

炎 ほのお

2015
秋

暮らしの中のちょっとイイことおすすめ！
A Quarterly Magazine of Echiten-Gas

食の宅配便

お米 _____ ①.②

ガスのことを知っておこう！

ガス暖房のある暮らし _____ ③.④

インフォメーション

お店紹介！「haru-nire」 _____ ⑤

教室紹介！「Fabio イタリア家庭料理教室」

「ガスと暮らしの安心」運動実施中！ _____ ⑥

読者投稿コーナー

「やめられないもの」といえば _____ ⑦

私のパワースポット

昨年、地元の滝を見に行きました。紅葉に彩られる滝は何度見ても圧巻。今年もまた、パワーをもらいに行きます。(秋葉区/めんまさんの作品)



あなたの作品が炎の表紙に！

炎では表紙を飾る写真を募集しています。写真又は写真データに作品のタイトルとコメントを添えてお送りください。応募方法、送り先、採用プレゼントはうら表紙面の投稿コーナーと同じです。お待ちしております！

ガス会社から
食の話題を
お届けします

食の宅配便

定期
宅配

お米 タカツカ農園



自然の中で育った幼少期 それが今の自分の原点に

田んぼに子どもたちの声が響きます。ワー、キヤー!と、とっても元気。その姿を楽しそうに見ているのがタカツカ農園代表の高塚さん。この田んぼでお米づくりをしています。今日は幼稚園の稲刈り体験。高塚さんが園児と親御さんに鎌の使い方、稲の縛り方などを丁寧に説明し、稲刈りが始まりました。

高塚さんは、子どもたちの農業・里山体験活動に力を入れていきます。「現代では親御さんが忙しく、昔のような近所のコミュニティも少ない。また、外遊びは

事故に遭うかもしれない、変な人がいるかもしれないとリスクを気にするあまり、ややもすれば家にもりがち。でも、自然が教えてくれることはたくさんある。そういう価値観を次につなげていきたい。…そう思うようになった原点は、幼少期にあると言います。

農家の六代目として生まれ、野山を駆け巡って大きくなった。朝もやがかかる田んぼから羽化したばかりのトンボが一斉に飛び立つ瞬間を見たこともある。自然とふれあう中で、幻想的な景色に幾度となく出会ってきた。だからこそ自然に影響を与える農業のやり方も考えるようになりました。

高塚さんは東京の大学卒業後、そのまま就職。20代の後半には結婚を考えるようになりました。しかし当時は、仕事帰りは毎日12時過ぎ、土曜は疲れて寝る。日曜にやっと外出する。このまま結婚して子どもが生まれても、思うように接することができない。そんな日常でいいのだろうかと考えようになりました。そこで、奥さまに新潟へのUターン就農を相談したところ、意外にもすぐに背中を押してくれ、2人で新潟へ戻って結婚しました。

生き物がたくさんいる
そんな田んぼを取り戻したい

いざ農業を始めると、昔はたく

次世代を担う
子どもたちに
楽しい
「食の記憶」を
残したいです!



代表
高塚 俊郎さん
「タカツカ農園」

さんいた田んぼの生き物が少なくなっただけに気づきました。「いろんな生き物がいてこそ田んぼなのに」と思い、いろいろ調べてみました。水路は、素掘りの土水路からコンクリートのU字溝やパイプに変わり、川と繋がっていた田んぼはコンクリートで分断され「効率化」という見えない壁ができていました。

農業の近代化による田んぼの環境変化に加え、赤トンボやアマガエルが減った原因のひとつに「中干し」がありました。近年始まった農法で、6月に田んぼを乾かすようになったのです。田んぼが乾いてしまったら、水生の生き物は生きていきません。

地産地消と
にいがた
素材!

次世代へ繋ぐ自然への想い

自然と人間が仲良く暮らせる
そのバランスを探している

では、どうしたら昔の景色を取り戻せるのでしょうか。高塚さんは、農業も肥料も使わない「自然栽培」や農業を一回だけ使う「特別栽培」の米作りに力を入れていま



●小川でザリガニを釣る園児たち。大物を2匹もつかまえた子がいました。多様な生物が暮らす環境だからこその遊びです。

す。また、田んぼの脇に「江」という、生き物が生息できる水路を設置するなど、試行錯誤を続けています。

「効率ばかり追うと農業はおもしろくない。さりとて食べていかなくはならない。そのバランスを探っていきたい。稲の育て方はある程度確立されているが、ちよと昔のやり方により良いヒントがあるのではないか。農業も肥料もどこまで必要か試しながら育て、できる限り生き物と調和した農業をしていきたい」と言います。

自然との共生を目指した農業を追求しながら、稲にも、子どもにも向き合っている高塚さん。子

どもの頃に体験した空気感、土の感触、五感に感じたことは忘れません。しかし、子どもが忘れてしまうと、世の中からなくなるものがたくさんある。大人もそう。高塚さんは、できる限り忘れないようにしたい、次世代に価値観を伝えていきたいと願っています。

「プランターでも簡単に野菜を育てられます。ぜひ家庭で野菜が育つ様子を観察してください。育てる人の気持ちが変わり、お子さまをお持ちの方も良い経験になります」と話す高塚さん。私たちも高塚さんの想いを受け取り、次世代へとつないでいきたいものです。



- 1 稲刈り体験に来たのは、秋葉区の森のようちんどの皆さんと金津中の生徒さん。
- 2 園児たちは自身も周囲もケガしないように、ちゃんと配慮ができます。すごい!
- 3 籾殻で焼き芋を作りました。芋も子どもたちが畑で収穫。青空の下でホクホク食べて、美味しかった!



タカツカ農園

新潟市秋葉区善道町2-11-29
お問い合わせ ☎0250-22-0775
HP / takatsuka-farm.com

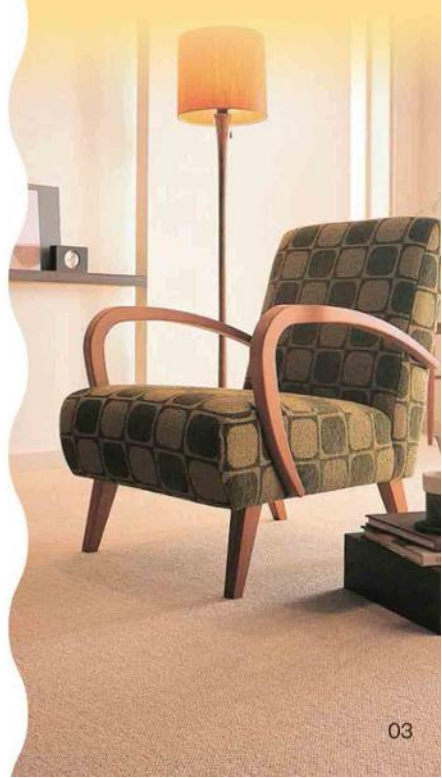
タカツカ農園から米粉を発信!

お米が余っているから「ご飯をもっと食べて」と言いますが、現代のバラエティーに富んだ食生活ではなかなか難しい。そこに一役買ってくれたのが奥さまの利恵さん。管理栄養士であり、越後天然ガスショールームでも家庭で簡単に使える米粉の料理教室を開催しています。お菓子、パン、唐揚げに利用するなど幅広く展開。タカツカ農園の米粉は、くず米でなく、食べるものと同じ米を使っています。ぜひ利恵さんの料理教室にもご参加ください!

厳しい新潟の冬を快適に過ごす

ガス暖房のある暮らし

燃料補給の手間が要らず、点火や消火時のニオイも気にならないなど、メリットいっぱいのがス暖房。長く寒い新潟の冬を快適に過ごすのにぴったりです。その多彩なラインナップをご紹介します。



日常の負担が軽くなる ガス暖房の魅力

「ガス暖房」の一番のメリットは、燃料補給の手間が要らないこと。寒い冬、灯油を買いに出かけたり、各部屋のストーブに給油をするのは、女性や高齢の方にとって大きな負担です。ガス暖房なら、ガス栓につなぐだけでいつでも暖か。燃料切れを心配する必要もなく、日常の負担やストレスを大きく軽減してくれます。

また、ガス暖房は、スピーディーな点火でパワフルにお部屋を暖めてくれるだけでなく、点火・消火時のニオイもない為、快適です。

快適性を追求し進化する ガスファンヒーター

立ち上がりが早く、スイッチを入れると約5秒でパワフルな温風がお部屋全体に行き渡る「ガスファンヒーター」。最も代表的なガス暖房の一つです。冷えきったお部屋



最近では、温風と同時に特殊なイオンを放出して空気中に浮遊しているカビ菌や花粉ダニなどのアレル物質を抑制する「イオン発生機能」や、設定した室温になると自動で省エネ運転をする「エコ運転機能」がついた機種も好評です。

停電時にも活躍する ガス赤外線ストーブ

電源(AC100V)を使わず乾電池で点火する「ガス赤外線ストーブ」があれば、停電など万一時も安心です。コンパクトなので場所を取らず、キッチンなどのスポット暖房にもおすすめです。



ココロとカラダを
明るく元気に!

ハル ニレ
haru-nire

閑静な住宅街にある、まさに隠れ家。
カフェ・アロマ・エステのお店。

アロマや飲食業界で経験を積んだオーナーが「女性を明るく元気にしたい」と9年前に開きました。カフェのランチは体の中からキレイになって、チカラが湧くように、キヌア、マキベリー、黒米、サンザシなどこだわりの食材を使用。人気のアロマは「仕事」「恋愛」「変革」などテーマごとに30種類もあり、香りとともに自分が実現したいことを探します。その過程で心のモヤモヤを整理して「私はこうなりたい!」とポジティブな気持ちになることが大切なのだそう。女性が元気だと家庭も社会も明るくなります。時にはゆっくり癒しの時間を。

アロマ
植物や天然石
など自然界の
材料を使い、直
接肌につけられ
る香水のような
アロマ、ブレンド
もOK。

これもおすすめ!

個室のエステルーム

心地よいアロマオイルの
ハンドマッサージです。



ランチ

デトックス、美肌、
血行促進など体に
良いとされる食材
を集めたメニュー。
ブラセンタが豊富
に入った特別なゼ
リーもおすすめ!

data

新潟市江南区横越川根町4-9-13
☎025-211-3172
営 Cafe 11:30~18:00
Salon 10:00~19:00(予約制)
休 不定休
(お電話にてご確認ください)
駐 3台



●子どもの頃からお母さん、おばあちゃん、横で楽しく料理を手伝っていたというファビオ先生。教わったのはパスタ・コンラ・ズッカ(かぼちゃのバスタ)、トランチョ・デイ・ベツシユ・アロマ・ティコ(魚の香味焼き・たたき風)、インサラータ・テイ・ウィー・キノーチ・エ・メーレ(イチジク、クルミ、リンゴのサラダ)の3品。名前だけ聞いたなら「だいじょうぶ?」と思いますが、実はとっても手軽に作れるんです。参加者の皆さんも「初めて使う食材でもしろうい!」「美味しいチーズを食べて違いがわかった!」と喜んでくださいました。



●魚の香味焼き・たたき風は、外側だけ焼いて中はレア。微妙な火加減がものをいいます。かぼちゃのバスタは、ソースの完成とバスタがゆで上がるタイミングがポイント。同じ時間に仕上げ、アツアツ同士を和えるのです。ガスコンロのタイマー機能が活躍です。

一度参加してみてくださいね。

Fabio イタリア家庭料理教室
in 越後天然ガスショールーム

試食会は、さながら日本とイタリアの文化交流。「パルメサンチーズはアメリカのチーズでイタリアでは使わない」など話に花が咲きます。イタリアは、海があり山があり、四季もある。料理も食材の風味を活かしたシンプルなもの、和食に通じるそうです。先生の故郷はイタリアでも古い都で歴史のあるパドヴァ。あのガリレオもパドヴァ大学で教鞭をとったそう。今回の料理は本当に美味しく、家庭料理の優しさ、あたたかさ、世界共通。参加者の皆さんもまったりした表情で、おなかも心も満ちました。ぜひ

ようこそ♪

ショールームへ!

Showroom Event [講師紹介]

楽しんで料理をしていただけたら一番嬉しい。どんな人が参加されるのか、こちらでも毎回楽しみます。

ファビオ・ボッタッツォ先生
先生はアニメや武道など日本の文化が大好きで、奥様が日本人だったことから来日。本業はギタリストです。コンサート情報はHPからどうぞ。



data HP <http://www.fabiobottazzo.com>
mail fab@fabiobottazzo.com

Let's check!

POINT 1

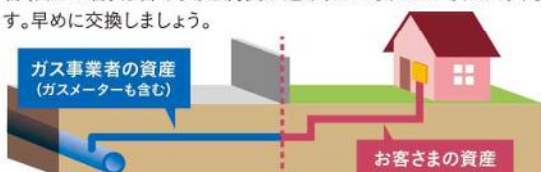
ガス機器の使用中は必ず換気(給気と排気)!

ガスが燃えるには、新鮮な空気が必要です。換気が不十分だと、有害な一酸化炭素が発生して中毒になるおそれがあります。屋内でガス機器を使うときは、換気扇を回す、窓をあけるなどして、必ず換気をしましょう。
※浴室に設置した煙突式風呂がまの使用中は、室内の換気扇を使用しないでください。

POINT 2

敷地内の古い埋設ガス管は早めに交換!

敷地内のガス管は、お客さまの資産です。埋設された亜鉛メッキ鋼管(白ガス管)は古くなると腐食が進み、ガスもれのおそれがあります。早めに交換しましょう。



POINT 3

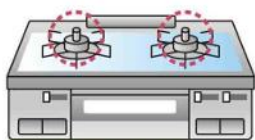
24時間安心を見守る警報器の設置を!

万が一、火災、ガスもれや、一酸化炭素が発生したら、ランプと警報音で教えてくれます。交換期限は5年間。期限がすぎるとまめに交換しましょう。
※警報器によって検知機能の種類・数が異なります。また、ご使用いただいているガスの種類により設置場所が異なります。

POINT 4

古くなったガス機器は安全型に!

ガス機器は古くなると、部品が劣化して火災や事故をおこすおそれがあります。安全装置のついたガス機器へ早めに取りかえる事をおすすめします。



Siセンサーコンロ

センサーで天ぷら油の過熱などを防止

不完全燃焼防止装置付き小型湯沸器

不完全燃焼する前に自動的に運転を停止



POINT 5

ガス機器とガス栓は正しく接続!

ガス機器とガス栓は、種類によって接続具が違います。正しく接続しないとガスもれの原因となります。取扱説明書をよく読んで、接続する口の形や大きさに合わせた正しい接続をしてください。季節によって出し入れするガス暖房機は特に注意してください。

接続する際は、「カチッ」と音がするまで確実に取付を。無理な接続、ゴム管などの利用は、ガスもれ、火災などの原因となり大変危険です。



地震が起きたら

あせらず、まず身の安全を確保しましょう。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。揺れがおさまってから、使用中のガス機器を止めて、ガス栓も閉めてください。

停電になったら

停電中は換気扇が動かず、夜間であればガス機器がよく見えません。やむを得ずガス機器を使用する場合は、窓を開けるなど必ず換気をするとともに、十分ご注意ください。

まずは、「ガスと暮らしの安心」運動のサイトへアクセスしよう!

ガスと暮らし 検索

<http://www.gas.or.jp/gastokurashi>



固いガス栓、古いガス栓は簡単にお取替えできます。お気軽に越後天然ガスまでお問い合わせください。



「やめられ ないもの」

👑 子供が寝た後の甘いものです。日中は4歳2歳0歳の子供と時間も忘れてバタバタ過ごし、ご飯も丸飲みのような状態ですが、夜子供が寝た後にほろっとしながらゆつくり甘いものを食べるのが本当に幸せでやめられません。そういう日は最近横に大きくなった気が…。(ゆきみつ)

👑 疲れるとしても甘い物が食べたくなりますよね。私も甘党なので、食べ過ぎはダメだとわかっていながらもつい手が伸びてしまいます…。(編集部◎)

👑 読書です。夫が購入し、先読みした本を家事の合間に読破。最近では「東野圭吾」にはまっていたので、続きが気になり、「日」冊へ入って読んでいました。時々、「おっ、もうこんな時間？」夕飯の支度が終わると、夫が帰ってくるのを待ちながら、食卓で読書。テレビの話題に「これ、トリックに使えるそうよね」とか夢の中まで、東野圭吾の世界が広がるくらい。学生の頃、読書が好きだったのに子育てで最中は、買っても「積ん読」。今は、大好きな本屋さんに癒されています。(さくら)

👑 ミステリーは一度読み始めるとやめられないですよ。夢の中でミステリーはスリリング過ぎて私なら飛び起きちゃいます(笑) (編集部◎)

👑 ジョギングです。10年前にお医者さんから「メタボでこのままでは肝臓が…」と言われそれ以来毎日炎天下の中でもジョギングしてまです。このまま続けられれば肝臓がギブアップするかも(笑)。誰かとめてください。(ランナー)

👑 10年間毎日ジョギングを続けるなんて、尊敬しちゃいます。春や秋ならまだしも、夏と冬に毎日ジョギングは私には続けられそうにないです(笑)。(編集部◎)



恒例の「ガス展」を10月2・3・4日の3日間開催いたしました。天候にも恵まれ、多数のご来場をいただきありがとうございました。今回の総入場者数は18,766名！多くのお客さまに「ガスのある暮らしの良さ」をお伝えすることができました。おかげさまで盛況の内に終了いたしましたことを、関係者一同感謝いたしております。今後とも皆さまのお役に立てよう精進いたしますので、より一層のご支援、ご愛顧をお願いいたします。

楽しい
エピソード
募集します！

● 次回の投稿テーマ「2015年の思い出」です

投稿コーナーではみんなに知らせたいとおきのエピソードをお待ちしております。送り先は、郵便、PC、携帯どれでもOKです。

応募締切 平成27年 **11月30日**(月)の消印有効

応募方法 官製ハガキ、封書又はEメールに、ご住所、お名前を明記(ご入力)の上、テーマに沿った原稿をご応募ください。
※掲載される際に匿名やペンネームを希望される場合はお知らせください。

送り先 郵便：〒956-0031 新潟市秋葉区新津4516番地 越後天然ガス株式会社
季刊情報誌ほんのお「読者投稿」コーナー係
PC・携帯：季刊情報誌ほんのお専用Eメールアドレス honoo@echiten-gas.co.jp

採用させていただいたお客さまにはクオカード(500円分)を進呈させていただきます。

●尚、ご投稿の皆さまから頂きました個人情報はこちらで責任を持って管理いたしますと共に、お客さまの承諾なしに第三者への配布、開示は致しません。

次号は…1月下旬発行予定です。