

ガスナビ

Chikushi Gasnavi

季刊 FREE vol.44 2018年1月▶3月

- 今日の食卓レシピ「冬の旬野菜を食べよう！」
- 暮らしのお役立ち情報「北欧の暮らしから 暖かな冬の過ごし方見つけよう」
- 私達の街の企業紹介「ソニー株式会社」
- 私達の街のお店紹介「からあげ えんや」
- 特集「2018開運メソッド」
- アンケートにこたえてプレゼントをゲット!

笑顔でうそを
ホントに変えちゃえ!



溝口春馬くんとりかちゃんが木うその
絵付け教室にチャレンジしました(P11)

ひとが、明日のエネルギー。
筑紫ガス
CHIKUSHI GAS

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

浴室暖房乾燥機のススメ



Rinnai

☑ヒートショック予防

暖かい部屋と寒い浴室の温度差により急激に血圧が変動する「ヒートショック」が起こりやすいのが冬。「浴室暖房乾燥機」なら温度調節機能と、温度や風速の自動調節機能で、入浴前の浴室を足元から暖かに。お年寄りも血圧の高い方も安心して入浴できます。

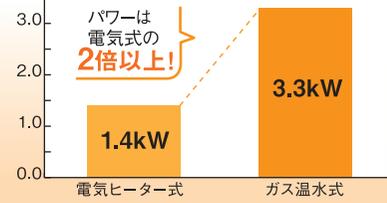
☑1年中活躍(浴室暖房&衣類乾燥)

カビや結露の発生を抑え、お掃除もラク。雨の日や夜など洗濯物が乾きにくい時に浴室を衣類乾燥室として活用できます。部屋干しのニオイも花粉やホコリの付着の心配もないので一年中活躍します。生地が傷みにくくシワにならず、紫外線による色落ちも少ないからとっても安心!



☑ガスがパワフル

温度ムラが少なく、運転の立ち上がりがとても早いガス温水式。入浴前にスイッチを入れ15分後、浴室温度が電気ヒーター式は約13℃に対し、ガス温水式は倍以上の約35℃に。



プレゼント PRESENT

日頃のご愛顧に感謝して、家族で楽しめるお食事券をご用意しました。ぜひ、ご応募ください。

「筑紫野 天拝の郷」の自然食buffet
ペア平日お食事券(平日入浴券付き)



10組
20名様



Wチャンス!
QUOカード
500円分

30
名様

応募方法

応募方法 応募ハガキまたはホームページ専用フォームに必要事項をご記入の上お申し込みください。

応募期間 2018年2月16日(金)消印有効

※当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
※ご記入頂いた個人情報上記以外の目的には使用いたしません。
※質問については個別対応はいたしかねます。



郵便はがき

8188790

料金受取人払

筑紫野局
承認

0189

差出人有効期間
平成30年2月
20日まで有効
(切手不要)

返信

福岡県筑紫野市紫2-12-10

筑紫ガス株式会社

「ガスナビ」広報担当 行



ご住所	〒	
フリガナ		
お名前		
電話番号	性別	男性・女性
年代	～30代・40代・50代・60代以上	

【応募締め切り】2018年2月15日(木)消印有効

野菜も摂れてボリューム満点!

照焼きチキンの サラダボウル



405 kcal

材料

2人分

鶏モモ肉.....1枚	●醤油.....大さじ2
グリーンリーフ.....4枚	●みりん.....大さじ2
ミニトマト.....2個	●砂糖.....小さじ1
赤ピーマン.....1個	●酒.....小さじ1
とうもろこし.....適量	マヨネーズ.....大さじ1

作り方

- 01 鶏肉は厚みを均一にし、合わせた●に漬け込んで10分置く。
- 02 汁気をきいた01をグリルに入れて両面を焼き、一度取り出す。フライパンに01の漬け汁を入れて強火で軽く煮詰め、焼いた鶏肉を入れて煮汁を絡め、角切りにする。
- 03 グリーンリーフは食べやすい大きさにちぎり、ミニトマトは半分にかつ、赤ピーマンは千切りに。
- 04 03、とうもろこしを軽く混ぜ合わせ、器に盛り付け、02をのせてマヨネーズをかける。

おいしいワンポイント

水無し両面焼グリル

上直火・下バーナーで裏返さず早く焼けます。

冬のおすすめスイーツ!

出来立てはふわふわ、翌日はしっとり! 蒸し焼きショコラ

材料

4人分

作り方

チョコレート.....100g
バター.....大さじ2
砂糖.....30g
卵.....2個
牛乳.....大さじ2
●薄力粉.....40g
●ベーキングパウダー.....小さじ1
粉砂糖(飾り).....適宜

- 01 ボウルに刻んだチョコレート、バターを入れ湯煎にかけ、完全に溶かし混ぜる。
- 02 別のボウルに卵を溶きほぐし、砂糖を加えてよく混ぜ合わせる。
- 03 02に01のチョコレートを混ぜ合わせる。牛乳、ふるった●を入れ、粉っぽさがなくなる程度に混ぜ、型に流し入れる。

- 04 鍋に水約150ccを入れて温め、03をプリンカップに入れて並べ、蓋をして弱火で約20分加熱する。粗熱を取って粉砂糖を振る。
※蒸し器で蒸してもOK!

おいしいワンポイント

コンロ 調理タイマー
設定時間で自動消火します。



298 kcal

メニュー監修



野菜ソムリエ上級プロ・
フードコーディネーター

久保 ゆりか先生

2011年九州初の最高峰野菜ソムリエの資格を取得。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他、企業の商品開発、飲食店のメニュー監修も手掛けている。

メニュー監修の飲食店「リセルキッチン」オープン!



丸ごとカマンベールチーズがとろり!
チーズフォンデュみたいな味わいに。

お野菜たっぷり カマンベールチーズ鍋



418 kcal

ズはごはんを入れてリゾットや、
パスタ、バケット、ガーリックトーストと一緒に食べても♪

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

子どもが喜ぶ楽しいレシピ!

みんなが笑顔になれるハッピーレシピ!
冬野菜を食べよう!

今回は、まるでケーキのような鍋に、子ども達も喜ぶサラダ、
バレンタインプレゼントにも使えるスイーツをご紹介します!

材料

2人分

カマンベールチーズ.....100g	ラディッシュ.....2個
ウインナー.....80g	パプリカ.....1/2個
白菜.....1/6玉	スナックエンドウ.....4サヤ
大根.....200g	しめじ.....50g
かぼちゃ.....100g	●コンソメスープ.....600cc
にんじん.....1/3本	●塩.....適量
ブロッコリー.....80g	

おいしいワンポイント

焦げつき消火機能

煮物などで焦げついた場合、鍋を傷める前に自動消火します。

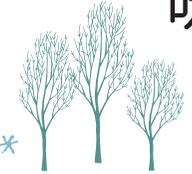
作り方

- 01 カマンベールチーズは8等分、ウインナーは斜めにカットする。
- 02 野菜類は食べやすい大きさに切り、しめじはほぐす。
- 03 鍋にウインナー、白菜の芯、大根、かぼちゃ、にんじん、●を入れて煮込む。
- 04 03に火が入ったら、その他の野菜、中心にカマンベールチーズを加え、チーズがやわらかくなるまで煮る。



北欧の暮らしから 暖かな冬の過ごし方 見つけよう

快適に過ごす
工夫がいっぱい
北欧の生活スタイル



森と湖に囲まれた美しい風土・北欧では自然を大切にしながらシンプルに暮らすのがライフスタイルです。日照時間が短く降雪量も多い冬は家の中で過ごす時間が長いいため、インテリアや料理といった室内で快適に過ごす文化が発達していきました。

マイナス30℃にまでなる極寒のエリアなので、住宅は断熱性・気密性に優れ、木製の素材を使ったシンプルなお観が特長です。日光を取り入れるために窓も大きくとっています。

インテリアは自然素材や動植物のモチーフを取り入れた温かみのあるデザインが特徴です。外が一面の雪でも明るい気分です。外が一面の雪でも明るい気分です。外が一面の雪でも明るい気分です。

また、北欧ではここ10年程で、温床暖房が急速に普及し、新築住宅ではほとんどに床暖房が設置されるなど、一般的な暖房として定着しています。冬をより快適に過ごすため、私たちの生活にも参考にしたいですね。

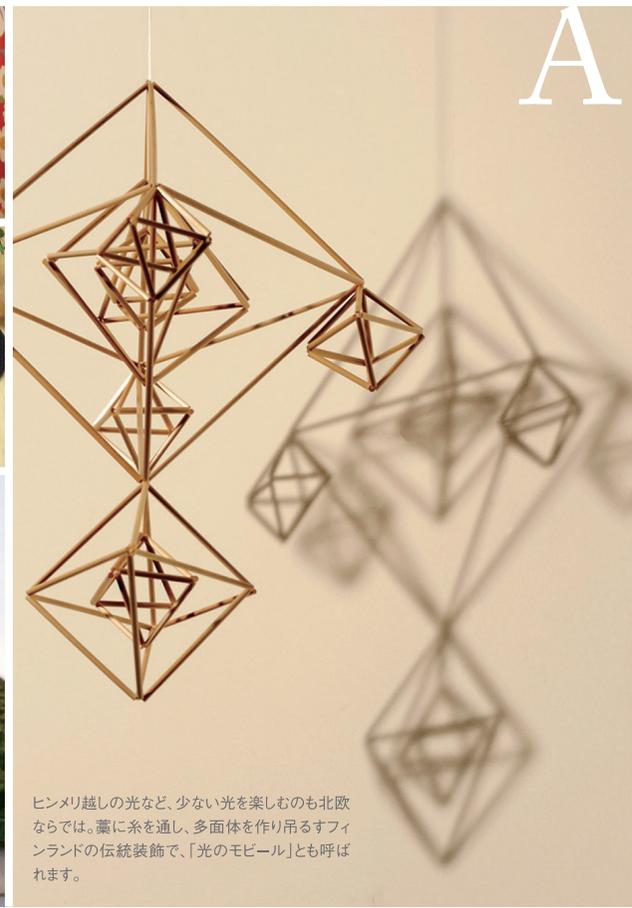


A



B

ビビッドカラーのクッションカバーを取り入れやすい北欧風アイテム。



A

ピンメり越しの光など、少ない光を楽しむのも北欧ならではの。藁に糸を通し、多面体を作り吊るすフィンランドの伝統装飾で、「光のモバイル」とも呼ばれます。



今回ご協力いただいたのは、イエノコト株式会社取締役社長、一級家事セラピストの淀川 洋子さん。女性の感性を活かした生活スタイル提案が好評。北欧風リフォーム相談もOK。ピンメり作りなど開催講座はHPでチェックを。



D

幾何学模様や独創的なデザインのキリムは冬を温かくおしゃれに演出します。



C

キャンドルのほかに照明機器のデザインや色でも雰囲気が変わります。



イエノコトさんに聞く 北欧風おしゃれな家づくり

A 幾何学模様

ピンメりや幾何学模様のファブリックアイテムでお部屋をノルディックな雰囲気。

B ビビッドカラー

クッションカバーやキッチン小物は気分を明るくするビビッドカラーでお部屋の差し色に。

C キャンドル&照明

やさしい灯りで食事をすれば、不思議と人の距離も縮まります。

D ぬくもりある冬小物

フェルトのコースターやキリムで、ほっと一息。この季節ならではのインテリアを楽しんで。

カタズケノコト

整理頓の原則は「定量・定位置・捨てる」。衣替えの時期には、とにかく物を押し込んで片づけるのではなく、収納できる量を確認し、ものを置く位置を決め、スペースが足りない時には、代わりに捨てるものがないか考えてみましょう。

おすすめ床暖房3つのメリット

部屋全体がやさしく暖まる
足元もポカポカなので、冷え性の方にオススメです。部屋全体が暖まり、家族が好きな場所です。

空気が乾燥しにくく、きれい

エアコンのように風が出ないため、埃がたにくく、喉や肌によさしい暖房です。

掃除が楽で片付け不要

室内に機器やコードがないので、うっかりヤケドや転ぶ心配もなく、いつもお部屋はスッキリ、広々。



北欧の小話 北欧を垣間見る 2つの話を紹介します。

長寿大国

平均寿命が80歳以上の北欧エリア。フィンランドは熱いサウナ、ノルウェーにはタラの肝油を摂る等の健康習慣が。またデンマークは医療費や介護費が無料。健康意識の高さや老後も安心できる制度に、長寿の秘訣があるのかも。

オーロラ

北欧はオーロラの観測地としても有名。観測できるのは秋から春で、夜が長い冬の方が出会える機会が多いそうです。オーロラは、太陽風が地球の大気と衝突したときに生まれます。オーロラは太陽からの贈り物なんです。



筑紫野生まれの「馬油®」を これからもここで作り続ける

ソンバーク株式会社



紫野物産研究所を立ち上げてすぐに製造販売を始めたのは、同時に研

究していた健康食品「梅雲丹（ばいうんたん）」と名付けた脂も「馬油（ばあゆ）」と名付けて売ろうとするも、前例が無いと厚生省から化粧品品の製造許可が下りません。「塗るといって販売しながら申請を続け、ようやく化粧品品の許可が下りた昭和63年から「ソンバーク」として販売を始めました。

「ソンバーク」の工程は、まずミニチ状にした馬の脂肪を加熱して溶かし、肉カスなどを除去後、ろ過して出来た一次精製馬油を、放射能検査を行つてから専用タンクで約2年間寝かせます。それを脱臭精製し微量に残った不純物を完全除去。最後にもう一度ろ過してから瓶詰めして出来上がりです。自分たちが効果を

実感している商品だからこそ、間違いない製品を作り続けていければ、多くの方に支持していただけるはず。そのため手間はかかりますが、この製造過程をずっと続けていきます。

創業して半世紀ほど、様々な困難もありましたが、その度にたくさんのお客様に支えていただきました。真面目に、間違つたものを出さないよう作り続け、元祖「馬油」の会社として、お客様に長く愛される存在でありたいと思えます。

「馬油」。近年、海外からの観光客による爆買いの影響で製造が間に合わなくなり、天山にも製造所を作りましたが、今後も針摺を拠点に営業を行つていきたいと思えます。母から娘と、親子2代で働いてくれる従業員も多く、この地にしっかりと根付いているとい



編集後記
直江専務にお会いし、驚いたのはその手の美しさ。馬油を塗るくらいです」とおっしゃいましたが、まさに、その効果を実感。間違いない「真面目」の言葉に胸に、私たちがお客様と誠実に向き合っていきたいと思えます。

ソンバーク株式会社、専務取締役の直江総一郎さんにお話をうかがいました。

やけどがきっかけで誕生した馬油100%ソンバーク

間違つたものを出さないため、ただ真面目に作り続けること

地元・筑紫野の人たちに私たちがもっと知って欲しい



専務取締役
直江 総一郎さん



専務取締役 直江 総一郎さん

大学卒業後に筑紫野物産研究所へ入社。多忙な業務の傍ら、工場見学のガイド役を務めることも。毎回参加者を楽しませる、分かりやすい説明とユーモアを交えた軽快なトークには定評あり。

ソンバーク株式会社
(株式会社薬師堂、株式会社筑紫野物産研究所)

筑紫野市針摺東5-3-1 TEL.092-923-1061 <http://www.yakushido.com>



Shop report

4種のミックスも可能!
味が選べるからあげ弁当
からあげ えんや

西鉄紫駅から徒歩30秒!12月にオープンしたばかりのからあげ専門店です。イチオシは「からあげ弁当」(4個入り390円〜)。からあげは塩・しょうゆ・ゆず・ピリ辛の4種から選択。4種のミックスもOKなので、組み合わせがいろいろ楽しめます。からあげは1個60円から単品でも販売。10個以上なら1個50円とよりお得です。前日までの予約で大量注文も可能なので、宴会やパーティーにもおすすめです。ほかに手羽元(1本60円)や自家製の「なめらかプリン」(100円)もあるのでこちらもぜひ。今なら左のクーポン利用で、購入合計金額からなんと50%OFFとさらにお得です!



やわらかく、ほどよいジューシーさがあとをひく「からあげ」。からあげ弁当のご飯は大盛・盛り盛りともプラス50円とうれしいサービスも。

DATA

〒筑紫野市紫1-28-3船越アパート1F
☎092-925-8853
🕒11:30~21:00 ※売り切れ次第終了
📅困日曜・祝日 回なし

「えんや」という店名は、地域の人々とご縁があるように...そんな願いを込められたそうです。

ガスタビクーポン

お買い上げの方に
購入合計金額より
50%OFF

※お1人様1回限り
※平成30年3月末日まで有効

KIDS PHOTO ご紹介! 今回のテーマ「食」! たくさんのご応募ありがとうございました! 皆さまからいただいた元気いっぱいのお写真をご紹介!

晴彪くん・大刀洗町
新太くん・蒼太くん・太宰府市
涼音ちゃん・筑紫野市
音華ちゃん・筑紫野市
ゆきちゃん・りくくん・太宰府市
りかちゃん・福岡市
桜也くん・太宰府市
心春ちゃん・楓夏ちゃん・小郡市

ガスフェスタに遊びに来てくれました!

蓮くん・伶寧ちゃん・優くん・太宰府市

大村湾PA「恋人の聖地」での記念写真

昼食は割烹ひくちで「長崎御膳」

今日ご紹介頂いたお客様の中から抽選で5名様にQUOカード500円分をお贈りいたします。当選結果は商品の発送をもって代えさせていただきます。

筑紫ガス
講座案内
Chikushi Gas Culture Information

料理・カルチャー・親子教室
暮らしを楽しく豊かにするイベント情報!

会場 永岡クッキングルーム 筑紫野市大字永岡46-1

※写真はイメージです

特別講座

『プロ技満載! やみつき中華』



筑前町の有名中華料理店 永徳酒家さん。店主のこだわりと裏技が盛りだくさんの4品をお伝えします。

メニュー
チャーハン、酢豚、水餃子、ごま団子

開催日時 3月14日(水) 10:30~13:30
講師 永徳酒家 オーナー 日永田 保徳氏
参加費 会員1,500円 一般2,000円
申込締切 2月27日(火)

永徳酒家 福岡県朝倉郡筑前町224-2
☎092-710-2007 困水曜

料理教室 『ロシアのあったか家庭料理』

ボルシチ、ペリメニ(ロシアの水餃子)、ピロシキ など

定員 16名

開催日時 2月21日(水) 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 会員1,500円 一般2,000円
申込締切 2月6日(火)



料理教室 『春のときめき お花見弁当』

ささ身の梅肉ロールフライ、五目野菜のピクルス、桜羊羹 など

定員 16名

開催日時 3月22日(木) 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
申込締切 3月6日(火)



カルチャー 『選べる! 水引アクセサリ作り』

イヤリング、ピアス、ピンバッジ、ヘアゴムの中から好きなものを選びいただきます。

結婚式など、おめでたい席でよく目にする縁起物「水引」を使い、和装にも洋装にも合うアクセサリを作ります。

開催日時 3月10日(土) 10:00~12:30
講師 オシドリチドリ 瀬戸 千草氏
参加費 一律1,000円
申込締切 2月20日(火)



パン教室 『ツイストドーナツ』

手ごねでつくる軽い食感のドーナツ。

定員 16名

開催日時 2月27日(火) 10:00~13:30
講師 筑紫ガスパン教室講師 榎木 静香先生
参加費 会員1,500円 一般2,000円
申込締切 2月13日(火)



料理教室 会員様限定 日帰りバスハイク報告



平成29年10月29日(日)、今回で10周年を迎えたバスハイクは、異国情緒あふれる「長崎」へ行ってきました!台風が近づき、軍艦島ツアーには参加出来ませんでした。昼食の「長崎御膳」やグラバー園の散策など、楽しかったという感想をたくさん頂き、私どもも大変嬉しく思います。今後も皆さまに楽しんで頂ける企画を行って参りたいと思います。お楽しみに♪



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します!

お申し込みお問い合わせ

TEL.092-923-3111

または 筑紫ガス料理教室 検索



※応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。抽選結果は、申込締切日後3日以内に、当選されたお客様のみにご連絡させていただきます。予めご了承ください。

太宰府天満宮と 木うそ

太宰府天満宮造営の際に押し寄せた蜂の大群を、鴛(うそ)が退治したという故事から神の鳥とされており、その姿をホウの木をノミで削り色付けしたのが「木うそ」です。正月七日夜には暗闇の中で木うそを交換しながら、幸運を呼ぶといわれる「金うそ」を求め合う「うそ替え」神事が行われます。

太宰府天満宮の行事表

- 1月 鴛替え神事(7日)
鬼すべ神事(7日)
- 2月 節分厄除祈願大祭(初旬)
- 3月 曲水の宴(第1日曜日)



次に緑の絵の具で背部と羽根を描きます



まずは赤いアクリル絵の具でノドや背部のフチ、羽根を描きます



頭に金紙を貼り、大宰府の印を押して完成!



黒で目と足を描き、乾燥するのを待ちます

体験! 「木うそ」の 絵付け教室

太宰府館では縁起の良い「木うそ」の絵付けが体験できます。初めての参加でもインストラクターの方に指導してもらえますので安心。ガスナビ読者・溝口さんファミリーがさっそくチャレンジ!どんな木うそができるかな?

場所: 太宰府館
(太宰府市宰府3-2-3)
電話: 092-918-8700
日時: 毎月第2日曜日、11時~15時
所要時間: 1時間程度
料金: 7cmサイズ 1,000円
申込: 2週間前までに電話で連絡を



ガスナビ | vol.44 | アンケート

Q1.興味をもてた記事を教えてください。(複数回答可)

- 表紙 レシピ 特集 企業紹介 お店紹介
- 講座案内 暮らしのお役立ち情報

Q2.この1年でガスナビをご活用いただいたことを教えてください。(複数回答可)

- 掲載された商品・サービスを買った・利用した・申し込んだ
- お店に行った
- プレゼントに応募した
- 筑紫ガスのイベントに参加した
- 読むだけで何もしたことがない
- その他 ()

Q3.あなたはどのような投稿企画に応募してみたいですか?(複数回答可)

- キッズフォト
- 我が家の自慢レシピ
- 写真(風景・料理など)
- 川柳
- ペット自慢
- その他 ()

Q4.あなたはスマートフォンやタブレット端末などを使って新聞や雑誌を読みますか?

- 読む 読まない

ご協力ありがとうございました。

義援金のお届け

平成29年9月に開催した「ふれあいガスマつり」で、皆さまから寄せられた募金を九州北部豪雨被害の義援金として、筑紫野市へ寄託しました。



今号の表紙



今回チャレンジしてくれた溝口春馬さんと溝口りかちゃん。「木うそ保存会」の青柳健夫会長と宮崎さんに教わりながら、自分だけの木うそを見事に完成!縁起の良い一年のスタートになりそうですね。

表紙家族大募集!
QUOカード2000円分をプレゼント
表紙に登場してくれる元気なファミリーを募集します。詳細はHPをご覧ください。

ガスナビ以外のお問い合わせは TEL.092-923-3111

年初め!運が開く 2018 開運メソッド

良い一年を迎える開運情報をご紹介します!

— 恵方参りに行こう! —

恵方は毎年変わるもので、「正月様」とも言われる「その年の福を司る歳神さま」のいらっしゃる方角のこと。そして歳神さまがいる恵方にある神社に参拝するのが恵方参りです。恵方参りは何度行ってもよく、まずはお正月、節分、春分の日、夏至、秋分の日、冬至など季節の節目に行くと良いでしょう。ちなみに2018年の恵方は南南東です。

— 戌年は前向きが吉! —

戌年は五行では土気、陰陽では陽に当たり、努力次第で運氣が大きく変わる年と言われています。失敗しても悔やまずに次を考えると運が開けます。前向きで明るく良い1年になりますよ。

— 玄関は明るく いつでもキレイに! —

運氣が入りするとされる玄関。良い運氣を呼び込むには途中でせき止めないように、明るくキレイにしておくことが大切。風水的には靴も下駄箱の中に閉まっておくのが良いとされます。



おみくじ
あなたは
結ぶ派?
持ち帰る派?
おみくじ
おみくじ

おみくじを引くのは参拝後。吉凶だけでなく項目ごとに書かれていることを指針にしましょう。おみくじは持ち帰るか、神様と縁を「結ぶ」ため境内に結ぶか、納札所に納めます。凶は利き腕ではない手で結べば吉に転じるという説もあります。

今さら聞けない 年初めマナー



初詣はいつまでに
行けばよい?

「元日でなければ」「三が日まで」「松の内までに」「1月中は大丈夫」...あなたはどれだと思えますか? 一般的には「三が日以内」という声が多いようですが、実は、いつまでに行けばいいのかわからないという明確な決まりはありません。

神社での参拝の仕方

- 1 鳥居をくぐる前に礼をし境内へ
 - 2 神様の通る中央を避けて参道を進みます
 - 3 手水で心身を清めてから神前へ
 - 4 礼をしてから賽銭を入れ、鈴を鳴らし「二拝二拍手二拝」
 - 5 帰りも参道の中央を避けて歩き、礼をしてから鳥居を出ます
- ※「途中で福を落とさず持ち帰る」ということで、寄り道せずに帰宅するのが吉