

ガスナビ

Chikushi Gasnavi

地域を「ガスでつなぐ」快適暮らし情報誌



季刊 FREE vol.39 2016年10月▶12月

- 今日の食卓レシピ「秋野菜を食べよう！」
- 特集「スーパージョの相撲観戦入門」
- 暮らしのお役立ち情報「ペットの健康管理」
- 私達の街のお店紹介「トラット/中村屋」
- 私達の街の企業紹介「O・B・U Company」
- ガスマつりのご報告

元気が出るもの
見つけたよ！



発行・編集

筑紫ガス株式会社

〒818-0061 福岡県筑紫野市紫2丁目12番10号

092(923)3111(代)

http://www.chikushi-gas.co.jp/

ガスナビ

ガスマつりの
ご報告



ふれあい ガスマつり

— 熊本震災復興支援 グルメフェスタ —

9月17日(土)、大盛況のうちに終えることができました。ご来場いただいた多くの皆さま、本当にありがとうございました。当日は予想をはるかに上回るご来場をいただき、数時間で完売する飲食ブースも出てくるなど、楽しみにしていたお客様にはご迷惑をおかけしました。今回ご来店いただいた店舗の一覧を掲載しておりますので、是非お店の方へも訪れてみてください！

ながの屋食堂  牛すじカレー 福岡県太宰府市通古賀4-3-1 ☎092-515-7371 休 不定休 11:30~15:00	太宰府バーガーと唐揚げ 筑紫庵  からあげ 福岡県太宰府市幸府3-2-2 ☎092-921-8781 休 不定休 11:00~18:00	旭川らぁ麺 らぁ麺亭笑和  味噌煮込みホルモン 福岡県太宰府市五条2-5-7 ☎092-923-9171 休 不定休(月1回) 12:00~15:00/18:00~翌2:00 ※月曜は昼のみ	えびえびそば  ハトシ 福岡県筑紫野市杉塚2-6-15 ☎092-408-3866 休 なし 11:00~21:45
食肉卸 ポンドミート  ホルモン焼き 福岡県筑紫野市二日市中央5-1-5 二日市サザンハイム102 ☎092-981-2322 休 水・日曜 10:00~18:00 ※食肉卸の専門店	ラーメン暖幕  ラーメン 福岡県筑紫野市二日市中央2-8-5 ☎092-923-1888 休 なし 11:00~翌2:00	炭焼きDINING鮮笑  焼とり 福岡県筑紫野市針掘西1-4-7 ☎092-287-2722 休 不定休 17:30~24:00	ハム工房 花てぼ  フランクフルト・ポロニアソーセージ 福岡県基山町大字小倉2858-2 ☎0942-92-5177 休 火曜 9:00~18:00
焼肉上杉  焼肉丼 福岡県朝倉郡筑前町中牟田891-3 ☎0946-42-3952 休 火曜 11:00~22:00/土・日・祝:10:00~22:00	ネパール・インド料理 ハッピーカレーハウス  バターチキンカレーライス 福岡県小郡市祇園1-14-4 2F ☎0942-65-3558 休 第3月曜 11:00~15:00/17:00~23:00	わらびもち 松本茶屋  わらびもち・芋けんぴ・さぼん漬け類 福岡県筑紫野市阿志岐2394-1 ☎092-928-1191 休 なし 10:00~18:30	Sweet Box  ソフトクリーム 福岡県遠賀郡芦屋町山鹿1205-1 ☎093-221-2300 ※「オリジナルソフトクリーム」製造・卸企業
CURRY CAFE SABURO  スムージー・カレーライス 福岡県島橋市本島橋町704-8 ☎0942-82-9563 休 水曜 11:30~15:00/18:00~22:00 火曜ランチのみ	株式会社 昭和広研  かき氷・梅ヶ枝餅(冷凍) 福岡県福岡市博多区板付5-10-5 ☎092-584-5550 休 なし 9:00~17:00 ※水産練製品の卸販売・企業イベント出店	中央福岡ヤクルト販売 株式会社  飲料 福岡県太宰府市水城1-25-1 ☎092-924-8960 休 土・日・祝 9:00~17:00	※写真は一部イメージです。 今回集まった募金は 筑紫野市を通じて 熊本の復興に 役立てていただきます。

出店ご協力いただいた各店舗の皆さまありがとうございました！

ありがとうございました！



告知 **ガスフェスタ**

とき 2016.11/11(金)・12(土)・13(日) 開催
 ところ **筑紫野ベレッサ**
 福岡県筑紫野市美しが丘南1丁目12-1

お好みのドレッシングをかけてどうぞ!

Recipe-02

ナッツ入り! 根菜とナッツの ビタミンサラダ

材料 2人分

- カボチャ100g
- れんこん.....1/3節
- ブロッコリー.....30g
- にんにく.....1片
- レタス.....2枚
- 紫リーフ.....1枚
- ミックスナッツ.....20g
- オリーブオイル.....大さじ1
- 塩・胡椒.....少々

作り方

- 01 カボチャ、れんこん、ブロッコリーは食べやすい大きさに、にんにくは薄切りにする。
- 02 フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて弱火にかけ、カリカリにんにくを作る。①の野菜をグリルに並べて弱火で約5分焼き(上火・下火とも)、塩・胡椒を軽く振り、粗熱をとる。
- 03 器にレタス、紫リーフ、②を盛り付け、刻んだミックスナッツを散らす。

※野菜は焼きすぎないように火加減、時間は調整しましょう!

201 kcal



野菜ソムリエがオススメする

今日の食卓

A sommelier of vegetables does recommending.

Recipe

子どもも喜ぶ!楽しいレシピ

秋野菜で夏の疲れを解消しましょう!

秋野菜を食べよう!

秋は夏の疲れが出やすい季節。

秋野菜をおいしく食べて体の調子を整え、冬に備えましょう。

おしゃれで子どもも喜ぶレシピにチャレンジしてみてくださいね!

煮込まれた大きな具がゴロゴロ美味しい!
食べごたえのあるカレーです。

Recipe-01

秋の味覚が大集結! ゴロゴロ 秋野菜 たっぷりカレー

613 kcal



秋のおすすめスイーツ!

簡単! お子様の手作りおやつに! 焼きかんと柿のスムージー

材料 2人分

- みかん.....2個
- 柿.....1個
- かぼす.....1/2個
- 豆乳.....100cc
- 氷.....8個

みかんを焼くと甘味が凝縮され、酸味が強いみかんでも食べやすくなり、皮の有効成分が果肉に浸透すると言われています。

作り方

- 01 みかんは洗って、皮をつけたまぐりに並べ弱火で5分焼く(上火・下火とも)。こんがり焼き色がついたら粗熱を取り、皮を剥く。
- 02 柿は皮を剥き、小さく切り、かぼすは搾る。
- 03 ミキサーに全ての材料を入れて、なめらかになるまで攪拌する。

113 kcal

うれしいワンポイント

水無し両面焼きグリル
裏表を返す手間や、
グリル皿への水入れが不要

メニュー監修



シニア野菜ソムリエ・フードコーディネーター
久保 ゆりか先生 Yurika Kubo

2011年7月九州初のシニア野菜ソムリエの資格を取得。フードコーディネーターであり、最高峰シニア野菜ソムリエの資格を併せ持つ。日本料理や製パンに関する専門知識と技術を持ち、書籍やWEB等へ掲載する料理のフードコーディネーターやレシピ提供、料理教室・セミナー講師、各種メディアへの出演のほか、企業のレシピ・商品開発も手掛けている。

「野菜ソムリエ食堂」メニュー監修



福岡県糟屋郡粕屋町酒殿老ノ木192-1
イオンモール福岡2階フードコート内

材料

2人分

- 豚肉 100g
- さつまいも 1/2本
- ごぼう 1/3本
- れんこん 3cm
- 人参 1/2本
- 玉ねぎ 1個
- 生姜 1/2かけ
- 小松菜 1/2束
- ラディッシュ 2個
- カレー粉 小さじ1/2
- 市販のカレールウ 2かけ
- 水 300cc
- ごはん 2人分
- サラダ油 大さじ1/2

おいしいワンポイント

コンロ調理タイマー

1~90分まで1分刻みで設定でき、自動消火します。

作り方

- 01 豚肉は角切り、さつまいもは皮付きのまま乱切りして水にさらす。ごぼうは斜め切り、れんこんは7mm幅にカット、人参は乱切り、玉ねぎはスライス、生姜はみじん切りする。
- 02 鍋にサラダ油を熱し、生姜を香りが立つまで炒め、豚肉、玉ねぎを加えて炒める。玉ねぎはしんなりしてきたら、さつまいも、ごぼう、れんこん、人参を加えて炒める。
- 03 カレー粉を加えて炒め、水を加えて約15分煮込む。その途中で小松菜を加えて、取り出す。
- 04 火を止めてカレールウを手で割り入れ、再び弱めの中火にかけて約10分煮込む。
- 05 ルウが完全に溶けたら、器にご飯を盛り、カレーをかけ、小松菜、ラディッシュを盛り付ける。

「Be Happy」を合言葉に 二日市からパリへ

株式会社 O・B・U Company

留米など西鉄沿線を中心に店舗展開していき、2011年には東京に進出。今年10月には1ツ星店のフランス人シェフを迎えて、パリで海外初出店となるフランス料理店をオープンします。現在も本社は二日市のままで、店舗数は35、ほかにワイナリーや仲卸など、飲食業を軸にさまざまな事業展開を進めています。



お客様には普段の食事とは違う、幸せな気持ちで満たされたいと思っています。ただしそれを実現するための方法は、スタッフそれぞれ。私はまず目の前の人の笑顔を作っていくようにと伝えています。そのためスタッフ1人1人が個人理念を持ち、それに基づいて行動してもらっています。

また人を幸せにするためには、自分自身も愉しめなければなりません。それに欠かせないのが働きやすい環境づくり。飲食業は休みが取れないイメージがありますが、うちは休日をしっかり取得することで、プライベートも充実しているスタッフが多いのも特徴です。またこれからの事業展開を見据えて、海外で人気の高いSUS HIを握り、世界で挑戦できるように社内でも寿司講座を開講するなど、意欲を持って働ける体制づくりも進めています。

世代を超えて楽しく生活 できる町へ飲食業を通じて 地域活性化に貢献

会社としては海外も視野に入れて新しいことに挑戦していきますが、私が担当している「ひまわり事業部」は、地元へ貢献したいという思いもあり、二日市を中心に店舗展開しています。実は10年前の二日市駅周辺は、全く人通りがありませんでした。

編集後記

いつも地域の皆さまに支えられている私たち。地域へ貢献し、街を活性化していきたいという点では、朝長様と同じ思いだと感じました。



タコ焼きの移動販売から 始まり今年海外へも出店

私たちが「O・B・U Company」は、「ロヂウラ食堂」や「ハイポール酒場」ともすけ、「居酒屋甲子園2連覇の「博多ほたる」や「焼肉龍王館」、「中るラーメン」などを展開している会社です。

全スタッフが一番大切にして
いる言葉は「Be Happy」。これは、当社の企業理念です。当社には飲食店だけでなく、仲卸やワイナリーなどの様々な職場があります。全員のスタッフが唯一この言葉で繋がりが、同じ思いをもつて目指していることが「Be Happy」です。

お客様もスタッフも みんな「Be Happy」に

具体的な方法は「飲食業を通じて人を幸せにする」こと。おいしい料理やお酒を提供するのはもちろん、スタッフとの会話を楽しんでいただくなど、快適な空間で過ごすこと。おいしい料理やお酒を提供するのはもちろん、スタッフとの会話を楽しんでいただくなど、快適な空間で過ごすこと。

た。しかし「木鶏」、「ともすけ」とオープンするにつれて、人が集まってくるようになってきました。特に「ともすけ」のある通称「ひまわり通り」は、徐々にほかの店舗も出店するようになり、週末は予約が取れないほど賑わっています。1つの飲食店を通して町を変えることができるのだと実感しました。

執行役員 ひまわり事業部 朝長 裕さんにお話を伺いました。



執行役員 ひまわり事業部 朝長 裕さん

平成14年10月に「restaurant bar dining木鶏」を筑紫野市二日市に出店。その後も地域の活性化に貢献したいと、「ともすけ」「ロヂウラ食堂」「焼肉龍王館」「中るラーメン」など、筑紫野市を中心に店舗展開を進めている。

株式会社 O・B・U Company

筑紫野市二日市中央4-11-13-2F TEL. 092-921-9007

特別講座 『イカを捌く』



昭和6年創業、地元の皆さまに愛され続ける、寿司・割烹「花源」。
今回のメイン食材は「イカ」。捌き方から盛り付けまで日本料理のプロが伝授します。
イカの刺身、げその天ぷら 他

開催日時 1月19日(木) 10:30~13:30 定員 16名
講師 花源 花田 浩平氏
参加費 会員2,000円 一般2,500円 ※ご招待ハガキ適用外
申込締切 1月4日(水)
会場 永岡クッキングルーム 筑紫野市大字永岡46-1



寿司・割烹 花源
〒筑紫野市二日市中央2-5-30
☎092-922-1005
☎11:00~15:00/17:00~22:00
☎毎週木曜日
※寿司出前・その他仕出しも承ります。

カルチャー 『アロマワックスバー』

開催日時 11月24日(木) 10:00~12:00 定員 16名
講師 ROCAacandle 主宰 矢野 さとみ氏
参加費 2,000円 ※ご招待ハガキ適用外
申込締切 11月8日(火)
会場 永岡クッキングルーム 筑紫野市大字永岡46-1



カルチャー教室レポート



Natural soap
『ナチュラル石鹸作り』
前回行ったのは、美容パックでもおなじみの食べるヨーグルトを混ぜ込んだ石鹸作り。皆さん初めての体験でしたが、上手にオリジナルの石鹸が完成しました♪

料理教室 『冬のイタリア家庭料理』

トスカーナ風 鶏肉と野菜のスープ煮・ラザニア 他

定員 16名

開催日時 11月16日(水) 10:30~13:30
講師 キッチンカフェ木和オーナー 木和 幸子先生
参加費 会員1,500円 一般2,000円 ※ネット値引き対象
申込締切 11月1日(火)
会場 二日市東コミュニティセンター調理室 筑紫野市石崎1-1-7

料理教室 『ダッチオーブンde3種のパーティー料理』

ローストチキン・豚肉の燻製サラダ・ケーキ 他

定員 各16名

開催日時 ①12月3日(土) 10:30~13:30
②1月27日(金) 10:30~13:30
講師 フードコーディネーター 笠 真紀子先生
参加費 一律1,500円
申込締切 ①11月20日(日)・②1月10日(火)
会場 永岡クッキングルーム 筑紫野市大字永岡46-1

料理教室 『KIWA流 ハッシュドビーフ』

ハッシュドビーフ・ほうれん草とチーズのローフ 他

定員 16名

開催日時 1月31日(火) 10:30~13:30
講師 キッチンカフェ木和オーナー 木和 幸子先生
参加費 会員1,500円 一般2,000円 ※ネット値引き対象
申込締切 1月17日(火)
会場 筑紫野ベレッサクッキングサロン 筑紫野市美しが丘南1-12-1 B1F

パン教室 『焼きカレーパン』

定員 16名

開催日時 11月29日(火) 10:00~13:30
講師 筑紫ガスパン教室講師 中野 りつ子先生
参加費 会員1,500円 一般2,000円 ※ネット値引き対象
申込締切 11月15日(火)
会場 永岡クッキングルーム 筑紫野市大字永岡46-1

私達の街のお店紹介



Shop report - 01

天拝饅頭などの銘菓がそろう温泉街の和菓子店

東京風 中村屋



歴史ある二日市の温泉街で創業60年以上という、白い麻のれんが目印の和菓子店。温かな笑顔が素敵な女将さんが出迎えてくれる店内には、手作りにこだわった和菓子がそろっています。創業からの看板商品は「天拝饅頭」(1個90円)。筑紫野の街を一望できる天拝山にちなんで名づけられ、昭和28年には明治神宮にも奉納されたという銘菓です。しっとりとしたカステラ生地であんをたっぷり包んだほどよい甘さの饅頭は、時代を超えて愛され続けています。また戦前の二日市温泉名物だったものを復刻させた「湯の花羊羹」(850円)もぜひ。エンドウ豆を使用した手練りの羊羹は、上品な味もさることながら、レトロな雰囲気のパッケージでおみやげにもおすすめの一品です。

DATA

☎ 筑紫野市湯町1-1-29
☎ 092-922-3450
☎ 9:30~18:30 ※夏季は19:30まで
☎ 不定休
☎ 1台分あり



Coupon-01
ガスナビクーポン

お買い上げの方に

焼き菓子
プレゼント

※1枚で1人有効
※他クーポン併用不可
※平成28年12月末日まで有効



Shop report - 02

女子会にとってもお得な飲み放題付コースあり

二日市バル トラット



親しみある料理ながら厳選食材を使用したりアレンジしたりと、普段とひと味違う創作料理が楽しめます。またソファ席でゆっくり過ごせる雰囲気ながらメニューにない料理もリクエストOKという気さくさで、特に女性ファンが多い店です。おすすめは国産和牛のハンバーグや熊本産ハープ鶏のから揚げ。ランチや単品でも味わえますが、ディナーではぜひ「トラットコース」を。この2品含め全7品で1人2,000円、女子会なら1,800円とさらにお得です。またコースは+1,500円で飲み放題(90分)付にも。ノンアルコールカクテルを含めた100種以上から選べるので、お酒を飲めなくても十分楽しめます。4名以上で利用すれば、飲み放題が1,000円とよりお得になるので、宴会が多くなるこれからの季節におすすめです。

DATA

☎ 筑紫野市二日市中央 3-8-14 行徳ビル1F
☎ 092-918-2311
☎ 月~金11:30~15:00(OS14:00)
18:00~翌3:00(OS 翌2:00)
※土曜日は夜営業のみ
☎ 日曜日
☎ なし(近隣にコインパーキングあり)



Coupon-02
ガスナビクーポン

コースご利用の場合

飲み放題30分延長
(計120分)

※1枚で1グループ全員有効
※注文時に提示
※他クーポン併用不可
※平成29年1月15日まで有効



主婦・OLはもちろん、親子・男性、お一人でもグループでも、すべて1回完結の1Day講座♪

料理教室会員募集中!

講座へご参加いただき、専用の用紙にてお申し込みください。入会費・年会費は無料です!

会員特典

- 会員価格でお得に講座にご参加いただけます!
- 会員限定講座をご案内させていただきます!
- 大人気のバスバイクへ優先してご参加いただけます!

お申し込みお問い合わせ

TEL. 092-923-3111

または

筑紫ガス

検索

★HPからのお申込みで参加費100円値引きいたします。(一部講座のみ)



“しつけ”についても相談を

うおずみ動物病院
魚住 賢司先生

2011年5月、自身の地元である筑紫野市内に「うおずみ動物病院」開業。親切・丁寧でわかりやすい診察を心がけ、ペットのしつけや問題行動に関する相談にも応じている。

うおずみ動物病院
福岡筑紫野市二日市
中央3-1-8
☎092-925-1105



人だけじゃない！

ペットも快適！床暖房

床暖房は床面を約26～30℃に保ち、足元からじんわりと暖めます。温風が直接あたらないので家族みんなが心地よいコミュニケーションの場に♪



- 速い！**
5秒で温風！
- 軽い！**
移動ラクラク！
- 楽々！**
燃料補給なし！
- 快適！**
臭いが気にならない！

冬場にお得なガス料金メニューもご用意しております。※詳しくは筑紫ガスにお問い合わせください。

- 温風が出ないから肌やのどにやさしい**
床暖房は温風が出ないため空気が乾燥しにくいのが特徴です。
- ホコリやダニが舞い上がらない！**
ホコリやダニ、ペットの毛など舞い上がらないため、空気の汚れが気になりません。アレルギーでお悩みの方も安心です♪
- 電源コードがないので安心！**
床暖房は機器本体や電源コードが室内にでないでコードの引っ掛かりやペットのいたずらの心配がありません！
- やわらかな暖かさです。ずっと寝転んでも安心**
床面の温度ムラがほぼなく、長時間寝ていると起こりやすい低温火傷の心配も軽減します。

今号の表紙



秋風つれて、おあさまと一緒に太宰府天満宮へ出かけた優妃(ゆうひ)ちゃんと丈治(じょうじ)くん。名物のモチを食べてゴキゲンだったのに、少し歩き疲れた？でも、天神様の広場でウーンと元気になれ！と成長をお祈りしました。

くらし上手の **豆知識** 11月8日は「いい歯の日」。成人の9割が抱えている虫歯ですが予防しやすい病気でもあります。この機会にきちんと虫歯予防を習慣づけましょう。

- 子どもの虫歯予防**
ジュースやお菓子を好み、歯磨きでも磨き残しが多い子どもたち。歯ブラシが届きにくい奥歯などの部分をしっかりケアすることが大切です。
- 大人の虫歯予防**
歯肉がやせ露出した歯根は虫歯の好物。歯根の表面は象牙層で通常面のエナメル質に比べ柔らかいからです。歯が溶けるのを抑制し再石灰化を促すフッ化物配合の洗口剤や歯磨剤を使いましょう。
- デンタルフロスや歯間ブラシも効果的**
ブラシだけでは除去できない磨き残しはこれでクリーンに！



秋から冬にかけての

ペットの健康管理について

ペットも人間同様、気温には敏感です。これからの季節、おうちの中で快適な居場所をつくってあげましょう。健康管理のひけつを「うおずみ動物病院、魚住 賢司先生」に伺いました。



この季節ならではの健康トラブル

気温が下がる冬は、犬にとっては快適な季節。ストレス解消のためにも満足するまで散歩させてください。しかし、散歩時にはノミやマダニの付着に注意。お家で繁殖すると飼い主さんも刺されるケースもあり、マダニに刺され、死に至る病気も報告されています。まずは予防が大切です。病院で薬を処方してもらいましょう。もしマダニが付いたら家で取らず、速やかに病院へ。猫は、尿石症から膀胱炎を起

健康管理のひけつ①

水分不足に注意！

寒くなると水を飲む量も尿の回数も減ります。こうなると泌尿器の病気にかりやすくなります。

健康管理のひけつ②

温度変化に注意！

室内の寒暖差はなるべく小さく！一日の中で夏と冬が繰り返されるようなことはさけて！

健康管理のひけつ③

短毛の犬は洋服を！

短毛の犬は寒さに弱いものが多いので、冬場のお散歩の際は洋服を着させてあげてね！

健康管理のひけつ④

肥満に注意！

体重増加はペットの循環器に大変な負担。定期的に体重測定し食事量の調整を。

こしやすくなる季節です。おしつこの回数が増えたら、膀胱炎のサインです。早めに病院で受診しましょう。

冬は暖房器具での低温やけども増加。床暖房なら適温なので安心ですが、動物用カーペットで低温やけどもみられますので、使用の際は熱い時に移動できる場所を作りましょう。また桃やアボカドの種、クリスマスツリーの飾りなど誤飲もみられません。ごみ箱をあさらないように気をつけてください。様子がおかしい時には、早めに病院へ行きましょう。さらに運動不足による肥満も心配で

す。近年、猫の糖尿病も増えているので、10歳前後になったら半年ごとの健診をオススメします。

変化に気づいてあげることも、放っておかないことが大切



Column



ペットの寿命 近年、犬も猫も平均寿命は伸びてきていて、犬の平均寿命は14.85歳、猫は15.75歳。犬は小型犬の方が長寿です。
※①2014年博報堂生活総研調査、②～④2015年度世論調査より