

くらしITチャップ

新しいくらしにスパイスをプラス

2008.AUTUMN
vol.11



スローな平日

ベーカリーカフェで優しい贅沢ランチ

異国スイーツ

ハワイの魅惑スイーツ「バナナのパンケーキ」

週末の旅 プラス

宝石さがし+ さいて食べるチーズ

みんな de お弁当

富士宮の旬を味わう秋の味覚弁当

“しあわせ”カタログ

ガス de スパイス

プレゼントコーナー

木漏れ日に包まれて。



2008.AUTUMN vol.11
2008年10月1日発行

〒422-8005 静岡市駿河区池田50-5
http://www.gas-energy.co.jp/

静岡ガスエネルギー

~いつものくらしに“彩り”をプラス~

プレゼント

いつものくらしに彩りをプラスするプレゼントをご用意いたしました。
編集室のスタッフがおすすめする逸品が当たるかも…。
皆さまからのご応募お待ちしております。

Present ①

1名様

ロイヤルコペンハーゲン
パルメッテ オーバルデッシュ



いつもの食卓に
ロイヤルコペンハーゲンの
コバルトブルーを

ブルーフルーテッド柄にシュロの葉(パルメッテ)をイメージした東洋的な雰囲気の食器です。丸みを帯びた柔らかい形と藍色は、どんなジャンルのお料理にも映えます。

Present ②

5名様

SALUS
リング付ボール(フタ付)



機能性バツグンな
キッチンツールで
お料理が楽しくなる!

あったらいいなと思っていました。ステンレスのボールに「フタ」が!? ハンバーグのタネなど材料を入れたまま時間をおきたい時などに、衛生的でとっても便利!

Present ③

5名様

井川メンパ&マイ箸



まったりとした錆色の
朱合漆「井川メンパ」です

天然漆の美しい光沢が特長。ごはんを入れておく冬は暖かく夏は腐らない上、おいしさを保ちます。使うほどに愛着が深まります。今回はマイ箸も一緒に!

Present ④

5名様

お花と記念日のお店 オンフルー! プリザーブドフラワー

暖かなお部屋の入り口に
こんな素敵ナリースはいかが?

en fleurs!
Heur et Amour



お水やりのいらないプリザーブドフラワーは、いつまでも変わらぬ美しさ。今回はリーススタイルでお届け。冬の暖かなお部屋の入り口を素敵に演出してくれます。

Present ⑤

5名様

パティスリーナチュレナチュール 癒しのマドレーヌ(6個)

自然の食材を自然のままにという
コンセプトで作られたスイーツ

モンドセレクションの最高金賞を受賞した「癒しのマドレーヌ」、疲労回復効果のあるゆずが入った「ゆず抹茶味」と血流を良くする栗の入った「栗和三盆味」をセットにして。



*Present ④お花と記念日のお店 オンフルー! プリザーブドフラワー、⑤パティスリーナチュレナチュール 癒しのマドレーヌ(6個)は、販売店より宅配便でお送りさせていただく場合がございます。その際、当社より配達に必要な情報を販売店と宅配会社へ連絡させていただきますので、あらかじめご了承ください。





ベーカリーカフェで優しい贅沢ランチ

平日、家事や仕事に追われるすべての女性に贈る。ちよこつと贅沢な時間の使い方。

スローな平日 何気ない平日に「贅沢な時間」をプラス



美 美味しいものを作るなら、美味しいものを食べなくちゃ。それが口癖の友人は大の料理好き。特に今はパン作りに凝っている。天然酵母パンが自慢の郊外カフェに出かけることにしました。

目指すは「池田の森ベーカリーカフェ」。休日ともすると、家族連れで賑わうこの辺りも、平日は喧騒とはかけ離れた空間が広がります。木々たちに目を取られていると、見落としてしまいそうな手作り風看板を曲がればよいよ到着です。

街中からそれほど離れていないのに、そんなことすら忘れてしまいそうなほど透明な空気に思わず深呼吸。心にも効く心地良い風が、身体の中をすつと通っていくのを感じます。「ちよつと歩かない？」友人の素敵な提案にもちらん大賛成の私。小さな畑や植えられた花、小さな鳥や虫たち…。ここにあるすべてが私たちを優しく迎えてくれるという。ふと足元を見ると名前も知らない素朴な花が。普段の生活の中で

は気付かない小さな幸せに、自然と笑顔になっていく私たち。

入り口のバンコーナーを横目に奥へ。テラス席まで見渡せる店内は、パンの幸せな香りいっぱい。コツコツ、コツ。床を鳴らす靴の音さえリズムを刻んで音楽のように聴こえます。緑を望む窓は、まるで海外の風景を描いた絵画のよう。まだお目当てのパンに行き着いていないというのに…。このワクワク感は遠足の前日のそれかしら？

悩んだ末私がオーダーしたのは、豆のスープがメインのランチ。オリーブが練りこまれたフォカッチャがとつても愛らしい印象です。友人が頼んだオープンサンドのランチは、その見事なボリュームにびっくり。エビの赤とアボガドの緑が目にも鮮やかで美味しそう。ひとくち。そしてまたひとくち。噛むたびに広がるパンの優しい甘さに心を奪われる私たち。初めて食べたはずなのに、だんだんと懐かしい気持ちになってくるから不思議です。

パンつてこんなにご馳走だったのね。そんなことを考えつつお土産用のパンをチョイスするふたり。この素敵な雰囲気までは難しくても、幸せな気持ちのおすそ分けはできるものね。自然な美味しさに触れたことで、家族や身近な人たちへの感謝の気持ちもプラスされたナチュラルな午後のひとときでした。



ナチュラル&エコロジー。つい忘れてしまいがちな大切なものにたくさん出会えるカフェ。陽の光さえ空間を和やかに演出しています。



揺れる緑の中、お散歩してみるのも楽しい。



イトインメニューのスイーツや、販売しているジャム類も人気です。

池田の森ベーカリーカフェ

住所／静岡市駿河区池田1265
☎054-262-5580
営業時間／9:30～18:00
(ランチ11:30～14:00)
定休日／火曜
駐車場／15台
メニュー／池田の森ランチ1350円～、
池田の森サンド
(テイクアウト用)250円





高原の自然に囲まれて一体みお食事系のずしりパン

伊豆高原の大室山近く、緑に囲まれた別荘地にあるカフェベーカリー。地元の人はもちろん遠方から訪れる人も多いそうです。しっとり＆ずしりりとして食べ応えがあるのが「麓」の特徴。添加物は一切加えていないので、パン本来の美味しさが引き立ちます。焼きたてのパンを店内や木漏れ陽があふれるテラスでゆったりと食べることができます。ドライブの途中、こんな素敵なお店で小休止してみませんか？

手作りパン 麓(ろく)

住所／伊東市富戸1095-184
☎0557-51-0153
営業時間／11:00～17:00
(ランチは11:30位から売り切れ次第終了)
定休日／日・月・火曜 駐車場／4台
メニュー／ランチセット850円



素朴な美味しさがうれしい身体にやさしい天然酵母のパン

新静岡センターにほど近い、静かな裏通りにある人気のベーカリーカフェ。その秘密は無添加・自然素材にこだわっていて、安心して食べられるから。天然酵母を使ったパンは、風味が豊かで自然な甘みが美味しいと評判です。カフェでは野菜だけで作るというスープやサラダと一緒にいただくことができます。注文を受けてから一杯ずつ挽くというコーヒーや、天然酵母を使ったスイーツなどここでしか出会えないのも魅力のひとつです。

LE CHAMP VOLANT (ルシャンボラン)

住所／静岡市葵区鷹匠2丁目13-11トピア鷹匠1F
☎054-250-8334
営業時間／パン10:00～19:00、カフェ10:00～17:00 定休日／日曜 ※夏期 日、月曜
駐車場／なし
メニュー／ルシャンボランセット1000円



絵本から飛び出たような軒家おやつにも食事にもどろぞ

「魔女の宅急便」の雲田気そのまの可愛いらしいパン屋さん。ショーケースには焼きたてのパンがずらりと並びます。種類が豊富なデニッシュは、パリッとして香ばしい風味が口いっぱい広がります。一斤ごと丁寧に焼き上げられる食パンも人気だそう。焼き上がりの時間が決まっているので予約するのがベスト。2階ではイートインできるので、焼きたてのパンとともにのんびりとランチするのもオススメです。

ぐーちょきぱん

住所／浜松市西区庄内町330
☎053-487-6288
営業時間／7:00～19:00
定休日／月曜・第3日曜 駐車場／10台
メニュー／バナナデニッシュ150円



異国スイーツ「食後のデザートに『世界の味』をプラス」

ハワイの魅惑スイーツ「バナナのパンケーキ」

子どもから大人までシアワセな気分にしてくれるパンケーキ。実はハワイでは定番のデザートなんです。いつものパンケーキがグレードアップしちゃうコツをこっそりご紹介します。



オーナーの伊東浩一さん

作り方

1. ボールに卵・牛乳・溶かしバターを入れよく混ぜ、次に市販のパンケーキミックスを加え軽く混ぜます。バナナ一本はボールに入れてフォークを使ってつぶして生地に練り込みます。



2. フライパンを中火で熱し、ぬれ布巾の上で少し冷まします。フツフツ素加工のフライパンは油をひかないのがポイント。おたま1杯の生地を高い位置から一気に流します。弱火で1分半～2分焼き、表面にブツブツと小さな泡ができたら裏返します。さらに蓋をして1分半～2分焼き、竹串を刺して生地がつかなければ焼き上がり。

3. 残りのバナナ1本をカットしトッピングすれば完成。お好みでバターやメイプルシロップなどと一緒にどうぞ。

アレンジ

バナナをパイナップルやマンゴーに変えるとより南国気分が味わえます。またプレーンのパンケーキ2枚でお好みのフルーツとホイップサンドなどをサンドすればハワイで人気のパンケーキスイーツに変身。



取材協力

Honolulu Pancake (ホノルルパンケーキ)

住所／静岡市葵区七間町3-4
☎054-272-8370
営業時間／11:00～20:00
ランチは11:00～14:30
定休日／無休、水曜はランチのみ



材料(4～5皿分)
市販のパンケーキミックス
.....160g～200g
卵(Mサイズ).....1個
牛乳.....150cc
溶かしバター.....1かけ
バナナ.....2本



週末の旅プラス 定番スポットに「ミルクのおやつ」をプラス！

宝石さがし十さつて食べるチーズ

なんとなくロマンチックな気分になりたい秋の到来。太古の歴史にロマンを求め、向かった先は「石の博物館」。ちよつとだけ童心に還ってはしゃいでみるのもいいですね。



取材協力
奇石博物館 ☎0544-58-3830
富士ミルクランド ☎0544-54-3690



博物館は数あれど、鉱物や化石などの石だけを専門に扱うところは少ないと聞きやってきたのは奇石博物館。山道脇の緑に癒されながら車を走らせること30分。週末のドライブにはちよつといい場所です。

「うわぁ、大きい」。館内に一歩足を踏み入れた瞬間、感嘆の声をあげる息子。視線の先には巨大な恐竜の前脚の化石。本で見ると数倍もの大きさがある化石をキラキラした瞳で見上げる息子を見ていると、こちらまでウキウキ気分が伝染してくるようです。

スタッフが初めてであることを告げると、棚にある石をひとつひとつ丁寧に説明してくれました。触ると確かに固いのにくしゃつと曲がる「コンヤク石」。ビブラフォンのように美しい音を奏でる「カンカン石」。自然界の光ファイバーと称される「テレビ石」など、これまでの石に対するイメージが覆されるお話ばかり。また、見るだけでなく気軽に触れることができるのも、大きな魅力のひとつです。



砂の中から宝石を見つけた時の嬉しさは、言葉では表せないほど。



「これも石なの？」たくさんの驚きと発見に出会える場所。



牛の乳搾り体験もできます。

更なるお楽しみは、敷地内の別の建物で行なわれている宝石探身体験。どちらが大きな宝石を見つけれられるか、私も夢中になって息子と競争です。結果は息子の勝ち。ニニコしながら「このピンクの石はお母さんに」と手渡ししてくれたことが一番の思い出になったかもしれせん。

帰りは少しだけ遠回りをして富士ミルクランドへ。搾り立ての牛乳で作られたチーズは、ほんのりとしたミルクの風味が口いっぱいにもびつたりだな、と主人も嬉しそう。自然の神秘と素朴な美味しさに出会えた、とっても素敵な一日でした。

みんな de お弁当

富士宮の旬を味わう 秋の味覚弁当

野菜たっぷり&栄養満点！富士宮の特産品を使った運動会や遠足にぴったりのお弁当を紹介します。

ポイント

かぼちゃコロッケはあらかじめ味をつけてあるから、ソースなしでもそのまま食べられます。

旬のにんじんとしめじがたっぷり入った炊き込みごはんは、おにぎりにして食べやすく



キャベツの栽培&養豚が盛んな富士宮にちなんで、キャベツと豚肉のしょうが焼きでスタミナアップ！

秋の味覚のさつまいも。薄切りにすれば炒める時間もスピーディー

かぼちゃコロッケの作り方

1. 水にぬらしたかぼちゃにラップをかけて、柔らかくなるまでレンジで温める。冷めないうちに皮を取り、めん棒でつぶす。
2. みじん切りにした玉ねぎとベーコンをフライパンで炒めたら、1.とAを加えてよく混ぜる。
3. 2.を手で丸めたら、小麦粉・溶き卵・パン粉をつけて約180度できつね色になるまで揚げる。

材料

かぼちゃ 1/2個(600g)
 玉ねぎ 1/2個(150g)
 ベーコン 4枚
 A 塩・こしょう 少々
 A 砂糖 大さじ1
 めんつゆ 大さじ2
 小麦粉・溶き卵・パン粉 適量





「しあわせ」カタログ 毎日の家事に心強い助っ人」をプラス

安全・クリーン・手間要らず

我が家の冬は、あったかな幸せでいっぱいです



ガスファンヒーター SRC-357E(リンナイ) メーカー希望小売価格(本体) 50,400円(税抜価格48,000円)

寒 い朝が苦手な主人。風邪を引きやすい子供。そして冷えが気になる私。我が家の「冬の困った」を解消してくれたのがガスファンヒーター。操作も簡単でエコジョー。そしてなんと、言っても灯油ファンヒーターだった頃の給油のわずらわしさから解放されたことが本当に嬉しくて。

それに、スイッチを押してから部屋中が暖まるまでが早いこと、いったら！以前はなかなかコートが脱げず、縮こまっていたことを思うと不思議なくらい。もちろん朝にも余裕ができて朝食もゆっくり味わうことができるので、健康にもいいみたい。そういえばこの時期いつも体調を崩しがちな子供も今年は元気いっぱい。アレルギー物質を通さないフィルターが、部屋の空気を快適にしていってくれるからかしら。転倒時や立ち消え安全装置もついているから、少しぐらゐ家の中で飛び跳ねても安心ね。

実のところ、便利だけでなく可愛らしいフォルムにひと目惚れした私。このデザインに合わせてインテリアを替えようかなって、密かに思いをめぐらせている今日この頃です。



編集室^{ひみつ}スパイス

今夜は何を作ろうかしら？ 冷蔵庫の食材をあれこれ並べて考え込んでしまいます。そんな時、心の声に耳を傾けてみませんか？ 最近読んだ本に、「野菜の色は、食べる人の心にいろいろな影響を与える」と書いてありました。パプリカの赤色は体を温め、元気を与え、ブロッコリーの緑色は心と体をリラックスさせてくれます。ナスの紫色は癒しの色で、イライラしている時にピッタリだとか。疲れ気味のお父さんには、ピーマンでチンジャオロースを、明日から忙しくなる私には、トマトをたくさん使ったミネストローネで元気を補充！ 食べるだけでなく、見た目でも栄養を与えてくれる野菜、ますます大好きになりました。 ㊦



3. アンケート

- ① 最新のガスコンロは、全口に安心センサーがついているのを知っていますか？
- ② 全口安心センサーがついているコンロを「Siセンサーコンロ」と呼ぶことを知っていますか？
- ③ 安心センサー機能の1つに、天ぶら油の温度が250℃になると自動消火する機能を知っていますか？
- ④ 使ってみたいガス機器をお選びください。(複数回答可)
 - 1. Siセンサー付ガスコンロ
 - 2. ガスファンヒーター
 - 3. ミストサウナ
 - 4. ガス浴室暖房乾燥機
 - 5. エコジョーズ(省エネ型給湯器)
 - 6. その他(具体的にお答えください)

お客様コードは必ずご記入ください。

お客様コード	-	-	-
ご住所 <small>(アパート名、部屋番号までご記入ください)</small>			
フリガナ	電話番号		
応募者氏名			
年齢	性別	女性 / 男性	
職業	主婦 / 会社員 / 学生 / 自営業 / その他 ()		

このアンケートは、みなさまの生活等に関するご要望等をうかがい、＜静岡ガスエネルギー＞の商品、サービスに反映していくための参考として使用させていただきます。アンケートの回答内容を、その他の目的には使用いたしません。ご回答をいただきましたお客様の情報は＜静岡ガスエネルギー＞が責任を持って管理致します。

くらしケチャップのプレゼントは郵送もしくはFAXで応募可能です。

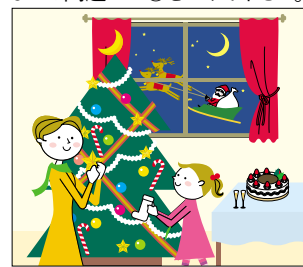
必要事項を記載の上、下記のキトリ線で切り取りご応募ください。郵送もしくは、以下のFAX番号で受け付けております。



応募用FAX番号：054-285-0339

1. まちがいさがしの答え

5つの間違いに○をつけて下さい。



2. プレゼント

- ① ロイヤルコペンハーゲン パルメッテ オーバルデッシュ
- ② SALUS リング付ボール(フタ付)
- ③ 井川メンバ&マイ箸
- ④ お花と記念日のお店 オンフルー! プリザーブドフラワー
- ⑤ パティスリーナチュレナチュール 癒しのマドレーヌ(6個)

ご希望の番号

3. アンケート回答欄

右のアンケートにご協力ください。○印、数字をご記入ください。

① はい・いいえ	② はい・いいえ	③ はい・いいえ
④	6. その他の答え	

4. ガス de スパイスのアンケート

次号のテーマ「我が家のお鍋の締め 定番はごはん?それともうどん?」
ごはん うどん (理由:)

5. おもしろかった記事 (複数回答可)

- スローな平日 異国スイーツ 週末の旅 プラス
- みんな de お弁当 しあわせカタログ 編集部ひみつスパイス
- まちがいさがし ガス de スパイス

6. 「くらしケチャップ」に対するご意見、ご要望

FAX 送信方向

のりしろ

タニオリ

のりしろ

豪華賞品GETの道はここから始まる・・・

まちがいさがし

A



B



下の2つの絵は同じように見えますが、実はAとBでは違いが5つあります。すべて見つけられたらP.08の応募用紙にてご応募ください。抽選で21名様に素敵なプレゼントが当たります。

Present 応募方法

プレゼント

いつもの暮らしに彩りをプラスするプレゼントを厳選してご用意いたしました。P.08の応募用紙にまちがいさがしの答え、ご希望のプレゼントの番号、アンケートをご記入の上、キリトリ線で切り取りハガキとしてポストに投函、又はFAXにてご応募ください。なお、プレゼント当選者の発表は、賞品のお届けをもって代えさせていただきます。
(2008年11月10日月曜日当社到着分まで有効)

次号は3月の検針時に発行予定

なに気ない暮らしを彩る情報・アイデア・プレゼント満載でお届けします。



キリトリ

POST CARD

4 2 2 8 0 0 5

50円切手を貼って下さい。

静岡県静岡市駿河区池田
50-5

静岡ガスエネルギー 本社

『くらしITチャット』

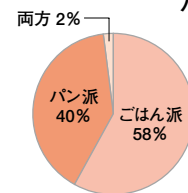
編集室行

静岡ガスエネルギーグループネットワーク

■本社	☎054-285-2221	■東部支店	
■中部支店		沼津営業所	☎055-927-3720
静岡営業所	☎054-285-2221	三島営業所	☎055-986-0404
清水サービスステーション	☎054-365-1547	御殿場サービスステーション	☎0550-87-8255
■西部支店		湯河原サービスステーション	☎0465-63-6551
掛川営業所	☎0537-62-0800	伊豆営業所	☎0558-76-8711
藤枝営業所	☎054-646-7388	富士・富士宮営業所	☎0544-23-4007
榛南営業所	☎0548-32-0001	富士川サービスステーション	☎054-385-6562
浜松営業所	☎053-468-7110		

ガス de スパイス

「朝食は、ごはん派ですか？
パン派ですか？」



ごはん派のみなさんが半数を上回りました！やはり「腹持ちの良さ」が多くの理由のようです。中には、黒米や玄米など「白いごはん」以外を食べているという方も・・・。一言でごはんといっても、選択肢はいろいろ有るものですね。一方、パン派の方の中には、ジャムやヨーグルトを自分で作っている、というご意見も。朝食は1日のはじまりですから、栄養のあるものをバランスよく食べたいですね。今回もたくさんのご意見、ありがとうございました。

【今回のテーマ】

「我が家のお鍋の締め 定番はごはん？それともうどん？」

ピューピューと北風が強まり、あたたかい食べ物が恋しい季節がやってきます。今回は、冬のあたたか〜い食べ物の代表格「お鍋」の締めについて教えてください。我が家のお鍋で最後に入れるのは、ごはん？それともうどん？巻末のハガキにて、たくさんのご応募お待ちしております。

お客様の情報を隠すようになっています

1. 必要事項を記入します。
2. 右のハガキをキリトリ線に沿って切り取ります。
3. 裏面ののり部分をのりをつけます。
4. お客様の情報が見えなくなるように、線に沿って半分に折り、貼り付けたらポストに投函してください。

