

雨の日の
おでかけも、
いい気分!

広島ガスエナジーCN会員様限定 「折りたたみ傘」プレゼント

クラブネットに入会済み、又は2019年5月24日までにご入会頂ける方に限ります。*写真はイメージです。

抽選で5名様プレゼント



自動開閉折りたたみ傘

強い風雨にも耐えられる
クニルプス製折りたたみ傘(97cm)
*色・柄は当選後にお選びいただけます。

お得なポイントサービス「Club Nets」って?

貯まる → 使える

① 毎月のガス料金でポイントが貯まる。
② ウォーターサーバーをセットで利用するともっと貯まる。
③ マークがあるお店でも貯まる!

① ガス機器の購入
② 大手ポイントに交換できる!
③ キャッシュバックも可能!

CNポイント。を貯めてポイントに交換。

d POINT	BARACO POINT	R POINT	JAL マイルがたまる
T-POINT	YAMADA	WAON POINT	.money by Ameba

「広島ガスエナジー CNカード」で貯めたCNポイント(R)は、dポイント、nanacoポイント、楽天スーパーポイントやJALのマイル、Tポイント、ヤマダポイント、WAONポイント、ドットマネー、ポイントオンのポイントと交換できます。

詳しいプレゼントの応募方法、ClubNetsのご入会については裏面へ。

*記載されている商標・ロゴマークは、各社の登録商標または商標です。*記載のサービス内容は、2018年10月現在のものとなります。

こどものための

絵本の せかいの



スズメの暮らし

平野 伸明 (文) / 平野 伸明 (写真) / 福音館書店刊

この「絵本のせかい」では、世界中の心あたたまるお話をご紹介します。絵本は、お子さんの心を育む純粋な「栄養」であり、同時に親子のコミュニケーションツールでもあります。「絵本」を通して、親子で新しい発見をしてみてください。



スズメたちはどこで寝ているのでしょうか?どんな巣を作りますか?

【この本のご紹介者】

すえむね たつひこ
末宗 辰彦さん

児童図書を中心に扱う出版社である「古今社」および「山陰こどものとも社」の代表取締役であり、他にも「子どもの文化講座」主宰、日本国際児童図書評議会(JBBY)正会員など、児童文化分野において幅広い活動をされている。エネルギーで情熱的でもあったかな社長さんです。

日本でスズメを知らない方はおられないでしょう。日本の普通話「したきりすずめ」に代表されるように、身近な鳥です。でも生態となるとほとんど知られていません。スズメたちはどこで寝ているのでしょうか?どんな巣を作るのでしょうか?卵は何色でしょうか?等々。

スズメはつねにオオタカ、チョウゲンボウ、フクロウ、ときにはカラスやヘビやモズなどの天敵にねらわれています。そのため、スズメはとても用心深く、臆病な鳥で、いつも警戒心を持っていて観察が難しいのです。

この本は30年以上も野鳥の撮影をしてきた写真家、平野伸明氏が関東や秋田県で観察したスズメの暮らしを紹介しています。

スズメは、4月から9月まで、年2~4回も子育てをします。それは、自然界で多くの生きものの食べものになっているからだそうです。また、スズメは水浴びと砂浴びをひんぱんに行い、体はいつも清潔で、巣の中にもほとんどダニがないそうです。

『スズメの暮らし』文・写真 平野伸明 福音館書店刊 この本を読むとスズメを観る眼が変わります。

※本号でご紹介している図書は「古今社」でも直接販売をされています。詳しいお問い合わせは(0859)27-1390(有)古今社まで

Present 絵本プレゼント

広島ガスエナジーから読者の皆さまに抽選でプレゼント!!たくさんのご応募お待ちしております!!

●お申込み方法/官製ハガキまたは下記ホームページに、ご住所、氏名、年齢、TELをご記入の上お申し込みください。

ハガキ 〒692-0023 安来市黒井田町731

広島ガスエナジー(株)「絵本プレゼント係」まで

HP 広島ガスエナジー株式会社 検索

●締切/2019年5月17日(金)必着
抽選後、発送させていただきます。
抽選結果は次号(Vol.182・夏号)にて掲載させていただきます。

「スズメの暮らし」5名様プレゼント

Vol.180・新春号絵本プレゼント当選者発表

多数のご応募ありがとうございました。今回、見事当選された方は、

★合田 正子さん(米子市) ★野坂 弥代美さん(米子市) ★小原 敏明さん(米子市)
★根来 文子さん(安来市) ★須田 千枝子さん(出雲市) でした。おめでとうございます。

広島ガスエナジーCN会員様限定「折りたたみ傘プレゼント」応募方法

広島ガスエナジーCNカードをお持ちの方

●お申込み方法

官製ハガキまたは下記ホームページのお問い合わせフォームに、ご住所、氏名、年齢、TEL、CN会員IDをご記入の上お申し込みください。



新規ご入会の方

●お申込み方法

官製ハガキまたは下記ホームページのお問い合わせフォームに、ご住所、氏名、年齢、TELをご記入の上お申し込みください。後日こちらから入会書類を送りますので5/24(金)必着となるようご返信ください。

*入会書類を期日までに返信頂けなかった場合は、無効とさせていただきます。

プレゼント応募から
新規ご入会で
入会金
無料!!

ハガキ 〒692-0023 安来市黒井田町731
広島ガスエナジー(株)「CNプレゼント係」まで
HP 広島ガスエナジー株式会社 検索
お問い合わせ ▶ 一般的なお問い合わせ ▶ プレゼント応募フォーム

メールでのお申し込みはこちら



2019年5月17日(金) 必着

抽選後、当選された方にはお電話にてご連絡致します。
抽選結果は次号(Vol.182・夏号)にて掲載させていただきます。

Vol.180・CN会員様限定プレゼント当選者発表

多数のご応募ありがとうございました。今回、見事当選された方は、

★古谷 麻美さん(米子市) ★森 直美さん(境港市)
★須谷 健児さん(出雲市) でした。おめでとうございます。

次回予告

5月25日(土) 出雲でヨガ体験開催



その他詳細につきましては、広島ガスエナジーのホームページにて後日お知らせ致します。

中面

料理教室を開催

親子でつくる直火クッキング

広島ガスエナジー

本社 / 安来市黒井田町731 ☎(0854)22-3631 米子営業所 / 米子市旗ヶ崎 ☎(0859)29-9711
境港営業所 / 境港市中野町 ☎(0859)42-2018 安来営業所 / 安来市黒井田町 ☎(0854)22-3632
松江営業所 / 松江市古志原 ☎(0852)21-5506 平田営業所 / 出雲市斐川町坂田 ☎(0853)62-2866



小学生のお子さんが、器用に包丁をトントン。料理上手のお父さんに、皆様も感心しきり。始終、和気あいあいとした雰囲気の中、親子で一緒に作った料理が完成。試食も楽しく、あっという間の2時間でした。



和気あいあいと楽しく調理

お気に入りのエプロンを身に付けて、さあ調理開始！1品目は土鍋ご飯。火にかけてから炊き上がりまで、たったの20分足らず。仕上げに10秒だけ強火にし、香ばしいおこげもできました。これも、ガスのパワフルな火力のなせる技。

2品目は大根、人参、白ネギなど、10種類以上の季節の野菜をたっぷり使った具沢山の豚汁。だし汁と生姜を効かせた風味が奥深く、試食会でかわりが出るほどでした。ご家庭で作るときは使う野菜を「秘密」にし、食べながら当てるのも楽しそう。道乃先生のだし汁は手軽に作ることで、様々な効能もあるのでお勧めです。



*今回作ったメニューの詳しいレシピはHPに公開中!

ガス料理を通じて親子のふれあいを応援

「なかなか娘と料理をする時間がなかったのですが、とてもいい機会になりました」。その言葉のように親子がふれあい、笑顔こぼれる料理教室でした。

最後は、お土産に「梨のキャラメルケーキ」を親子で焼いてもらいました。後日、「ガスオーブンで焼いた梨ケーキは、電気オーブンで焼いたものより、ずっとおいしかったです」との感想も。



火力の強いガスコンロでお料理をもっと楽しく

直火で火力の強いガスコンロ。フライパンを振る「あおり調理」ができ、炒め物などがおいしく仕上がります。また、必要な火力がすぐ得られるので、多くのレストランや食事処などで採用されています。

ぜひ、ガスコンロの魅力を体験してもらいたい。そんな思いから、リンナイ米子営業所のキッチンスタジオで、2月16日に料理教室を開催！

今回ご参加いただきましたのは、木下さん、野口さん、吉田さんの親子3組。講師は、料理研究家として活躍する道乃先生です。

直火クッキングのメニューは、「季節の魚の土鍋ご飯」

「生姜とキノコ」「秘密の豚汁」にチャレンジ！「せっかくだから、材料は安全安心な地元産にこだわりたい」と張り切るスタッフ。地元の農産物が豊富な日吉津村の「ふれあい村アスパル」で野菜を調達し、準備も万端です。



リンナイ米子営業所ショールーム

米子市観音寺新町3丁目4-33 / 電話: 0859-33-2576

リンナイの おすすめ! ガス衣類乾燥機「乾太くん」

パワフルなガスの温風で約5kgの洗濯物を約52分*で乾燥。梅雨の季節などに大活躍! *乾燥容量5.0タイプの場合、リンナイ(株)調べ。



料理研究家 道乃先生

鳥取県米子市で、料理教室「Lotta(ロッタ)」を主宰。予約の取れない料理教室として評判を呼び、全国誌に取り上げられるなど話題に。アンチエイジングレシピの考案に定評があり、著書『予約の取れない料理教室 秘密のレシピ』がAmazonランキングで1位を獲得。

Cooking method

ロッタ式「1番だし」の作り方

- 材料
- お湯……500cc
 - 昆布……3g (5cm角一枚)
 - 削り節……5g (ひとつかみ)

作り方

- ①お湯を沸かす
- ②ボウルにお湯を注ぎ、80度に下げる
- ③別のボウルに昆布と削り節を入れ、80度のお湯を注ぐ
- ④1分経ったら、こして出来上がり *無理に絞らないこと



1番だしの“効能”

- 満腹感を持続させ、食べ過ぎを防ぐ
- 心を安定させる
- カツオ……疲労回復、血流促進、冷え・肩こりの予防
- 昆布……脂肪をたまりにくくする