

Yell

エール

弘前ガス
広報紙

No. 13

弘前ガスは、笑顔あふれる暮らしづくりを応援します!



✿エコルちゃんもお花見に行ってきたよ✿

4月29日 ひろさきさくらまつり
おもてなしプロジェクトに参加したよ!
たくさんのおともだちと会えてうれしかったよ♪
みんなありがとう(*^-^*)/



エコルちゃんといっしょに
写真をとってくれたり
手をつないでくれたり
楽しかったよ♪
満開のさくらも
とってもきれいだったね♡



エコが大好きな
女の子だよ!
エコ・クッキングが得意♪
真っ赤なリンゴと
炎のようなパワーで
みんなが元気に笑顔があふれる
暮らしができるように
お手伝いをするのが
エコルちゃんの
楽しみだよ☆



これからも
いろんなイベントに参加するよ☆
エコルちゃんと仲良くしてね♡

第8回 ウィズガス
ぜんこくおやこ
**全国親子クッキング
コンテスト**
炎の調理で五感を
研ぎ澄ます



募集テーマ
わが家の
おいしいごはん

\\参加親子大募集\\
弘前・黒石地区大会

【開催日】2014年9月21日(日) 【応募締切】2014年8月31日(日)

応募者全員に
もれなく
図書カード
1,000円分
プレゼント

生活スタイルの多様化により、一人で食事をする「孤食」や、同じ食卓に集まっていますが、一人ひとりがそれぞれ好きな別メニューを食べる「個食」が増え、家庭の「食」には大きな危機が迫っています。これまでの大会では、親子と一緒に、一生懸命料理を作って、味わう。その過程の中で、褒めたり、泣いたり、笑ったりと、本当に素晴らしい親子のコミュニケーションが取れている姿を目にしました。親子がお料理の素晴らしさに気づくきっかけとなるよう、当社も応援しております。コンテストだからと言ってあまり気負わずに、お子さんの夏休みの自由研究にもピッタリですので、ぜひチャレンジしてみてください。

昨年の弘前・黒石地区大会の様子



**審査員の先生からの
応援メッセージ**

料理研究家・**福土 るみ子**先生
管理栄養士

毎日の台所仕事は、生活の段取りを養う場所。そして、協調性・達成感・満足感も自然に身に付く空間でもあります。ガスでの調理は、直に伝わる炎のあたたかさと強さがさらに料理を作ることの楽しさや心の安定感にもつながります。普段通りの料理作り、挑戦してみませんか!!



東北女子
短期大学教授 **北山 育子**先生

「料理する楽しさを子どもの生きる力に」親子で力を合わせて料理コンテストに挑戦してみませんか? ワクワドキドキしながら、地元で取れる食材を包丁や火を使っておいしい料理に変身。その中で子どもの思いがけない力を発見できたり、親子で笑ったり、悩んだり。この体験が親子の大切な思い出となり、子どもの生きる力にもつながると思います。



**うちの人気メニューを
親子で作ってみよう!!**

6/19(木)より応募受付開始。地区大会の代表2チームが青森県大会へ出場! 東北ブロック大会の代表1チームが全国大会(大阪)への切符を手にします。

ご応募・
お問合せ先

第8回ウィズガス全国親子クッキングコンテスト
弘前地区事務局 弘前ガス(株)営業部 担当:吉本

☎0172-27-9100

食育ウィズガス

検索

ガスを使って「マイホーム発電」の「エコウィルプラス」なら安心、快適生活!!

「エコウィルプラス」でオールガス住宅を選ばれたお客様宅をご紹介します



建築・施工 (株)肥後産業様

もしもの時でもカンタン始動。
停電時も電気・お湯が使えます!!

step1 電源プラグの差し替え



step2 発電モードの切り換え



step3 始動グリップを引っ張る



※ガス・水の供給が必要です。



「エコウィルプラス」なら、電気が止まっても始動が可能な自立運転機能付で、電気とお湯と暖房が使えて安心。さらにオールガス住宅の特別料金契約だからガス料金もお得♪



こんな安心で快適なお家に住みたいですね♪



リビングにあるパネルヒーターは縦型タイプなので省スペースでスッキリ目立たずホッと温もり。



2階のお部屋もパネルヒーターで、窓からの冷気の侵入や結露を防ぎます。



ロフトにもパネルヒーターがついていて、家じゅうどこでもあったか快適。

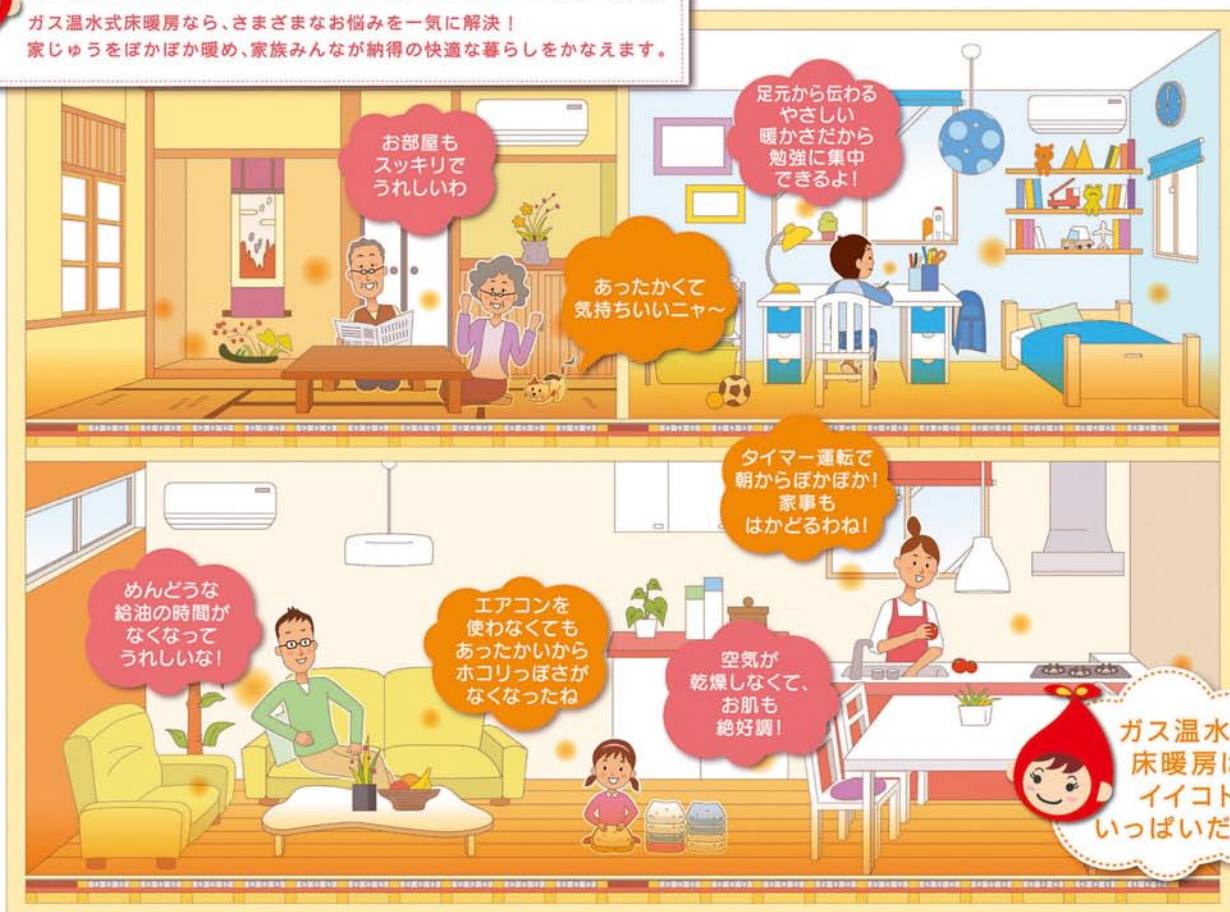
床暖房で快適、あったかライフ



家族みんなにうれしいガス温水式床暖房

ガス温水式床暖房なら、さまざまな悩みを一気に解決！
家じゅうをぽかぽか暖め、家族みんなが納得の快適な暮らしをかなえます。

床暖房って体にも
お家にもいいんです♪



温水床暖房は、3つの暖め方で体に優しい暖かさを実現します。また、温風による空気の乾燥も水蒸気の発生も有りませんのでカビや結露の防止に役立ちます。

ふく射 赤外線の効果による暖かさ

床暖房は太陽光と同じ遠赤外線を利用した暖房。壁や天井に反射して、室内を均一に温めます。

伝導 足元から直接伝わる暖かさ

床から暖かさが伝わることで、健康に良いとされる「頭寒足熱」の状態を実現します。

対流 空気の循環で広がる暖かさ

床面の冷たい空気が暖められることで発生する自然な空気の循環によって、室温は均一な暖かさに。



乾燥しすぎないから
肌やノドにやさしいし、
足元から温まるから
冷え性にも効果的♪



福士るみ子先生のガスで簡単！ おすすめレシピ

■材料(4人分)

- ・もち米……………2カップ
- ・あずき……………1/4カップ
- うち水
あずきのゆで汁+水
(分量のゆで汁が少ない)
ときは水を加える
……………200cc
- 塩……………小さじ2/3
- 砂糖……………40g
- ・黒ごま……………適宜
- ・塩……………適宜

〈津軽の郷土料理・甘い赤飯〉

たくさんある郷土料理の中、甘い赤飯は津軽の代表的な食べ物です。その昔、砂糖は貴重な調味料で、お祝い事など晴れの日に作る甘い赤飯は、誰にとってもごちそうでした。このため、津軽の地で今まで食べつがれてきたものなすけるところです。今でも甘めの赤飯は地域の食べ物として親しまれており、あずきの代わりに甘納豆や栗・さつまいもなどと組み合わせで作ってみるのも楽しいです。

津軽の甘～い赤飯

栄養価(1人分) 249kcal/塩分1.2g

■下ごしらえ

- ・あずき…少し硬めにゆで、ゆで汁とあずきにわけておく。
- ・もち米…といで、一晩あずきを加えたひたひたの水につけておく。

基本のあずきのゆで方【渋切り】

鍋にあずきとたっぷりの水を入れて火にかけ、沸騰したら苦みをとるため、ゆで汁を捨てる。再びたっぷりの水を入れて火にかけ、沸騰したら弱火にし15～20分ほどゆでる。

■作り方

- ① 吸水させたもち米とあずきはザルにあげ、水気を切っておく。
- ② 蒸し器に硬く絞った蒸し布を敷き、①のもち米とあずきを入れ平らに広げ、中央をくぼませ、強火で25～30分ほど蒸す。途中、うち水を1～2回しながら蒸しあげる。
- ③ 器に赤飯を盛り、ごま塩を散らす。



福士るみ子先生が教える料理教室

サロン・ド・胡桃 (くるみ)

火曜日 18:00～ / 水曜日 10:00～または18:00～
弘前市桔梗野2丁目9番地7 0172-36-5075

No.13

ぷらっと弘前

赤と黒がとても目を引く『MILK HOUSE ROSAS』さんは萩原乳業のアンテナショップ☆
気になっていた人も多いのでは!?

牛乳をもっとたくさん飲んで良さを知ってほしい
という思いで昨年オープン☆

赤と黒のイメージは『パリの下町』外観も店内も
とってもおしゃれなお店です。

おすすめのソフトクリームは濃厚なのにさっぱり、
コーンの中までたっぷり♪

これからの季節にぴったりですね。

萩原ミルクソフトの他に期間限定フレーバーも
登場するとか!!

スイーツだけかと思いきやお食事メニューも充
実しています。

ぷらっと寄ってスイーツを楽しむのもゆっくりと
ランチタイムを堪能するのもいいですね(*^-^*)

MILK HOUSE ROSAS

ミルクハウス ローザス

弘前市土手町42

TEL:0172(35)2203

営 10:30～18:00
10:30～14:00(ランチタイム)

休 木曜日

イトインコーナー テーブル・カウンター
全14席



店内には気になる商品が
いっぱい!!



オリジナルキャラクター
ミルクキング

プレゼント

MILK HOUSE ROSAS様よりミルク
ソフトクリーム引換券を抽選で10名様にプレゼン
トいたします!!

応募方法

はがきに、お名前・年齢・住所・電話番号と
「エール」をご覧になった感想、「エール」の入手方法を明記の上、
応募券1枚(コピー不可)を貼ってご応募ください。

〒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 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。

応募締切

平成26年7月15日(火)
当日消印有効



3・6・9がつく日ミルクの日!!
ソフトクリーム1.5倍☆



応募券



ソフトクリームに様々なトッピング
持ち歩けるパフェは人気商品☆

ガスのことを学ぼう♪

ある日突然、幼い子供がふとした疑問を持ちました。その疑問とは…?



お母さんの料理を手伝ってる時よく見る火の元になるガスはどこから来てるんだろ? どうやっておうちまで届いてるんだろ?



その質問に
お答えします!



- ① ガスは、地中深くにあり、採掘機という機械を使い掘り当てています。この時は気体です。気体から液体に変化させた後、船や列車、ローリーなどを使って海外から会社まで運んでいます。



- ② 会社に届けられたガスは、液体から気体に変化させています。ガス漏れが発生しても気がつけるように、臭いも一緒につけます。気体になったガスは、ガスホルダーという大きな球体のタンクに貯めています。



- ③ 道路に埋まっているガス管を使って、会社からお客さまのお家に届けられています。



そうなんだ!
ガスは外国から運ばれて
いろいろな繋がりで
ボクたちの家に
届いているんだ!

クイズ

私たちが使っているガスは、最初船で送られてくる時どういう状態だったでしょうか?

① 気体 ② 液体 ③ 固体

抽選で10名様にエコルちゃんグッズプレゼント!

応募方法 はがきに、お名前・年齢・住所・電話番号と「エール」をご覧になった感想、「エール」の入手方法を明記の上、ご応募ください。

〒036-8042 弘前市大字松ヶ枝1丁目2番地1

弘前ガス株式会社「エール クイズ」係 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。

応募締切 平成26年7月15日(火) 当日消印有効

■ご応募いただいた方の個人情報はプレゼント、その他の募集の抽選・発送に利用させていただきます。また、確認のためにお客様へ電話等でご連絡する場合がございますのでご了承願います。尚、それ以外の目的には使用いたしません。

弘前ガス株式会社

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)

