

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… 伝え継ぎたい 津軽のおかず 秋

お知らせと
ブログも
見てね!

秋の味覚を楽しむための献立をご紹介します。

津軽で食べられてきた庶民の味。
足(げそ)をおいしく食べる先人の知恵の料理です。

イカメンチ

140kcal
食塩相当量0.8g



材料(6人分)

イカ…2/3ハイ(300g)
※本来は足のみで作る
玉ねぎ…100g
キャベツ…50g
にんじん…30g
塩…小さじ1/2
こしょう
小麦粉…40g〜
ししとうがらし…10本
揚げ油

下ごしらえ

- ①イカ…胴と足を外し、内臓をとって処理する
玉ねぎ・にんじん…みじん切り
キャベツ…5mm角切り

イカの
動画



作り方

- ②しっかりと水気を除いたイカの胴を5等分し、形が残る程度までフードプロセッサーにかけます。足は細かく切り、包丁で叩いてミンチにする。
- ③具材を混ぜあわせ、塩・こしょうで味付けをし、小麦粉を混ぜてかたさを調節する。ボールの中で10等分し、手に油をつけて形を整える。
- ④③を170〜180℃の油で揚げる。きれいな焦げ色がつき、カリッとしてくれればよい。
- ⑤ししとうは竹串で1、2か所穴をあけ、フライパンで炒める。
※季節の野菜は何でも合う。イカは食感を残して大きめのみじん切りにしてもよい。子どもにはチーズを入れてもよい。

旬の料理“菊のおろし和え”を
お客様向けにアレンジしました。

菊としめじのおろし和え

26kcal
食塩相当量0.8g



材料(6人分)

大根…350g
しめじ…100g
A[酒…小さじ1
しょうゆ…小さじ1
菜の花…60g(ゆでて50g)
酢…大さじ2(材料の10%)
B[塩…小さじ1/2(材料の1%)
砂糖…大さじ1(材料の3%)

下ごしらえ

- ①大根…すりおろして水気を軽く切り、200gを計量しておく
しめじ…石突を落としてほぐし、太いところを手で裂く
菊…花びらを摘み取る(飾り用を少し残しておく)

作り方

- ②鍋にしめじを入れ、Aを回しかけてふたをし、煮て冷ましておく。
- ③菊は、酢を入れた熱湯でさっとゆでて冷水に取り軽く絞る。このとき、ぐつぐつ煮立てないようにすると、花びらが縮まない。
- ④ボールに大根、②、③を混ぜ、Bで和えて盛付け、上に生の花びらをあしらう。



雪かきがラクになる!?

温水式ロードヒーティング熱源機



今回は、玄関前や駐車スペースの雪を解かす

温水式ロードヒーティングの熱源機、温水用ガスボイラーをご紹介します!

融雪装置といえば、電気式だったり石油温水ボイラーを思い浮かべる方が多いかもしれませんが、**ガス式の温水ボイラーも活躍しているのです**。石油式と同様に熱源機で循環液を温めて、ポンプで温水を循環させるシステムです。

実際の効果は...

従来式と比べて潜熱回収型(エコジョーズ)の効果により...
80%だった熱効率が

従来型
80%

熱効率

潜熱回収型
95%

95%に大幅アップ!

石油式から
ガス式への
取り換え可能

温水パイプは
そのままOK

(熱源機までのガス工事が
必要となります。)

雪かきの「困った」ありませんか?

雪かきは重労働!

雪を片付ける場所がなく、
積み上げるのも大変



事故につながる
危険性も...

雪で足を滑らせたり、
転倒によるケガも心配。

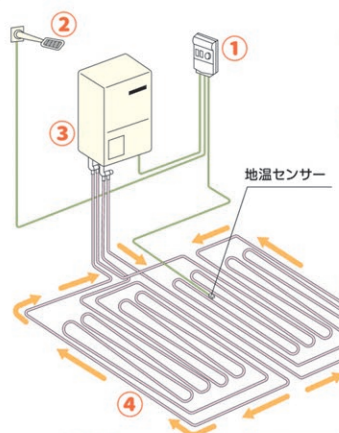


時間との
戦い!

駐車場に雪が
積もっていると
すぐに出発
できない~(泣)



ロードヒーティング(自動運転モード)



① 制御部

電源を入れ、
自動スイッチをオン。

② 降雪センサー

雪が降りだすと、
センサーが雪を感じて
自動的に運転開始。
雪が降りやむと、
自動で運転を停止します。

③ 熱源機

ロードヒーティングに
必要な温水をつくります。

④ ヒーティングパイプ

温水を循環させて
融雪します。

雪かきの
手間なし!



夜心配で眠れなかった日々がウツのよう!

弘前ガスでは、**ガス融雪特約料金**もご用意いたしております。

(特約には条件がございますので当社までお問い合わせください。)

雪かきのわずらわしさが少しでも軽減できるようお手伝いいたします。



ぷらっと弘前

No.46

弘前市土手町「ごちそうプラザ」の一番奥にある「NICOMARU/にこまる」さんを訪ねてみました。暦の上で大変縁起の良い2022年1月11日にオープンした「手づくりおむすびとほっこり豚汁のお店」。お客様をニコニコ笑顔にしたい！そして、「はなまる」をいただけるような空間作りをしたくて『にこまる』と名付けたそうです。

「おむすびが好き」とストレートに話してくださった笑顔がとってもキュートな店主の西村さん。ガス釜でふっくら炊き上げた炊きたてのごはんを熱々の状態で、一日100個以上丁寧に、愛情込めて握っているそうです。

常時15種類あるおむすびとお食事メニューの中でおすすめは「にこまるぶれーと」。好きなおむすびを2個(ニコ)選ぶとお席まで運んでもらえます。

人気No.1のすじこ醤油漬けのおむすびは、これでもかとすじこがたっぷり。その日のおばんざいも店主の技が光る、おむすびに相性ピッタリの味付けです。

ぜひ、にこまるさんと素敵なご縁(縁)を結んでください★

NICOMARU/にこまる

弘前市土手町31-1 ごちそうプラザ

TEL:090-2884-0250

営業時間 11:00~15:00

(おむすびがなくなり次第閉店)

定休日 火曜日

駐車場 無し(近隣の駐車場をご利用ください)

テイクアウト お電話かInstagramのDMで受付中



OMUSUBI.NICOMARU



にこまるぶれーと/850円(税込)

(230円までのお好きなおむすび2個、その日のおばんざい、豚汁、ミニ甘味)

人気BEST3・本日限定おむすび&具たくさん豚汁

ふわっと握られたおむすびと大きめ野菜の豚汁でココロとカラダも満腹〜♪



1 すじこ醤油漬け



2 えび天むす



3 枝豆うめ



プレゼント

omusubiNICOMARU/にこまる様より、「にこまるプレート/850円(税込)」をワンコイン(500円(税込))で召し上げられるお食事券を抽選で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㈱「エールプレゼント」係
(応募締切)令和4年10月15日(土)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10月15日(土)23時59分まで

※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

来てね〜!





＼元氣をつなげよう！／



我が家の自慢フォト⑥

我が家には毎年数種類の鳥がやってきて巣を作ります。

数年前の残暑厳しい8月末、3羽のひながエサを待っていた姿を

偶然見つけ、思わずシャッターを切りました！

愛くるしい、丸いおめめで一所懸命お母さん鳥を待ってる姿に感動♡

それ以来、巣を見つけては無事に旅立つことを

家族で見守り続けています。

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サイズの写真プリントでの応募に限ります。(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。



親子の絆を
見守る様子が伝わり、
胸が熱くなってしまう
K様の投稿ですね。



かわいい
コトリちゃんたち
のお名前をどなたか
ご存知でしょうか。

弘前市高田 K様の投稿



ガスの使用中に地震が起きたら

1

まずは身の安全を
確保しましょう

- 机の下に身を隠すなどしてください。
- 震度5相当以上の地震の場合は、ガスメーター(マイコンメーター)が自動的にガスを遮断します。あわてずに落ち着いて行動しましょう。



2

揺れがおさまったら
ガスの火を消してください

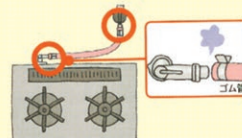
- ガス器具の火を消し、元栓も閉めてください。
- 地震で大きく揺れているときは危ないので火に近づかないようにしてください。



3

安全を確認してから
ガスをお使いください

- 地震がおさまってガスの臭いや、ガス器具・屋内外の給排気筒等に異常がなければ、元栓を開けて使用できます。
- ゴムホースが外れるなど、異常を発見した場合は、火災や一酸化炭素(CO)中毒等、事故の恐れがありますので、速やかに弘前ガス株式会社もしくは供給しているガス事業者へご連絡ください。



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



弘前ガス

青森県弘前市大字松ヶ枝1丁目2番地1 TEL:0172-27-9100 営業時間:8:30～17:00

休業日:土・日・祝日、年末年始(保安供給体制365日24時間待機)

URL:http://hg-group.co.jp Eメール:eigyo@hg-group.co.jp

