! ごちやごちやスッカリ!  
収納のまぼん 講座

500円 (ティータイム付)

整理収納の"お整理ing"から、7色のアドバイザーが整理の基本をリクチャーします。

- ・ハウスkeeping協会監修「収納のまぼん」小冊子プレゼント
- ・お申し込みのタイプ別収納タイプ別分析テスト
- ・希望者には簡単な収納アドバイスも
- ・アドバイザー希望の方は押入れなどの写真をお持ち下さい。

**12月8日(火) 10名募集**

9スキャン  
おそうじワシポイントレッスン

300円 (ティータイム・お土産付)

おそうじの7色に 簡単・キレイになる方法を教えていただきます。

**12月10日(木) 6名募集**

シェアさんの  
~デトックス~ ヨガ

1,200円 (スーージー付)

体に溜まった毒を出してスッカリ!  
スーージーのかも借りて 女子カUPほほ。

持ち物: ヨガマット (お持ちの方)  
タオル・水分補給用の水

※ 重宝きやすい服装をお越しく下さい。

**お料理教室 殺菌期間**

- ・受付は先着順で各一人様4席までです。★印は来店受付のみで各一人様2席までです。
- ・ご来店のお申し込みは9時から、お電話での申し込みは10時からです。
- ・(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、食材は変更になる場合があります。・小さいお子様を連れて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く場合があります。

大阪ガスふれあいキッチン  
10:00~12:30 2,700円

大阪ガスクッキングスクール  
10:00~12:30 2,200円

ハーブの香る食卓  
10:00~13:00 3,000円

カフェ薬膳スタジオ美身(みん)  
10:00~13:30 2,700円

1/15 (金)

引き算のレシピ、考  
レコンと鶏の鍋  
(おれん草とキクラゲの白和え  
海老餃子  
かにご飯  
白みそ汁とお椀  
白菜とおいしい酢汁  
小豆かん 砂糖香りに添え

※ 都合により2月の講習はお休みです。

12/24(木)・12/25(金)

★キッズクッキング  
\*小学生以上 1,100円

クリスマスカップケーキ  
(6cmマフィンカップ4個お持ち帰り)  
親子どんぶり

12/16 (水)

カリフラワーとチキンの  
チーズソース  
トマトとオリブのゼラフ  
レンズ豆のハーブソース  
ココナツオイルのバナナケーキ  
スパイスティー

旬の野菜でからだを養う  
~食からのインナービューティー~  
薬膳療法士 健康生活指導士 長谷 真由美

ごはん・汁物・主菜・副菜・デザート・本日のお茶  
薬膳の基本とテーマに合わせた45分ほどのセミナー付きのお料理教室です。

12/9(水)・12/14(月)・12/17(木)

薬膳でおてねレパティエを  
「華やかなおしゃべり薬膳」

JHBSファミリーコース①  
9:30~12:00

12/28(木)・12/29(金)

\* 1月開講 (講師 吉田)

第4金曜コース 初回1/22  
全12回まで受講可能な方

入学金 2,160円(税込み)  
毎月 2,484円(税込み)  
(講師代・テキスト代、不稼費)

毎月1種類のバリエーションお料理の作りかた、入会説明のみの受講も可能です。

柑橘とマスカルポーネの  
ケーキ  
(直径6cm丸型6個お持ち帰り)  
黄金チャイロエビあんかけ

12/27 (水)

ヒリ肉とじゃがいもの  
カレー煮し  
チャトム(えびのお粥)  
白菜とベーコンのスープ  
ベジタブルとちくわすのサラダ  
ベリーのストラク  
スパイスティー

1/4(木)・1/20(水)・1/25(月)

年始・ハツツツと始めよう  
「薬膳でカラダを整える」

**飾り巻き寿司** 10:00~12:30 1種類2,600円、2種類3,800円

12/11(金) サータ

1/21(木) おに