

ガスは快適な暮らしのパートナー

2022年夏号

No.45

年4回発行
(3月・6月・9月・12月)

弘前ガス
広報紙

yell エール

弘前ガスは、笑顔あふれる暮らしづくりを応援します！

100年先もずっと… 津軽のおかず 夏

お知らせと
ブログも
見てね！



前号で特集した「津軽の郷土料理」。読者の皆様から熱いご要望を受け、エールでは季節にちなんだ献立を紹介いたします。

なすときゅうりの塩辛

粘りの強いナット昆布は夏に食べたい食材の一つ。
季節ごとに手に入る野菜は何でもいいです。

25kcal
食塩相当量0.6g

材料(6人分)

なす…中2本(160g)
きゅうり…1本(130g)
みょうが…1本(20g)
ピーマン…2個(60g)
油…小さじ1
塩辛昆布…大さじ3
だし汁…大さじ5~6
しょうゆ…小さじ2
赤唐辛子…小1/2本
かつお節…5g

下ごしらえ

①なす…たてに3~4本縞々にならべて皮を剥き、1cm角切り
きゅうり…縦に四つ割りに切る、1cm幅に切る
みょうが…縦に半分に切り、小口切り
ピーマン…種をとり、1cm角に切り油で炒めておく
塩辛昆布…冷めただし汁を加え、混ぜてふやかしておく

作り方

②なすときゅうりは3%濃度の食塩水(200mlの水に塩小さじ1)に30分ほどつけたらザルにあげ、水分を絞る。
③すべての材料を合わせ、しょうゆと赤唐辛子を加え混ぜ合わせ、最後にかつお節を細かくして加える。
※使用する塩辛昆布によって粘り気、塩分が違うため、塩辛昆布やしょうゆの量を加減する。



なすみそ(油みそ)

夏を元気に乗り切るための知恵の料理。
白いごはんがおいしくて食が進みます。

92kcal
食塩相当量0.7g

材料(6人分)

長なす…3本(400g)
油a…大さじ2
赤じそ…大10枚(40g)
油b…小さじ1
赤みそ…大さじ2
みりん…大さじ1
油c…小さじ1

下ごしらえ

①なす…1cm角切り、赤じそ…1cm角のざく切り

作り方

②フライパンにaの油を熱し、なすを敷き詰め、手のひらで押えて1~2分表面に焼き目をつける。次にひっくり返すようにして混ぜながら炒める。
③なすに油が回ったら、鍋の中央部をあけ、bの油を入れてしそを炒める。しそとなすをよく混ぜながら炒める。
④鍋の中央部をあけ、cの油を入れ、みそを中火で炒める。みそがほど良く焦げ、香りが出たら、みりんを加え全体を強火で炒め、すぐに盛りつける。

ミズとホヤの水物

14kcal
食塩相当量0.7g

材料(5人分)

ミズ(うわばみ草)…500g(正味300g)
ホヤ…大2個
つけ汁…水…カップ1・1/2(300ml)
昆布…6g
塩…小さじ1・1/2(水の3%)
赤唐辛子

下ごしらえ

①ミズ…葉を持って、根元の方に引っ張って皮をむく
葉先の方から長さが4cm程に折りながら更に皮をむく
ホヤ…さばいた後に食べやすい大きさに切って、冷やしておく
昆布…5mm幅に切り、つけ汁を作つておく

作り方

②たっぷりの湯を煮立て塩(分量外)を入れ、ミズを1分ほどゆでる。色が鮮やかな緑色に変わったら氷を入れた水で急冷する。
③つけ汁にホヤとミズを浸し、30分ほど冷やしておき、器に盛り、上に唐辛子をあしらう。



出典:「伝え継ぎたい 津軽のおかず」 レシピ開発:柴田学園大学短期大学部 生活科 北山育子先生、中島里美先生、宮地博子先生

ホヤ
動画



ミズ
動画

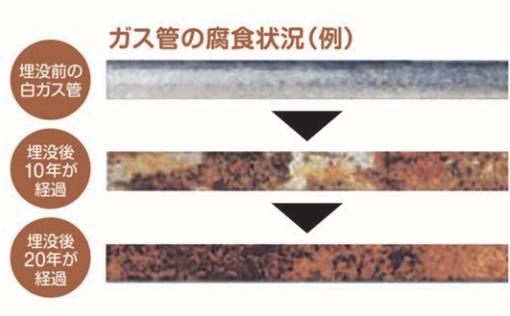


ご知
って
いますか?

ガス管のお取り替え時期は およそ20年が目安といわれています!

なぜ古くなったガス管を取り替える必要があるの?

現在、埋設に使われているPE管(ポリエチレン管)は腐食に対して優れていますが、昭和から平成初期にかけて埋設部に使用していた白ガス管(亜鉛メッキ鋼管)は年月の経過と共に地中で腐食している可能性があります。



場所に合わせ
最適なガス管に
お取り替え
いたします

交換

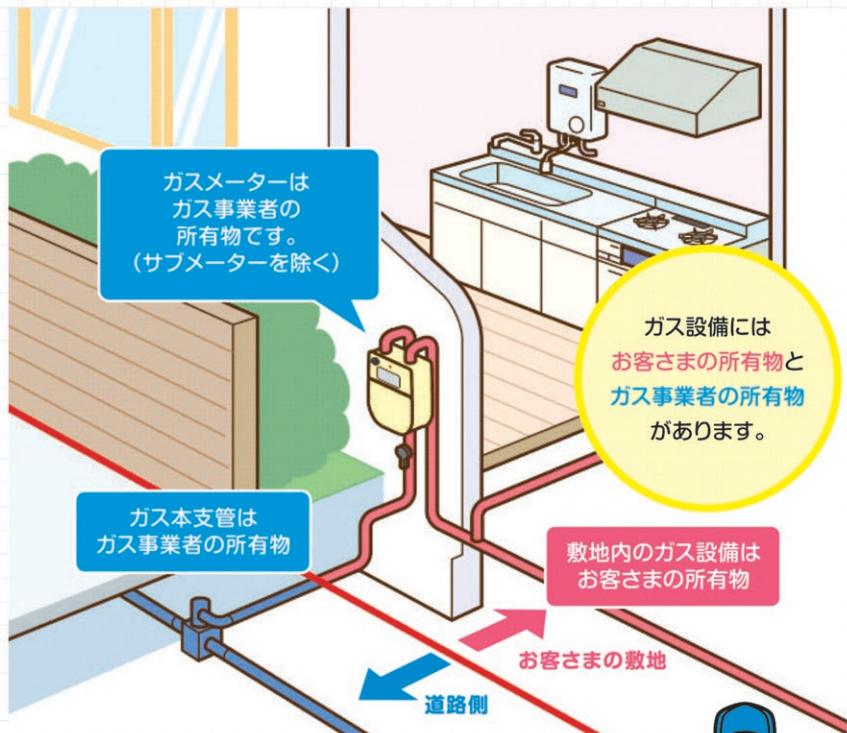
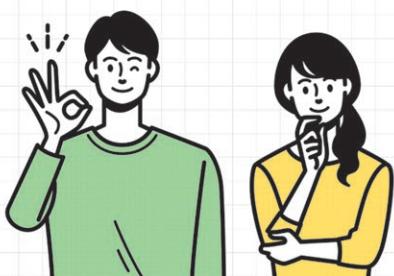


土の中に埋められた白ガス管
(亜鉛メッキ鋼管)は、古くなって腐食が進み
ガスが漏れることができます。

腐食や地震に強く、
災害対策にも有効です。

ガス管はガス会社の ものではないの?

道路に埋まっているガス管は
「ガス会社の資産」になります。
お客様の敷地内のガス管は
「お客様の大切な資産」です。
安全なガス供給の為にも
古くなったガス管については
ご相談して頂くようお願いします。



弘前ガスでは安全なガスの供給の為に道路などのガス管の取替も
行っています。気になる方はお気軽に弘前ガスまでご相談ください。



ぷらっと弘前

No.45

弘前市東長町にある「手作り菓子 あずき庵」さんを訪ねてみました。昨年11月に移転オープンしたばかりの真っ白な外観から店内に足を踏み入れると、にこやかなおかみさんが出迎えてくれます。

東京赤坂の老舗和菓子店「青野」で修業を積んだ店主の須藤さんは、帰郷後の2005年に念願だった自分の店をオープン。こだわりは勿論店名にもなっている「あずき」。使用されている北海道羊蹄山の小豆は粒が大きく、風味と香りの違いや味に深みがあることで取り寄せているそうです。

季節によって様々な和菓子が顔をそろえ、お客様を飽きさせない「あずき庵」さん。素材本来の味をご賞味いただけるよう、ひとつひとつ丁寧に作っています。人気の商品はお昼頃になると売り切れてしまうこともあるそうで、取材の日もお客様が途切れることなく来店されていました。

最後に、「年齢層は問わず、誰にでも愛されるお菓子を作り続けたい」と話してくださった須藤さん。今後も食べておいしい、そして笑顔になるお菓子をたくさん生み出してください!



手作り菓子 あずき庵

弘前市東長町9-1

TEL: 0172-32-1674

営業時間 9:00~18:00

定休日 水曜日

駐車場 店舗前3台可



妥協しない素材選び

国内シェア2割の高級小豆と、砂糖は「鬼ザラ糖」を使用。純度が高く、上品な甘みが特徴です。餡に少しだけ加えている沖縄の海塩「ぬちまーす」は、ふんわりしていますが、ハッキリした塩味が感じられました。

絶品!「バタードら焼き」

通年でおすすめしたいのが「どら焼き」。数種類のどら焼きがある中で、ダントツの人気がバタードら焼き(280円(税込))。存在感のある口当たりと、くどさが感じられない自然な甘みの餡がバターの塩気とマッチして、いくらでも進みます。手土産にいかがでしょうか。



夏季限定!カラフルな夏菓子&旬のフレッシュなフルーツ大福



◎くずシャリ 250円(税込)
葛粉を使った新食感のアイス?
10種類もあるので、選ぶのに迷いそう。
夏にひんやり、溶けないので小さなお子さまも
ゆっくり食べられますね😊



◎きんぎょゼリー 380円(税込)
気分が上がること間違いない!
の色鮮やかなゼリー。
目でも楽しんでください♪



◎季節のフルーツ大福 280円(税込)~
生の果物を使用しているため、その日に
出したものしか味わえない人気商品。
果物の酸味と白あんの甘さが絶妙です!!

プレゼント

手作り菓子 あずき庵様より、お好きな「くずシャリ」2本の引換券(500円分)を抽選で10名様にプレゼントいたします。

ハガキでのご応募

①~⑥の必須事項を明記の上、下記までご応募ください。(一家族様1通まで)

①郵便番号 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 ⑥「エール」をご覧になった感想
(応募先)〒036-8042 弘前市大字松ヶ枝1丁目2番地1 弘前ガス株「エールプレゼント」係
(応募締切)令和4年7月15日(金)必着

インターネットでのご応募

弘前ガスホームページの「お役立ち情報」より専用の応募フォームにてお申し込みください。
(応募締切)令和4年7月15日(金)23時59分まで

*当選者の発表は引換券の発送をもって代えさせていただきます。

自分で
館を詰める
「お城最中」も
おすすめ!



元気をつなげよう! 我が家の自慢フォト⑤

愛犬のブルドッグにメロメロの飼い主さんからの投稿です。
見かけは怖そうですが、性格は温和でフレンドリー。
「鼻ペちゃなところがかわいいの♡」と話してくださいました。
意外にも散歩に出かける時は他のワンちゃんから吠えられるそう(-_-)
納得しないと動かない頑固な一面もありますが、実は超甘えっ子。
これから暑くなると、ご自宅でのプール遊びを楽しむ予定だそうです。

お問合せ
応募先

Eメール : info@hg-group.co.jp
弘前ガス(株)「エール写真募集」係まで

ご応募は
常時、
受付中です!

ご応募される場合は、郵便番号、住所、氏名、電話番号、
作品に対するコメントも添えて、どしどしご応募ください!

※ご応募いただく写真は未発表のもので、デジタルデータまたはA4サイズの写真プリントでのご応募に限ります。(撮影のため、訪問することも可能です)
※ご応募された写真が掲載されない場合もございます。予めご了承ください。
※ご応募にあたってご提供いただいた個人情報は、採用選考時の判断、応募された方へのご連絡にのみ利用し、他の目的のために利用することはありません。



ミオ
美央ケン
(1才)

【最近ハマっていること】
・寝ること・食べること
・ボール遊び

弘前市和泉 石郷様の作品

！弘前ガスからのお願い 「ガスを安全に、事故に気をつけて」

ガスを安全に使用するため、
次のことに気をつけましょう。



- 点火・消火は目で確認しましょう。
- ゴムホースは必ず赤い線まで差し込み、
ホースバンドでしっかりと止めましょう。
- 未使用のガス栓にはゴムキャップを取り付けましょう。
- 給排気筒の点検を行い、ガス器具の使用時は、換気に
十分気を付けましょう。
- ガス漏れ警報器などの安全対策の装置を取り付けましょう。
- 器具の故障の場合は専門家に依頼しましょう。
- 不完全燃焼防止装置付・立ち消え安全装置付の器具の
使用をおすすめします。

※お問い合わせについて、火災予防に関するることは最寄りの消防署へ、
ガスに関することは弘前ガス(株)へお問合せください。

あなたのそばに、 あんしんをプラス 複合型警報器

建物火災による死者数のうち、約4割は
一酸化炭素(CO)中毒・窒息が原因で
す。当社では、**ガス漏れ・火災・不完全燃
焼**を感知し、火災による死亡事故を防
ぐ、複合型警報器の設置をおすすめし
ております。お支払い方法は、**買取**と
リース制度がございますので、当社まで
お気軽にお問合せください。



リース制度でご契約中のお客様へ

当社では、交換期限が近づいたお客様に対し、個別にお電話で
お取り替えをご案内しております。(交換期限:5年)
交換作業時間は**10分程度**を予定しておりますので、ご希望の
日時をお伝えください。尚、交換作業費はいただいておりません。

くらしのエネルギーをトータルに エコル電気

(エコル電気は、弘前ガス(株)が提供する電気供給サービスの名称です。)

電気料金の支払先が当社に変わるだけ!
(当社で解約の手続きを取らせていただきます)

エコル電気お問合せ窓口

[受付時間] 平日8:30~17:00

0120-051-585

インターネットは あすなろ光 with NTT東日本

ギガタイプ
データ受信・送信
最大概ね
1Gbps

～弘前ガスグループの光通信サービス～

お問合せは **0120-704-500**

土・日・祝祭日除く8:30~17:00

