

# エコくらぶ ウィズガス

豊かで潤いのある暮らし

Vol. 34

発行/平成29年9月1日 発行所/西武ガス(株)  
 飯能市双柳373-15 ☎042-973-2768 発行責任者 平井孝男 発行数 13,500部

10月21日(土)・22日(日)

AM10:00~PM4:30 場所 西武ガス

働く車(高車・ユンボ)体験もできます。  
 ぜひご来店ください。

## ガスまつりだ〜

みんなあつまれ〜雨天中止

クジラドーム  
 が西武ガスにやっぴくみよ

ねこあつめ  
 スタンプラリー  
 開催

大好評!!

キツアサノ お子様  
 肉まん・あんまん教室

事前予約

当口教育  
 久保田工務店の  
 お子様木工教室

重機と一緒  
 カレンダー作成



手作りパンAnpel



巻之蔵

フランク・ホルモン焼きなど



中山茶屋

団子・饅頭種類豊富



ま・いける

クレープ30種類そろえてます



カフェFuWari

淹れ立て珈琲・ケーキ・焼き菓子

ガスも電気もおまかせください!

## 西武ガスでんき

にしてみませんか?

### ガス+電気=セット割引

契約・解約手数料  
 かかりません♪

契約期間制約  
 ありません♪

月々の電気代に  
 お悩みの方は必見!

例えば…エアコンをよく使う、家族が4人以上  
 日中在宅が多い、ペットを飼っている、など

80万件を超えるお客様が  
 申し込んでいる実績のある電気です!<sup>※1</sup>

西武ガスは、東京ガス(株)の取次店としてお客さまに電気を販売いたします。  
 (小売電気事業者:東京ガス株式会社/登録番号 A0064)

まずは比べて  
 みて下さい!

現在の電気料金との比較ができます!  
 電気の検針票をご用意の上、ご連絡ください!

当社ホームページからも  
 試算できます。

西武ガス

検索

西武ガスホームページ  
<http://seibugas.com/>



参考例 今年1月から西武ガスでんきに切替えていただいて、電気代がお得になったお客様をちょっとご紹介!<sup>※2</sup>

西武ガス ずっとも電気1 契約電力4.0A ガスセット割引(-270円/月)	1月	2月	3月	4月	5月	6月
従来29年1月より西武ガスでんきに切替♪	¥8,813	¥9,797	¥8,839	¥10,045	¥8,857	¥8,508
T社 従来電灯B 契約電力4.0A 口座振替割引(-54円/月)	¥9,493	¥10,616	¥9,474	¥10,855	¥9,426	¥8,964
お得になった電気代	¥-680	¥-819	¥-635	¥-810	¥-569	¥-456

芦荻場 S様邸の場合

半年で  
 約4千円  
 お得に!

西武ガス ずっとも電気1 契約電力6.0A ガスセット割引(-270円/月)	1月	2月	3月	4月	5月	6月
平成29年1月より西武ガスでんきに切替♪	¥16,733	¥19,890	¥15,049	¥15,099	¥11,062	¥10,024
T社 従来電灯B 契約電力6.0A 口座振替割引(-54円/月)	¥18,676	¥22,345	¥16,641	¥16,658	¥11,898	¥10,679
お得になった電気代	¥-1,943	¥-2,455	¥-1,592	¥-1,559	¥-836	¥-655

笠縫 Y様邸の場合

半年で  
 約9千円  
 お得に!



エネルギーの見える化ウェブサービス  
**My 西武ガス** 無料

当社ホームページから無料で登録いただけます!  
 ガスのみのお客様でもOKです!

24か月分の使用量や  
 請求額の一覧表♪

ガスや電気の使用量を  
 グラフで!  
 前年比などを「見える化」♪



※1 2017年6月23日時点で東京ガスの電気に申込みたい件数。

※2 上記料金は毎月変動する燃料調整額も含めた、実際の請求額です。上記例はメリットが出たお客様の一例です。お客様の現在の契約や使用状況によってはメリットが出ない場合もありますのでご了承ください。

飯能の人気のお店

九州博多の味を  
飯能で美味しくいただく

酒笑処 達まる

飯能で九州博多の味が楽しめる『酒笑処 達まる』に行ってきました。  
ウキウキ気分が木彫りのドアを開けると明るい声です！  
店内はカウンターとテーブル席、小上がりもあり落ち着いて料理をいただける雰囲気です。  
一押しのもつ鍋明太子を注文。プリプリのホルモンと、野菜、豆腐、福岡直送の明太子を特製スープでグツグツ煮込んで熱々をいただく。旨味が出たスープは最後まで飲み干してしまうほどハマってしまいました〜♪  
旨すぎ！（めに麺やご飯を入れてもよし）  
「九州まで遠出しえんでも飯能で味わえるなんて嬉しかあ〜♪♪」（博多弁）  
他に馬刺、刺身、串揚、地酒などおすすめ！  
遠方からのファンも多く通う人気店。  
お1人様からファミリーまで楽しい時間が過ごせちゃうこと間違いなしの『うまかばい!』なお店です。

ひと煮立ちしたら食べごろ

食べてみらんね

ぐくぐくイェッ！  
おかわり〜（笑）



ふわっつ〜の  
玉子にピリッときいた  
明太マヨノースが  
合います。



この串揚げの  
中身は？…パーム  
クーヘンでした〜。

ジューシーな肉汁、  
さっぱり醤油味

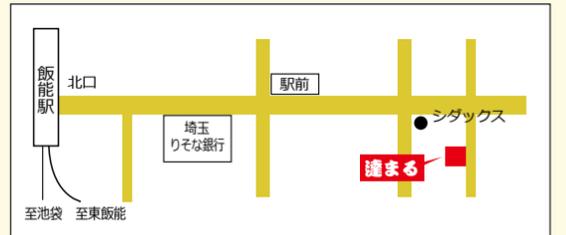


博多酢もつ。  
新鮮です！  
柚子胡椒でいただく



酒笑処 達まる

住所 飯能市東町7-13  
営業時間 ⑩月④⑥ 17:00 ~ 23:00  
⑤⑧ 17:00 ~ 1:00  
定休日 水曜日  
TEL 042-974-8910  
☆昼の宴会も予約出来ます。(1階35名/2階最大50名)



りそなキッズ  
マネーアカデミー 2017

平成29年8月2日、当社料理教室にて「りそなキッズマネーアカデミー」が開催されました。「将来の夢を自分自身で叶えることのできる力を身につけてほしい!!」と思いをこめてりそなグループが主催しています。16組32名の親子が参加し、お金の大切さや働くことの大切さについて学びました。当社ではその一環として「エコクッキング」を行っています。

カレーづくりを体験。  
みんなで力を合わせて  
作ったカレーはいつもより  
おいしく感じました。



ホッケーのまち 飯能

私たちの住む飯能では、ホッケーが盛んに行われています。今回は社会人チーム「HFC-HANNO」の活動をご紹介します。平均年齢29歳！飯能市内や都内で働く女性のチームです。☆主に地元高校出身者が活躍しています。



2017年6月  
飯能市阿須ホッケー場で関東予選が行われました。出場チームは埼玉、神奈川、栃木、山梨の4チーム！トーナメントを勝ち進み、見事地元HFC-HANNOが全国大会への切符を手に入れました!!



試合結果  
6月24日(土)  
13時~ HFC-HANNO対Gaja (4-1)  
15時~ 山梨クラブ対HC TOKAI (2-1)  
6月25日(日)  
10時~ HFC-HANNO対山梨クラブ (10-0)

HFC-HANNOは2017年9月16日(土)~9月19日(火)に福井県で行われる全日本社会人ホッケー選手権大会に出場します！地元の皆様の応援をどうぞよろしくお願い致します(^-^)



当社社員の森です



全国大会出場!! 応援してね!

ご存知ですか？飯能市でなでしこリーグの女子サッカーチームが活動していることを！  
**西武ガスは『ちふれASエルフェン埼玉』を応援しています!!!**



今回ご紹介させていただく、大河原工業団地の企業様は、優れた品質の化粧品を誰もが手に入れやすい価格で提供されている**株式会社ちふれ化粧品様**。そんなちふれ化粧品様がトップパートナーとなっている女子サッカーチーム『ちふれASエルフェン埼玉』をちょっとご紹介させていただきます♪この度、西武ガスもオフィシャルパートナー契約を結び、応援させていただくことになりました!!

チームの発足は1985年、狭山市の地域少女チームとして活動を開始しました。2002年から女子サッカーリーグに加盟。2004年に『NPO法人エルフェンスポーツクラブ』を設立。地域総合型スポーツクラブとして健康スポーツに関わる活動や地域活動を積極的に行っています。  
 2016年、トップパートナーである株式会社ちふれ化粧品とネーミングライツ契約を締結し、『ちふれASエルフェン埼玉』となりました。また、この年は現在なでしこ1部リーグに昇格し、今シーズンは1部の強豪チームとの熱戦を繰り広げております。

西台の大河原工業団地内にある、ちふれASエルフェン埼玉を育む**ちふれ飯能グラウンド**です。周りは豊かな自然に溢れています。彼女たちは毎日練習を重ねながら、なでしこリーグ1部に常に定着し、タイトルを狙えるようなチームを目指しています!

★ 監督・選手の方たちからメッセージもいただきました♪



2016年より指揮を執られている**元井淳監督**  
 みなさんはじめまして。この度、西武ガス様にオフィシャルパートナーになっていただき、非常に光栄に思っております。地域の皆さまに愛され、応援していただけるクラブを目指し、選手・スタッフ一丸となって闘います!



キャプテンの**中野里乃選手 [No.9]**  
 みなさんはじめまして。キャプテンの中野です。私達は飯能市西台に活動拠点を置きながら戦っています。地元の皆さまに応援して頂けるよう頑張っていますので是非スタジアムに足を運んで下さい!応援宜しくお願いします。



副キャプテンの**薊(あざみ)理絵選手 [No.7]**  
 みなさんはじめまして。副キャプテンの薊です。私はエルフェン一筋でプレーして、今年で11年目のシーズンになりました。一人でも多くの皆さまにもっとチームを知って頂きたいと思いながら日々活動していますので応援して下さいね!スタジアムで待ってます!



飯能市在勤の**松岡沙由理選手 [No.3]**  
 みなさんはじめまして。松岡です。私はチームの中で一番飯能市にいる時間が長いですが、まだまだ地域の皆さまと交流が少ないと感じております。是非、見かけたら声をかけて下さい!応援宜しくお願いします。



日高市出身の**永島自然(さら)選手 [No.22]**  
 みなさんはじめまして。日高市出身の永島自然です。まだまだ私を知っている方は少ないと思いますが、下部組織マリ出身の選手として頑張りますので応援宜しくお願いします。



ガスまつりでもお手伝い頂きました♪

がんばってくださいね!!  
 公式HP: <https://www.as-elfen.or.jp/>

お便り待っているよー  
 お客様の声

してもらってうれしかったこと、やってあげて喜ばれたこと、困っていること、環境を守るために心掛けていること、など...なんでもOK。みんなで分かち合いませんか?  
**採用の場合は図書カード1,000円分を差し上げます。**

エコクラブを楽しみにしています。まちがいさがしは主人(79歳)が...。他の情報は私が読みます。ガスの上手な使い方。バスルーム編は参考になりました。(蓋をこまめにしめる他)  
 前ヶ貫 I様

今回掲載されたEASY COOKINGが良かったです。最近お料理をするようになったのでグリルマフィンを作りました。美味しくできたので、今度おじいちゃんやおばあちゃんの家へ遊びに行った時に作ってあげたいです。  
 横手 Aちゃん 9歳

エコクラブの「飯能の人気のお店紹介」がとても好きです。年に2回のガス祭りを娘(3歳)と楽しみにしています。娘は乗り物やふわふわドームで遊ぶのを楽しみに。親は各お店の美味しい食べ物を楽しみにしています。  
 川寺 S様

いつもエコクラブを楽しみにしています。ガスまつりのクッキー作りを5歳の息子は楽しみにしています。自宅でもガスオープンでクッキーやパンを作りますが、たくさんの人達と一緒に参加して作る方が楽しい美味しいみたいです。我が家には二人目の子供が誕生したので今度は兄妹で参加できることを楽しみにしています。  
 稲荷町 A様

料理教室受講者の方の声  
 (6月28日 吉田恵里先生の焼き菓子)  
 ≪メニュー≫ベイクドチーズケーキ・フロランタン  
 先生はもちろんアシスタントの方もとても親切で楽しい時間を過ごすことができました。チーズケーキもフロランタンもとてもおいしいので家でも作ります。ありがとうございました。  
 横手 S様

良かたコーナー  
 クッキングコンテストが楽しそうです。  
 感想写真などを使って分かりやすかったです。  
 EASYCOOKINGの100レシピをみるね  
 エコクラブでやくにたつめ?  
 たくさんの情報か  
 美杉台 Kちゃん 10歳

寒い従来のタイル張りのお風呂から保温性の優れたユニットバスに工事をしたら、とても快適です。今年の冬も温かいお風呂を楽しめます。お掃除も簡単になりました。  
 永田台 A様

最新ノーリツビルトインコンロを使って作ってみました

み子様のみやつ・酒の肴に **ピザポテト**

- ①専用マルチプレートに冷凍食品のフライドポテトを均一に敷き詰めます。
- ②1口大に切ったベーコン適量とピーマン・プチトマト1個を薄く切ってポテト上にのせて軽く塩・胡椒してから、とろけるスライスチーズをのせます。(今回3枚使用)
- ③市販のピザソースを全体にかけます。
- ④マルチグリルを強火にしてタイマー18分にセットで点火
- ⑤マルチグリルは下バーナーが特徴的、調理専用バーナーが皿下の熱を見張ります。  
プレートはフッ素加工しており、食材のごびりつきなどありません。そのまま器として使える優れものです。
- ⑥出来上がりです。調理時間25分うち18分はコンロにお任せしました。

※簡単に出来ますのでお試しください。酒の肴でしたら胡椒多めにしてマスタードやタバスコと一緒にかけてみてはいかがでしょうか。

# ガス屋さんの豆知識

## ～ガスの上手な使い方～



### ・暖房の設定温度を2℃下げる

冬の暖房の推奨温度は20℃ですが、実際は高くなりがち。厚手のカーテンの利用や着るものを工夫して、設定温度を2℃下げると約10%の省エネが可能です!!

室温 20℃	室温 22℃
73.4 円	85.1 円

※外気温およびスタート時室温5℃、8畳の部屋でガスファンヒーターを8時間使用した場合

年間の省エネ効果	
ガス代	1,976円
CO <sub>2</sub> 排出量	40.3kg-CO <sub>2</sub> (スギの木)2.9本分

※169日(暖房期間5.5カ月)として算出

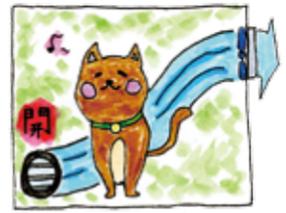
### さらに豆知識

### フィルターの掃除を!!

ファンヒーターのフィルターが目詰まりすると能力が低下してしまいます。こまめにお手入れ・お掃除をすることで、節約&快適生活!



給気口が閉の時... 空気が流れない...



給気口が開の時! 空気の流れがスムーズ!

ファンヒーターをご使用の際は必ず換気をお願いします。換気をする際は空気の流れができるように窓または給気口を開けてから換気扇を回すとGOOD!

さあ、みんなでいっしょに、もっと快適な暮らし、はじめよう!

ガス機器の使用中は、必ず換気!(給気と排気)

数地内の古い埋設ガス管は、早めに交換!

安心を守る。警報器の設置・交換を!

古くなったガス機器は、安全型に交換!

コナン、探偵めい! 考える!

### 「ガスの暮らしの安心」運動

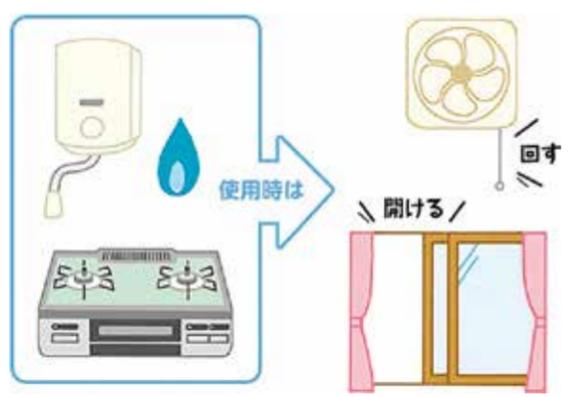
2024年 9月1日～11月30日

「コナン 探偵めい! ガスが当たる!」

ガス屋いときは、すぐにガス事業部に連絡を!

## ご家庭の皆様へ 室内でガス機器をお使いの時は 換気扇を回すか窓を開けて換気をしてください

キッチンでコンロや小型湯沸器の使用中は、必ず換気扇を回すか、窓を開けて換気をしましょう。※ただし、煙突のある開放式の湯沸器・風呂がまだお風呂を沸かしているときやシャワーを使っているときに、台所の換気扇などを使用すると、風呂がまの排気が浴室内などに逆流し、一酸化炭素中毒をおこす場合があります。換気扇と風呂釜の同時使用は避けてください。お部屋でガスストーブの使用中は、30分に1回程度、新鮮な 空気に入れ替えましょう。



# EASY COOKING

## グリルでスペアリブ ガーリックしょうゆ風味



### ●材料(2～3人分)

調理時間14分(お肉を漬け込む時間は含まれていません。お肉の大きさによって多少の時間は異なってきます)

豚スペアリブ .....8本

- 【A】
- しょうゆ .....大さじ1
  - 酒 .....大さじ1
  - んにく(すりおろし).....少々
  - オリーブオイル.....適量

【付け合わせ】パセリ・トマト・レモンなど

**Point** ガスコンロのグリルは直火であること & オープンと比べ庫内もコンパクトなので点火から2分で庫内温度を300℃以上の超高温に上げることができます。一気に表面を焼き食材の旨みをギュッと閉じこめることができます。高温でおいしく焼けるピザやトーストもおすすめです。

### 《作り方》

- ①スペアリブは、肉の部分をフォークでどこどこ刺し味がしみこむようにします。
  - ②Aとスペアリブをビニール袋に入れ30分程漬ける。
  - ③グリルの網にキッチンペーパーで油を薄く塗る(お肉が網にくっつかないようにする為)
  - ④グリルにスペアリブを並べ焼く。
- 水無し両面グリル 上・下強火で9分
- ⑤焼きあがったらそのままグリル庫内に5分置きます。(余熱利用)
  - ⑥お皿に盛り付けパセリやしモンを添える。

## 10個のまちがいをさがそう!

## 図書カード 1,000円分を20名様に

**応募方法** はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、良かったコーナー、良くなかったコーナー、ご意見・ご感想などをご記入ください。

**宛先** 〒357-0021 飯能市双柳373-15 西武ガス(株)クイズ係

**締切** 平成29年 9月30日 消印有効

当選者には(10月2日抽選)図書カードの発送をもってかえさせていただきます。

**問題** ①の絵には10カ所 ②と違うところがあります。①の絵に違っている部分に○印をつけ、キリトリ線で切り、はがきに貼って郵送してください。



**前回のクイズ答え**  
 応募総数88通、正解67通、正解率76%でした。当選は発送をもって、発表にかえさせていただきました。たくさんのご応募ありがとうございました。

次回の発行は平成30年5月頃の予定です。皆様のご意見、おたより、写真、絵手紙、イラスト、料理など大募集中です。いただきましたご意見等は掲載させていただくことがあります。はがき等はお返しできませんのでご了承ください。**採用の場合は図書カード(1,000円分)**を差し上げます。ご応募いただきました個人情報は当社が適切に管理し、住所氏名は賞品当選時の発送用として利用させていただきます。

この広報誌は再生紙と大豆油インキを使用しております。