

四国の口福を探して。

# With Gas Life

【ウィズガスライフ】

## With Gas Lifeなお店訪問

[高知]個室居酒屋 SIKI ~料理とお酒~  
[愛媛]Ondata Coffee  
[徳島]S.B.DINER TOKUSHIMA  
[香川]mio paese

## もっと豊かに!ウィズガスライフ

月額550円で毎日1杯無料で飲める!  
「ノミヨル」サービス開始

## 四国の旬を探して

[道の駅 大月]ナス

さあ、でかけよう

“おいしい”を探しに



読者  
プレゼントも  
あります!

2023  
初秋号

vol.

063



1\_土佐酒アドバイザーが厳選した地酒を取り揃え  
2\_地酒3種の飲み比べや軽料理3種の食べ比べもあり!  
3\_肉や魚料理など3種から選べる「週替わり御膳」(1,000円・昼限定) 4\_店内は全席個室。1~28名まで対応可能です

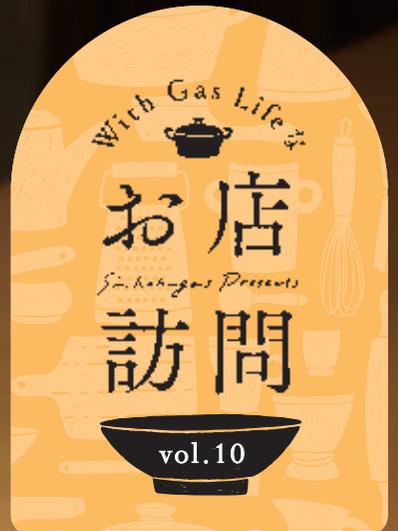


**個室居酒屋 SIKI ~料理とお酒~**  
高知県高知市はりまや町2丁目1-22 村上ビル2F 電話 /088-823-2560 営業時間/11:00~14:30(L.O. 14:00)、18:00~24:00(L.O. 23:00) 定休日/日曜 ※月曜祝日の場合は日曜営業し月曜休み、ランチは火~金曜のみ 駐車場/無 ※近隣にコインPあり  
HP キッズスペース バリアフリー

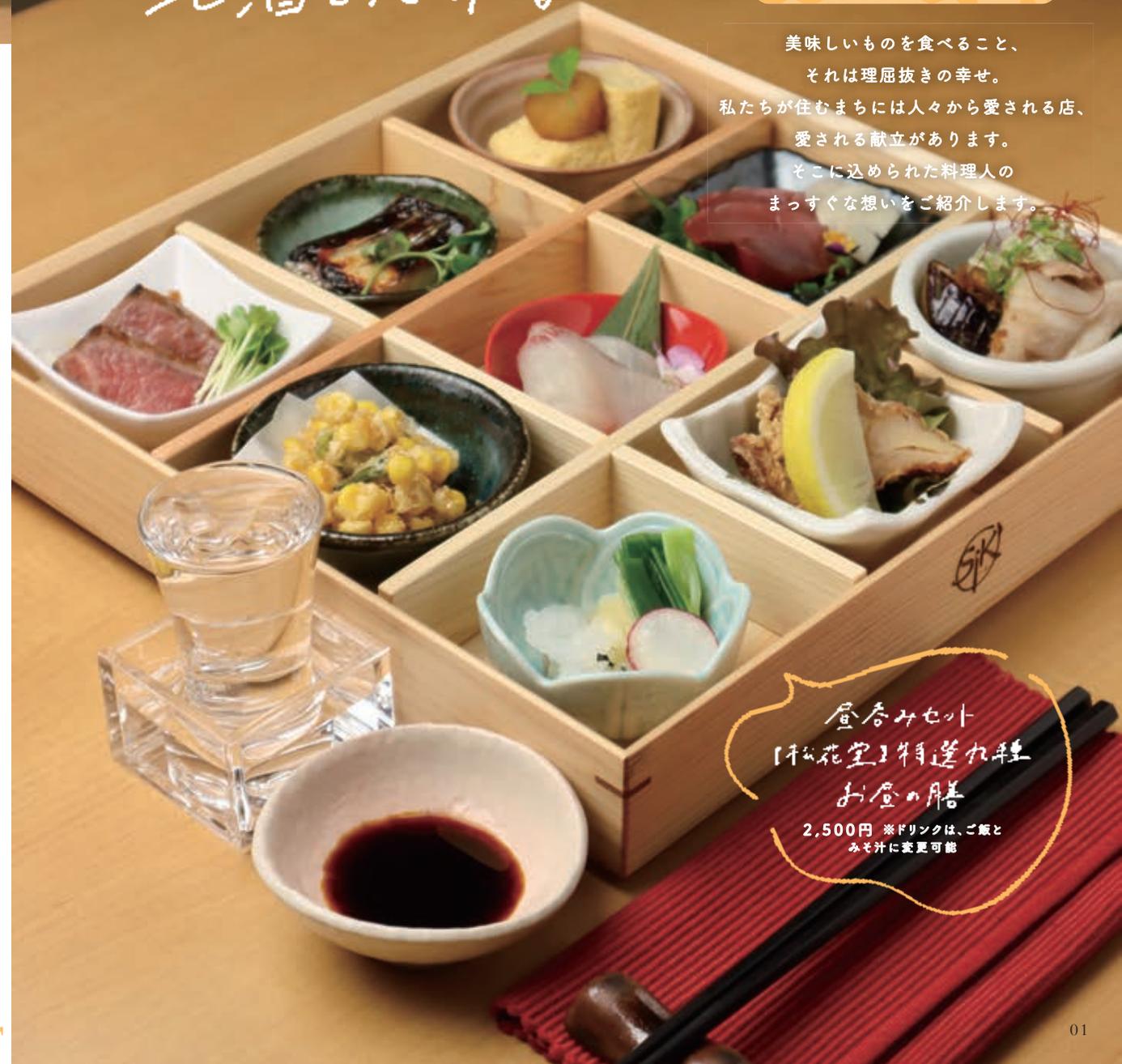
Ehime Tokushima Kagawa

**Kochi**  
**個室居酒屋 SIKI**  
~料理とお酒~  
[ コシツイザカヤ シキ〜リョウリトオサケ〜 ]

土佐の旬味や名物と地酒を心ゆくまで...



美味しいものを食べること、それは理屈抜きの幸せ。私たちが住むまちには人々から愛される店、愛される献立があります。そこに詰められた料理人のまっすぐな想いをご紹介します。



昼呑みセット  
[私花堂]特選九種  
お昼の膳  
2,500円 ※ドリンクは、ご飯とみそ汁に変更可能

**高知ならではの料理や地酒をお昼も夜も堪能できる!**

JR高知駅から徒歩約10分の繁華街にお店を構える「SIKI」では、高知自慢のブランド牛や地鶏、旬の鮮魚や野菜を使用した料理とともに、土佐の季節限定の地酒を味わえます。高知の食材を盛り込んだ、9種類の料理が楽しめるランチ「特選九種 お昼の膳」には、新鮮な魚のお造りや野菜のかき揚げ、土佐和牛のタタキや四万十鶏の唐揚げ、土佐ジローの卵を使っただし巻きなどが登場。セットは、ご飯とみそ汁がワンドリンクを選べるので、お酒が好きな方は昼酒を楽しまいましょう。

しむのおすすすめです。夜は、その月の旬食材を使ったメニューのほか、サラダやお造り、焼き物や揚げ物、ご飯ものやスイーツなど、老若男女が楽しめる料理やドリンクを豊富に取り揃えています。お店には土佐酒アドバイザーが在籍しているため、料理ごとに合った地酒を聞けるのも魅力のひとつです。和の趣を感じる落ち着いた雰囲気の内は、全席個室のテーブル席で、お一人様から利用できるため、ふらりと立ち寄ってみてはいかがでしょうか?

**おすすめレシピ** とうもろこしのかき揚げ



**材料**  
トウモロコシ: 1/2本  
オクラ: 2本  
ベーコン: 適量  
天ぷら粉: 適量  
塩: 少々

**作り方**  
① トウモロコシの実を芯から外す  
② オクラとベーコンを1.5cm程度にカットする  
③ ①と②をボウルに入れて打ち粉をした後、天ぷら衣をつける  
④ ③を大きなスプーンなどに乗せて160~170℃の油に滑らせるように入れて揚げる  
⑤ 揚げたら油を切り、塩をパッとかけたら完成!

**読者サービス**  
ランチをご注文の方に  
**ホットコーヒーサービス**  
※冊子持参で1冊につき1名様まで、1回限り。2023年10月末まで有効  
check!



1\_カウンター席は、目の前に海が広がる特等席 2\_イタリア製のエスプレッソマシン「ラ マルゾッコ」で淹れるコーヒーは格別 3\_14時半から提供されるハワイの生ドーナツ「マラサダ」も人気 4\_SUPもトライしてみて!



**Ondata Coffee**  
 愛媛県今治市大新田町1-4-48 2F 電話/0898-55-8946 営業時間/ランチ11:00~14:00、カフェ14:30~17:00 定休日/不定(インスタで告知) 駐車場/有  
 HP キッズスペース バリアフリー

来島海峡大橋が見える海岸沿い  
 にあり、ピンク色の外観が印象的な「Ondata Coffee」。  
 1階ではSUPの体験やボードの販売を行う「SHIMANAMI Outdoor Base」も併設しており、海を存分に楽しんで欲しいというオーナーの想いが詰まったお店になっています。カフェは2階にあり、景色が抜群なのは言うまでもありませんが、フードメニューにもこだわりありおすすめめのタコスは、トウモロコシ100%のグルテンフリーの生地を使用。具材は、き

「SUP+カフェ」の組み合わせで  
 瀬戸内海を思う存分楽しもう

のこ&じゃがいもや、ピリ辛のチキンのトマト煮など旬の食材を使っており、添えられたサワークリームとの相性もバツチリ。また松山の人気カレー店「クラシコ」のカレーもここで味わうことができ、こだわりの詰まった2種を提供。イタリア製のマシンで淹れたコーヒーメニューも評判です。波が穏やかな午前中にSUPを楽しんだ後、「Ondata Coffee」で美しいしまなみの景色を眺めながら美味しいものを食べる、そんな癒やしの一日を過ごしてみては?

Ehime

Ondata Coffee

[ オンダータ コーヒー ]

しまなみの絶景を眺めながら  
 癒やしのひとときを

タコスプレート 1,200円  
 自家製レモンスカッシュ セット価格400円  
 コナビール 600円



読者サービス

ランチタイムの  
**セットドリンクを半額**

check!

※冊子持参で1冊につき1名様まで、1回限り。2023年10月末まで有効

おすすめレシピ 簡単なレモンスカッシュの作り方

材料 (150ml分)  
 岩城島のレモン: 2個  
 きび砂糖: 70g  
 生ハチミツ: 大さじ2  
 炭酸水: 適量、〈愛情〉

作り方  
 ①レモンをよく洗い、皮ごとスライス  
 ②きび砂糖と生ハチミツと愛情を加えて、優しく炊く  
 ③冷まして、可愛い密閉ビンに入れて、一晩寝かせたらシロップの完成!  
 ④最後に適量を炭酸水と混合し、レモンスライスを添えて

※各材料の分量はお好みで調整を  
 ※店では岩城島のレモンを使用していますが、普通のレモンでもOK



1\_ダイナーの雰囲気が味わえる 2\_上勝のクラフトビール「KAMIKATZ Beer」をご一緒に! 3\_アメリカで定番の「パブストブルーリボン」も販売 4\_「ホームメイドレモネード」はスッキリした自然な甘さ



**S.B.DINER TOKUSHIMA**  
 徳島県徳島市両国本町1-14 電話/088-618-3536  
 営業時間/平日11:30~15:30(L.O.15:00)、17:00~21:30(L.O.20:30)、土・日曜11:30~21:30(L.O.20:30) 定休日/無休(1/1は休) 駐車場/無  
 HP キッズスペース バリアフリー



**牛100%パティが自慢 大満足の食べ応え**

徳島市両国本町に店を構える「S.B.DINER TOKUSHIMA」では、本格ハンバーガーがいただけます。本場アメリカならつたつなぎを使わない牛100%のパティは、ステーキのような食べ応え。できるだけ地元の新鮮なものを使っているというトマトやほうれん草、レタスなどの具材も肉に負けな存在感を放ちます。ポリリューミーン見た目なので、食べ方に迷いますがここは迷わず机の上の包み紙に包んでギュッとプレス。思いっきりかぶりつのが一番おいしい食べ方

です。見た目のバランスはもちろん、それぞれの素材が引き立つように具の順番やソースのバランスが計算されているので、そのハーモニーをお楽しみください。こんな洒落なダイナーなら20代が足を運んでいるかと思いきや、ランチタイムは学生からご年配の方まで幅広い年代の方が思い思いに楽しんでいるようです。店名の「S.B.」はサラダボウルの略で、様々な人種や文化がともに暮らすアメリカを形容した言葉。まさにこの店も、多様な人が集うスポットとなっています。

Kochi | Ehime | Kagawa



Tokushima  
**S.B.DINER TOKUSHIMA**  
 [ エスピーダイナー トクシマ ]

本格派ハンバーガーに  
 思いっきりかぶりつく

パイン・ベーコン・  
 チーズバーガー  
 1,320円

読者サービス

メニューご注文の方  
**ミニサラダ無料**

※冊子持参で1冊につき1名様まで、1回限り。2023年8月末まで有効

check!

おすすめレシピ **お手軽サワークリーム**

**材料**  
 無糖プレーンヨーグルト:400g  
 生クリーム:大きじ1~2

**作り方**  
 ①ボウルにざるを重ねて、キッチンペーパーをざるに重ねる。  
 ②①の中にヨーグルトをあげ、水切りする。  
 ③ラップをかけ、冷蔵庫で2~3時間置く。濃厚なクリームをお好みの人は、一晩置く。  
 ④水切りしたヨーグルトをボウルに移し、生クリームを加えてほぐしながら混ぜ合わせたら完成!ポテトや食パンはもちろん、ピザやハヤシライスなどにつけてお楽しみください。



1\_洞窟の中にあるかのような隠れ家的な雰囲気が魅力  
2\_ワインセラーにはイタリア産を中心にこだわりの銘柄が並ぶ  
3\_「瀬戸内鮮魚のカルパッチョ2種盛り合わせ」(1,200円)  
4\_ワインのボトル売りもっており、価格は1,000円〜とお手頃



**mio paese**  
香川県高松市今新町7-4 杉本ビル1F 電話/090-5717-4595 営業時間/カフェ&ちょいのみ15:00~17:00、ディナー18:00~22:00 定休日/不定休  
HP [Instagram](#) [Facebook](#) [Twitter](#) キッズスペース [バリアフリー](#)

**ちょい飲みから本格ディナーまで 大人時間を過ごすなら「ミオ・パエーゼ」**

高松市街地の高松ライオン通商店街にあるこちらのお店は、今年3月にリニューアルオープンしたばかり。リニューアルにあたって店内を改装し、大人の隠れ家のようなシックな雰囲気へと生まれ変わりました。オーナーシェフの寺尾さんが腕を振るって作る料理のテーマは「地産地消」。旬の食材を使ったアラカルトをはじめ、コース料理(7品・4,000円)※要予約)を提供しています。また、店内にあるワインセラーにはイタリア産

ワインを中心に様々な種類のワインが並んでおり、店内で料理と一緒に堪能するのはもちろん、自分用や贈り物として購入することもできます。寺尾さんの「若い人やワイン初心者にも気軽に来てほしい」という想いから、15時から17時までの2時間を「カフェ&ちょい飲み」として営業し、お酒とおつまみ、スイーツを提供しています。ちょい飲みから本格ディナーまで、五感で癒やされる素敵なひとときを「ミオ・パエーゼ」で過ごしてみてもいい。

読者サービス

ご飲食の方に  
**「プチデザート」サービス!**

※冊子持参で1冊につき1グループ人数分ご用意。1回限り。2023年10月末まで有効

check!

**おすすめレシピ**

**スズキのロースト**

**材料**  
スズキ切身: 80g ナス: 1本  
お好みのドレッシング: 適量  
バター: 10g 塩: 少々  
レモンの皮: 1g プチトマト: 適量  
ペビーリーフ: 適量

**マリネ液**  
塩: 2g 白胡椒: 少量 お好みのハーブ: 適量  
EXVオリーブオイル: 大さじ1

**作り方**  
①スズキの切身にマリネ液をまんべんなくまぶし、半日冷蔵庫でなじませる。②ガスコンロの直火で、ナスの皮が真っ黒になるまで全体を焼く。流水で焼いた皮を外し、半分(または一口大)に切り、ドレッシングでマリネする。③プチトマトを半分に切り、110℃のオーブンで約40分焼き、ドライプチトマトを作る。④①のスズキの表面をキッチンペーパー等で拭く。油を敷いたフライパンで皮をじっくりと焼く(弱火)。身側は軽く焼き、火が通ったら別皿に取り置く。同じフライパンでバターを溶かし、塩とレモンの皮を入れて味を整える。⑤④のバターをかけた後、ペビーリーフ、ドライプチトマトを飾る。

Kagawa  
**mio paese**  
[ミオ・パエーゼ]

地産地消をベースにした  
隠れ家的イタリア料理店



オリーブの  
レンドマロースト  
3,000円

月額たったの550円(税込)、

一括プランでさらにおトクに!

もっと知りたい!

料金プランについて

ご利用料金	月額プラン	一括プラン	ギフトとしても購入できるので、ちょっとした贈り物にも最適です。
月額 ¥550/月 (税込)	3ヶ月プラン	¥1,650 (税込)	
	半年プラン	¥2,750 (税込)	1ヶ月分おトク!
	1年プラン	¥4,950 (税込)	3ヶ月分おトク!

ご登録からご利用までの方法 LINEで簡単にスタートできます!



加盟店さまも随時募集中!

加盟店さまのメリットは?

ふら飲みに特化!

新規のお客さまとの出会いを生み出します。

コスト不要!

加盟店へのご登録も継続もコストはかかりません!

オペレーション簡単!

お客さまのクーポン画面を確認するだけの簡単操作!



加盟店へのお申し込みはこちらから



「ノミヨル」についてもっと詳しく知りたい方は公式WEBサイトをチェック! 次ページで「加盟店さま」のご紹介も!



2023年8月~サービススタート!

四国ガスに新サービス「ノミヨル」が誕生!

皆さまに魅力を存分にお伝えします!



ノミヨルとは?

加盟店で660円(税込)以下のドリンクおよびお店が指定したドリンクが毎日1杯無料になる※四国ガスのサブスクサービス。2軒目以降も各店で1杯無料に!

※1「来店者一人当たり1,100円(税込)以上の会計」(無料対象ドリンクの代金は除く)などの利用条件がございます。



担当者に聞いてみた!



「ノミヨル」おすすめポイント!



軽く一杯にも、はしご酒にも!

同僚や友人との「ちょっと一杯」や「もう一杯」が便利におトクに!



利用方法も簡単!

LINEの登録画面を見せるだけの簡単操作!クーポンを比較する手間もいりません。



月に1回でも利用すればおトク!

月額550円(税込)だから、月に1度の利用でもおトクになります。



全国各地の「1ドリンクサブスク」加盟店で使える◎

現在地周辺の加盟店がマップに表示されるので、行きたいお店がすぐ見つかります。

全国の利用可能店舗1,450店舗 ※2023年7月4日時点

もっと豊かに!  
With Gas Life

番外編

利用者さまは月額550円(税込)で加盟店でのドリンクが毎日1杯無料になります!

※提供時間:毎日午後3時から翌日午前3時まで

今回紹介する食材はこちら

ナス

6～9月頃が旬のナスは、和洋問わず様々な料理に使われる万能野菜。日本各地で古くから栽培される伝統品種なども多く存在する

豊富な栄養が魅力

ナスで元気をチャージ!



美味しいを探しに行こう!

四国の旬を採って

第6回

山・川・海

自然に恵まれた四国は食の宝庫さあ、旬を探しにでかけよう



教えてくれたひと

道の駅 大月  
駅長・笹木さん

マリンスポーツが盛んな大月町の道の駅の駅長。「皆さんのお越しをお待ちしています!」



幡多地域の特産品や地元の新鮮な農産物、雑貨、お惣菜、スイーツなどを販売。HPではネットショッピングも実施中! 大型遊具がある「ふれあいパーク・大月」も併設している



道の駅 大月

高知県幡多郡大月町弘見2610  
電話/0880-73-1610  
営業時間/お土産売場8:30～17:00、  
産直市8:30～18:00  
定休日/無(1月1・2日は休み) 駐車場/有

HP キッズスペース バリアフリー

煮もの、揚げもの、炒めものなど、様々な料理に登場し、食卓でも馴染みのナス。約90%が水分なので味にクセが少なく淡泊、加熱すると食感がなめらかになり油との相性も抜群! ナスの皮にはアントシアニン系色素である「ナスニン」が含まれているので、調理をするときは皮ごと使うのがおすすめです。秋(9月頃)に収穫されるナスは身が締まり、種も少なく美味しいものが多く出回ります。また高知県は生産量全国一位を誇るナスの一大産地。高知の温暖な気候を活かし、甘くてみずみずしいナスが育ち、1年を通して様々な品種が作られています。

おいしい豆知識

美味しいナスの見分け方

- ・皮に張りツヤがあるもの
- ・ヘタの切り口がみずみずしいもの
- ・ずっしりと重みを感じるもの



保存方法

冷気と乾燥に弱いので新聞紙などに包んで冷暗所、または冷蔵庫の野菜室で保存しましょう。冷やしすぎると固くなって味が落ちるので注意!

◀◀ ナスを使ったレシピはP13へ

飲みに行く  
あなたに寄り添う、おトクなサブスク。



ノミヨル  
nomiyoru

月額550円で  
ドリンクが毎日1杯無料!

四国ガスが提供する「1ドリンクサブスク」[「ノミヨル」]。ユーザーは月額550円で全国の加盟店でのドリンク1杯が毎日無料に!ここでは四国4県の「ノミヨル」加盟店をご紹介します。さあ、今日はどこに飲みに行く?



無料ドリンクはこちら!

生ビール、焼酎、  
酎ハイ、  
ソフトドリンク等

香川

さぬき和味

旬の食材を用いた家庭料理をお楽しみいただけます。座席はテーブル席2つとカウンターが5席です。お仕事帰りにお気軽にお立ち寄りください。

香川県高松市西の丸町5-16 香西ビル1F  
電話/087-811-9353  
営業時間/17:00～22:30(L.O.22:00)  
定休日/不定休 駐車場/無

HP



店主・杉山さん

どうぞお気軽に  
お越しください。



無料ドリンクはこちら!

生ビール中、瓶ビール、  
ハイボール、各種サワー、  
日本酒、ソフトドリンク等

愛媛

居酒屋寿司きんべい

「やっぱり寿司が握りたい」。長年市民に愛された老舗店が2011年に復活!旧店舗を含め、店主が70年以上握り続けたお寿司は格別です。瀬戸内の新鮮なお魚を使った居酒屋メニューも大人気。

愛媛県松山市菅町1-2-6  
電話/089-935-5501  
営業時間/11:30～13:30、17:00～22:00  
定休日/日曜 駐車場/無

HP



店主・角谷さん

アットホームな  
お店です。  
お気軽にお立ち  
寄りください。



無料ドリンクはこちら!

生中、サワー、  
ハイボール、  
ソフトドリンク類

徳島

個室焼肉 志

神戸牛の最も肉質が良い部分シャトーブリアンや、志名物のネギ包みタンなど、メニューを多数ご用意しています。落ち着いた個室、海が見えるテラス席で食べる焼肉は絶品です!

徳島県徳島市南木広町7-6  
電話/088-624-6006  
営業時間/11:30～15:00、17:00～22:00(L.O.21:30)  
定休日/火曜(祝日は営業) 駐車場/有

HP @yakniku\_shirushi



マネージャー・清水さん

こだわり抜いた  
焼肉をぜひ  
ご賞味ください!



無料ドリンクはこちら!

生ビール、各種ハイボール、  
サワー、グラスワイン(赤/白)、  
日本酒、焼酎等

高知

赤たぬき 高知店

程よい喧騒感と活気あふれるカウンター席は、お仕事帰りのサク飲みから仲間たちとのじっくり飲みにも◎個室は大小8室完備。新鮮な魚介を使用したお刺身や炉端焼きが楽しめるお店です!

高知県高知市本町1-4-18  
電話/088-824-7570 営業時間/16:00～  
24:00(料理L.O.23:30、ドリンクL.O.23:30)  
定休日/日曜 駐車場/無(隣にコインP有)

HP @akatanuki.kochiten



店主・春ちゃん

新鮮な旬菜・  
旬魚と美味しい  
お酒を味わって!

もっとサービスについて  
知りたい!という  
みなさまはコチラをチェック



サブスクサービスに  
加盟したい飲食店の方は  
コチラをチェック



ガスもでんきも、四国ガスグループ。

# ガポタでんき



ガポタでんきは一本化でおトク!

光熱費が年間約 **4,300円** おトク

※[従量電灯A]と比べて(月平均約400kWhでご利用の場合)  
※弊社シミュレーションソフトで試算。(都市ガスご利用の場合)

合計 **年間約10,000円**相当 おトク!!

<https://www.with-shikokugas.jp/electrical/> 詳細はこちら



【試算条件】戸建4人家族、年間使用量4,800kWh 従量電灯A(四国電力)との比較 ※燃料費調整額含まず。(基準単位料金にて試算) ※再生可能エネルギー発電促進賦課金は2023年度価格です。 ※消費税等相当額を含みます。 ※お客さまのご使用状況によっては同じ世帯人数や住宅形態でも年間使用量や料金メリットが異なることがあります。 ※月々の使用量によっておトク額は変動いたします。 ※本プランについては、燃料費調整における上限を廃止しておりますので、燃料価格が高騰した際は四国電力株式会社が提供する「特定小売供給約款」に基づくプラン(従量電灯A)の方が割安になる場合があります。

## 大好評のキャンペーンはじまる!!

キャンペーン期間：2023年7月1日(土)～8月31日(木)

期間中ガポタでんきに  
新規ご契約いただいた方に **ガポタ2,500pt** プレゼント!!

※特典の付与は電気契約6ヶ月後となります。ただし6ヶ月以内に電気の契約を解約した場合は適用されません。また再契約の方は対象外となります。

※四国ガス株式会社は四国電力株式会社の取次店としてお客さまに電気を販売します。(小売電気事業者：四国電力株式会社/登録番号A0274) ※四国ガス燃料株式会社、四国ガス産業株式会社とガスのご契約をいただいているお客さまが「ガポタでんき」をご利用される場合は、別途四国ガス株式会社とご契約が必要となります。詳しくはお問い合わせください。

ポイントが年間約 **5,700pt** たまる

## ウォーターサーバーで もしもの時に備えよう!

ローリングストックとは?

備蓄品として保管してある非常食や保存水を日常生活で消費し、使った分だけ買い足していく管理方法のことです。

重たくて消費量の多い水のローリングストックには宅配水がぴったり!

サーバーレンタル代 **880円**(税込) + 購入ボトル代 **1,404円**(税込) 12本1本

だけ

※送料込み ※ボトルは3本以上のご注文となります。

必要分だけ! 月々の購入ノルマなし!

北アルプスの天然水も、取り扱っています!

今なら **ご新規入会キャンペーン**

特典1 **ミネラルピュアウォーター(RO水)12本** **4本**

特典2 **サーバーレンタル代** **3ヶ月**

いずれも **無料**

さらに **特典3** **5,000円分** プレゼント!

他社からの乗り換えのお客様に



ボトル:北アルプスの天然水 ボトル:RO水

**四国ガス産業株式会社**

お電話1本でお届けさせていただきます。便利なネット注文もございます。  
【宅配水専用ダイヤル】受付時間：平日9時～17時 **詳しい情報はこちらから**

〒794-0027 愛媛県今治市南大門町2丁目2番地4  
四国ガス本店ビル3階

**0120-32-4813**

四国ガス産業 **検索**  
<https://www.shikokugas-sangyo.co.jp/>



## グリル de カンタン! 秋野菜のホットサラダ

グリルを使うと ガスの良さを もっと活用しよう。  
**ひと味違うね!**

野菜の甘みと香ばしさを  
楽しみながら、さっぱりと  
いただけます♪



### ■ 材料(お好みの野菜をお好みの量で準備)

- ナス ●レンコン ●白ワインビネガー
- エリンギ ●ミニトマト ●塩 ●黒コショウ
- カボチャ ●パプリカ ●オリーブ油
- サツマイモ ●レモン

### ■ 作り方 野菜を切って焼くだけの簡単レシピ!



- 野菜類を大きめにカットする。 き色がついたらグリルから取り出して、お皿に盛りつける。
  - 野菜をグリルに並べ、塩、黒コショウ、オリーブ油少々をふってグリル(上下強火)で8分程焼く。
  - 残り3分程になったらミニトマトを加え、こんがり焼
  - オリーブ油2、白ワインビネガー1の割合でふり入れ、レモンを搾り、冷ます。
- ナスの紹介はP12へ

## ウィズガスライフ Vol.63 プレゼントのご案内

HPまたは、はがきでご応募ください。抽選でステキな商品が当たります! ※はがきは応募締め切り日消印有効

- 道の駅 大月より「ばんかんゼリー」3個セットを5名様に。
- Canpachiより、鯛だしご飯【松山鯛めし】と愛鯛の水煮のセットを5名様に。



**Wチャンス!**  
抽選に外れた方の中から5名様に、粗品をプレゼントします。  
※写真はイメージです。商品が異なる場合があります。

### 四国ガスサービスサイトにアクセス! 抽選でご紹介の商品をプレゼント!

- HPへアクセス  
四国ガスサービスサイト **検索** ※ご応募はお一人さま1回限り
- 〔季刊誌・ウィズガスライフ〕をクリック
- 〔最新号のプレゼント応募はこちらから〕をクリック
- キーワード入力 キーワード **LIFE**
- アンケートにお答えください  
こちらのQRコードからプレゼント応募ページに直接アクセスできます。



**はがきでご応募される方は!**  
はがきに下記の質問にお答えいただき、右上の「プレゼント応募券」を貼付の上、四国ガスまでお送りください。  
①ご希望のプレゼント番号(①・②)  
②今回気に入ったページ ③今回分りにくかったページ  
④今後どのような情報がほしいですか? ⑤その他ご要望など  
⑥お名前、ご住所、電話番号

応募先 〒790-0814 松山市味酒町1丁目10-6 四国ガス第1ビル6階  
ウィズガスライフプレゼント応募係

※当選者の発表は、厳正な抽選の上、商品の発送をもって代えさせていただきます。※ご応募は日本国内にお住まいの方のみに限らせていただきます。※お客さまからお預かりした個人情報は、当社が責任を持って管理いたします。ご本人の承諾のない限り、収集した個人情報を商品発送の目的以外に使用、第三者に提供することはありません。※返信はできませんのでご了承ください。

↑はがきの方は右上の応募券を切り取り貼付!

“初めての方”も気軽に楽しめる教室がたくさん! 受付10:00~18:00 (毎週水曜・GW・お盆・年末年始休場)

# ガス生活館 ピポットのカルチャー教室



ガ・ス・生・活・館  
PIPOTT  
(ピポット)

## ガス生活館 ピポット松山

カルチャー教室のお申し込み **089-945-1228**

インターネットからでもお申し込みできます。

四国ガス ピポット

〒790-0814  
松山市味酒町1丁目10-6  
四国ガス第1ビル1階

各教室の応募締切日

**9月7日(木)**



教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員
人気店の味をおうちで再現☆ <b>イタリア料理</b> 久保 直史 トラットリア・ヴィオラ オーナーシェフ	①10/30(月) ②11/27(月) 10:20~13:00	5,400円/2回 9名
家族がよろこぶ満足おかずを定番に! <b>中華料理</b> 西尾 正 中華旬彩 西尾 オーナー	①10/2(月) ②12/4(月) 10:20~13:00	5,000円/2回 9名
もっと韓国ごはんが好きになる♪ <b>韓国料理</b> 朴 美樹 マイキムチ&コリアンデリ ハンアリ	①10/10(火) ②12/12(火) 10:20~13:30	5,000円/2回 9名
毎回2種類のパン作りが楽しめます☆ <b>パン教室(日曜)</b> 烏谷 奈々絵 ジャパンホームベーキングスクール師範	①10/15(日) ②12/17(日) 10:20~13:30	4,800円/2回 8名
毎回2種類のパン作りが楽しめます☆ <b>パン教室(月曜)</b> 烏谷 奈々絵 ジャパンホームベーキングスクール師範	①10/16(月) ②12/18(月) 10:20~13:30	4,800円/2回 8名
プロのパティシエからコツを学ぶ♪ <b>スウィーツ</b> 土居 健利 ノンチネノメ パティシエ	①10/12(木) ②12/14(木) 10:20~13:30	5,000円/2回 8名

教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員
<b>野菜ソムリエの時短料理</b> ~冬ののりきる温活レシピ~ やの くにこ 野菜ソムリエ上級プロ	12/22(金) 10:20~13:00	2,700円 9名
<b>フランス菓子教室</b> ~デコレーションドリップケーキ編~ 松本 暁 Akatsuki Bleu オーナーパティシエール	11/14(火) 10:20~13:30	2,600円 8名
<b>コーヒーセミナー</b> ~ホットカフェオレとアレンジコーヒー編~ 【ケーキ】季節のチーズケーキ 児嶋 厚樹 カフェクレマ オーナー	10/27(金) 10:20~12:30	2,000円 12名
<b>フラワーレッスン</b> ~クリスマスブツダンツ編~ 土居 有紀美 花勝(HANAKATSU)	11/17(金) 10:20~12:30	2,600円 12名

- ご応募多数の場合は抽選にて決定させていただきます。尚、抽選結果は**ご当選の方**のみにハガキにてご連絡させていただきます。
- 受講料は初回に全額お支払いいただきます。途中退会や欠席の場合も受講料の返金は致しかねます。
- やむを得ない事情により、教室の中止または内容を変更する場合がございます。
- 複数の教室を申し込みされる場合は、お1人様3教室までお願いいたします。
- 材料の高騰や諸経費の値上がりにより、2023年10月よりピポット松山の教室料金を値上げさせていただきます。何卒ご了承ください。

## ガス生活館 ピポット今治

カルチャー教室のお申し込み **0898-32-4900**

インターネットからでもお申し込みできます。

四国ガス ピポット

〒794-8611  
今治市南大門町2丁目2-4  
四国ガス本店ビル1階

各教室の応募締切日

**9月17日(日)**



教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員
<b>中国料理教室</b> 【10月】餅の蒸しもの広東風、他 【11月】上海風黒糖スプタ、他 【12月】季節野菜のクリーム煮、他 曾我部 芳史 今治国際ホテル 中国料理 龍宮 料理長	①10/2(月) ②11/6(月) ③12/4(月) 10:30~13:30	5,400円/3回 9名
マスター直伝!本格ドリップ! <b>コーヒー教室</b> 白石 文二 喫茶アポニー 店主	①10/3(火) ②11/7(火) ③12/5(火) 10:30~12:00	1,500円/3回 8名
2種類のパンを作る☆ <b>金曜日のパン教室</b> 竹ノ内 妙 ジャパンホームベーキングスクール師範	①10/6(金) ②11/3(金・祝) ③12/1(金) 10:30~14:00	3,900円/3回 8名
2種類のパンを作る☆ <b>日曜日のパン教室</b> 竹ノ内 妙 ジャパンホームベーキングスクール師範	①10/22(日) ②11/19(日) ③12/17(日) 10:30~14:00	3,900円/3回 8名
おうちで簡単♪ <b>スパイスカレー教室</b> 原田 佳代 珈哩屋cafeエポック オーナー	①10/10(火) ②11/14(火) ③12/12(火) 10:30~13:30	4,500円/3回 9名
<b>お菓子教室</b> 【10月】マロンマドレーヌ 【11月】木の葉のケーキ 【12月】モンブラン 亀尾 映里奈 ジャパンホームベーキングスクール師範	①10/17(火) ②11/21(火) ③12/19(火) 10:30~13:30	4,500円/3回 6名

教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員
<b>ワクワク楽しみ☆ 親子でXmasケーキ教室</b> 亀尾 映里奈 ジャパンホームベーキングスクール師範	12/9(土) 10:30~14:00	3,000円/組 3組 (保護者1名・ 小学生の子供 1名)
<b>ラク家事におススメ☆ 最新コンロおためし講座</b> 【メニュー】パエリア・麺のハーフ焼き他 ピポットスタッフ	10/15(日) 10:30~13:30	500円 4名

- ご応募多数の場合は抽選とさせていただきます。締切後1週間以内に**当選の方のみ**郵送にてお知らせいたします。
- 当社および講師の都合や天候不順等、やむを得ない事情によって、教室の開始・終了時間及びメニューの変更を行うことや教室を中止することがあります。
- 受講料は初回に全額お支払いいただきます。途中退会や欠席の場合も受講料の返金は致しかねますのでご了承ください。
- 複数の教室を申し込みされる場合は、お1人様3教室までお願いいたします。

ウィズガスライフは年4回季刊発行。四国ガスをご利用の皆さまに限定配布しております。



### ABC Cooking Studio supported by 四国ガスグループ

9・10月限定! ガス1dayレッスン開催

🔥ガス火でかしく! 五味を感じるバランス和食

3,300円 材料費税込  
※身長130cm以上、かつ小学4年生以上の方がご参加いただけます。

### エミフルMASAKI スタジオ

愛媛県伊予郡松前町筒井850  
エミフルMASAKI 1F  
営業時間: 10:00~21:00

ご予約はお電話で受付中!

050-1754-4785



“初めての方”も気軽に楽しめる教室がたくさん！ 受付10:00~18:00 (毎週水曜・GW・お盆・年末年始休園)

# ガス生活館 ピポットのカルチャー教室



ガ・ス・生・活・館



## ガス生活館 ピポット高松

〒760-0067高松市松福町1丁目13-30  
(四国ガス高松支店ビル1F)

カルチャー教室のお申し込み **087-821-0248**

※15分程度のエネルギー・ガス設備に関する講話があります。 ※応募者が定員数より多い場合は抽選とさせていただきます。締切後10日以内に当選の方のみにご連絡させていただきます。

インターネットからでもお申し込みできます。詳しくはこちら

四国ガス ピポット 検索



教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
洋食屋さんのクリームコロッケ・他 東川 卓美 こひら果樹軒オーナーシェフ	10/3(火) 10:30~13:15	3,000円/回 12名	
10月・2種類の手作りパン 滝のり子 手作りパン教室主宰	10/5(木) 10:30~13:15	2,500円/回 12名	
ティータイムを楽しむ キャラメルチーズケーキ IKUNO ルタン・イクノ主宰	10/6(金) 10:30~13:15	2,500円/回 12名	9/19(火)
お魚さばいて酢めめ教室 山中 美妃子 ジュヌヴィエーブ料理教室主宰	10/24(火) 10:30~13:15	2,500円/回 12名	
讃岐白みそづくりの会 吉田 美恵子 おひさまフォン 主宰	11/20(月) 10:30~13:15	3,000円/回 12名	10/20(金)
12月・2種類の手作りパン 滝のり子 手作りパン教室主宰	12/7(木) 10:30~13:15	2,500円/回 12名	
おせちワンプレート・他 山中 美妃子 ジュヌヴィエーブ料理教室主宰	12/26(火) 10:30~13:15	2,500円/回 12名	11/20(月)
親子でXmasミートソース パンネ・タルトタン 山中 美妃子 ジュヌヴィエーブ料理教室主宰	12/23(土) 10:30~13:15	2,500円/回 6組	

3ヶ月コース ※3ヶ月コースの応募締切は全教室9/19(火)となります	教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員
香川の食材を生かした アレンジ料理クッキング 十河 絹子 わかづクッキング教室主宰	①10/10(火) ②11/14(火) ③12/12(火) 10:30~13:15	6,000円/回 12名	
小さな おもてなし料理 淡矢 智子 料理研究家	①10/13(金) ②11/10(金) ③12/8(金) 10:30~13:15	6,000円/回 12名	
作ってみよう！ 秋冬こそオープン料理 山中 仁 ジュヌヴィエーブ料理教室代表	①10/17(火) ②11/21(火) ③12/19(火) 10:30~13:15	6,000円/回 12名	
炎の本格中華 関 克己 中国酒家オーナーシェフ	①10/19(木) ②11/16(木) ③12/21(木) 10:30~13:15	6,000円/回 12名	
おうちで 簡単イタリアン 中野 誠司 La Salute 主宰	①10/26(木) ②11/30(木) ③12/14(木) 10:30~13:15	6,000円/回 12名	

●受講に際しての注意点はHPに掲載しております。 ●応募者が定員数より多い場合は抽選とさせていただきます。締切後10日以内に当選の方のみ郵送にてご連絡させていただきます。 ●開催日及び開始・終了時間は変更になる場合がありますのでご了承ください。 ●お申込みは各月お一人様2教室までになります。3教室以上は無効になります。 ●【親子1日教室】は、親子1組2名でお子さまの対象は小学生です。 ●3ヵ月コースのメニューはHPをご覧ください。

## ガス生活館 ピポット丸亀

〒763-0034  
丸亀市大手町  
3丁目4-35

カルチャー教室のお申し込み **0877-35-8012**

インターネットからでもお申し込みできます。

四国ガス ピポット

検索

詳しくはこちら



教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
【10月】韓国のおうちごはんの会 吉田 美恵子 お料理教室 おひさまフォン 主宰	10/3(火) 10:30~13:15	2,500円/回・6名	9/18(月・祝)
【10月】スパイスキッチン jaadoo 浅井 歩 スパイスカレール jaadoo(ジャドゥ)	10/16(月) 10:30~13:15	2,500円/回・6名	10/1(日)
【10月】はじめてさんのパン教室 山崎 花絵 La Merci Cuisine.	10/27(金) 13:30~15:00	2,500円/回・6名	10/12(木)
【10月】できた！を育む子どもだけのお料理教室 安藤 真朱美 シェフ★さっず丸亀 主宰	10/29(日) 10:30~13:15	2,500円/回・6名	10/14(土)
【11月】讃岐白みそづくりの会 吉田 美恵子 お料理教室 おひさまフォン 主宰	11/2(木) 10:30~13:15	3,000円/回・6名	10/17(火)
【11月】発酵料理でおもてなしプレート 立石 美樹 発酵教室わたしキッチン 主宰	11/7(火) 10:30~13:15	3,000円/回・6名	10/23(月)
【11月】できた！を育む子どもだけのお料理教室 安藤 真朱美 シェフ★さっず丸亀 主宰	11/26(日) 10:30~13:15	2,500円/回・6名	11/11(土)
【12月】メルシーのスイーツ教室 山崎 花絵 La Merci Cuisine.	12/7(木) 10:30~13:15	2,500円/回・6名	11/21(火)
【12月】スパイスキッチン jaadoo 浅井 歩 スパイスカレール jaadoo(ジャドゥ)	12/11(月) 10:30~13:15	2,500円/回・6名	11/26(日)
【12月】できた！を育む子どもだけのお料理教室 安藤 真朱美 シェフ★さっず丸亀 主宰	12/24(日) 10:30~13:15	2,500円/回・6名	12/9(土)
【10月】ラク家事 ララ♪キッチン 【11月】ラク家事 ララ♪キッチン 【12月】ラク家事 ララ♪キッチン	10/20(金) 10:30~13:15 11/17(金) 10:30~13:15 12/15(金) 10:30~13:15	1,000円/回・6名 1,000円/回・6名 1,000円/回・6名	10/5(木) 11/2(木) 11/30(木)

●受講に際しての注意点はHPに掲載しております。●教室の内容、開催日及び開催時間は変更になる場合がありますのでご了承ください。●締切後、抽選とさせていただきます。抽選結果は、締切後10日以内に当選された方のみ郵送にてご連絡させていただきます。 ●「できた！を育む子どもだけのお料理教室」はお子様への参加になります。対象年齢は3歳~12歳です。



## ABC Cooking Studio supported by 四国ガスグループ

9・10月限定！ガス1dayレッスン開催

ガス火でかしく！五味を感じるバランス和食

- 鶏と野菜のさっぱりみぞれ和え
- きのことツナの炊き込みごはん
- じゃが芋のゆずこしょうきんぴら
- せん切り野菜のお吸い物

**3,300円** 材料費 税込

※身長130cm以上、かつ小学4年生以上の方がご参加いただけます。

### ゆめタウン高松 スタジオ

香川県高松市三条町608-1  
ゆめタウン高松1F  
営業時間：10:00~18:00

ご予約はお電話で受付中！

050-1754-4783



ウィズガスライフは年4回季刊発行。四国ガスをご利用の皆さまに限定配布しております。

“初めての方”も気軽に楽しめる教室がたくさん！ 受付10:00～18:00 毎週水曜・GW・お盆・年末年始休館

# ガス生活館 ピポットのカルチャー教室



ガ・ス・生・活・館



## ガス生活館 ピポット高知

〒780-8052 高知市鴨部1丁目20-24

カルチャー教室のお問い合わせ  
**088-855-7755**

インターネットからでもお申し込みできます。

※電話申し込みは受け付けておりません。HP・FAX・メール・はがきでご応募ください。



詳しくはこちら



教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
<b>幸福のブッダナッツ♡フラワーアレンジメント</b> お部屋に秋色アクセント～ミニフラワードーム作り付き～ 奥田 二美 ff.mellow	10月3日(火)10:30～12:30	2,500円・6名 ピポット特別価格！	9月12日(火)
<b>親子パン教室</b> 焼きカレーパン・クリームパン 清水 明延 学校法人龍馬学園 製菓・製パン学科長	10月9日(月・祝)10:30～13:30	1,800円・4組 (小学生親子2名1組)	9月18日(月・祝)
<b>季節を感じる秋の和定食</b> 五目炊き込みご飯、秋鮭ときのこの鍋かけ、基本の茶碗蒸し 大下 正治 一般社団法人 高知県調理師連合会 会長	10月17日(火)10:30～13:30	2,000円・6名	9月26日(火)
<b>ヴィーガンサンドイッチのワンプレートランチ</b> ～にんじんとりんごのスムージー付き～ 渡邊 孝博 マイナス10歳をめざすプロジェクト ローフードマイスター1級 AGEトレーナー	10月20日(金)10:30～13:30	1,800円・6名	9月29日(金)
<b>手ごねパン教室</b> ふわふわ生食パン 清水 明延 学校法人龍馬学園 製菓・製パン学科長	11月3日(金・祝)10:30～13:30	1,800円・4名	10月13日(金)
<b>本格手作り！中華点心</b> ほかほか豚まん、バリバリ海鮮春巻き 山本 尚高 ザクラウンパレス新飯倉高知 マンダリンコート 料理長	11月7日(火)10:30～13:30	1,800円・6名	10月17日(火)
<b>たっぷり野菜のピザ教室</b> 冬野菜のごちそうピザ、ホットサラダ、他 畑山 立子 畑山ガーデン 野菜ソムリエ	11月13日(月)10:30～13:00	1,800円・6名	10月23日(月)
<b>本場のネパール料理教室</b> ビリヤニ、ライタ、他 青木 陽一 ヒマヤンオーガニック 代表	11月21日(火)10:30～13:00	1,600円・6名	10月31日(火)
<b>旬の食材でイタリアン</b> 鶏もも肉のクリーム煮、フリッタータ、他 芳野 洋彰 お著で食べるイタリアン お食事処アゲイン 店主	12月5日(火)10:30～13:00	2,000円・6名	11月14日(火)
<b>幸福のブッダナッツ♡フラワーアレンジメント</b> クリスマスアレンジを楽しもう！～ミニフラワードーム作り付き～ 奥田 二美 ff.mellow	12月8日(金)10:30～12:30	2,500円・6名 ピポット特別価格！	11月17日(金)
<b>ワイヤークラフトでクリスマスオーナメント作り</b> apuco(あぶこ) ワイヤークラフト作家	12月11日(月)10:30～12:30	1,200円・6名	11月20日(月)
<b>おうちでスッキリ！セルフマッサージ&amp;ゆるヨガ</b> 気になるぽっこりお腹を解消 古味 咲姫 Studio Mahalo代表	12月15日(金)10:30～12:00	800円・5名 (女性限定)	11月24日(金)
<b>親子クリスマスケーキ作り</b> ブッシュド・ノエル 清水 明延 学校法人龍馬学園 製菓・製パン学科長	12月16日(土)10:30～13:30	2,000円・4組 (小学生親子2名1組)	11月25日(土)
<b>本場韓国の白菜キムチ</b> 白菜キムチ、チャブチェ、サンジョッコチ 李 賢淑 韓国料理教室講師	12月21日(木)10:30～13:30	2,000円・6名	11月30日(木)
<b>親子で作る彩り野菜ピザ</b> 彩り野菜のピザ、ミニフルーツパフェ、他 畑山 立子 畑山ガーデン 野菜ソムリエ	1月13日(土)10:30～13:30	1,800円・4組 (小学生親子2名1組)	12月23日(土)
<b>米粉で作るヴィーガンスイーツ3種</b> ブルーベリーマフィン、チョコブラウニー、他 渡邊 孝博 マイナス10歳をめざすプロジェクト ローフードマイスター1級 AGEトレーナー	1月19日(金)10:30～13:30	1,800円・6名	12月26日(火)

1回限定コース

ウィズガスライフは年4回季刊発行。四国ガスをご利用の皆さまに限定配布しております。

●ご応募多数の場合は抽選にて決定させていただきます。 ●開催日及び開始・終了時間は変更になる場合がありますのでご了承ください。 ●電話申し込みは受け付けておりません。HP・FAX・メール・はがきでご応募ください。応募多数の場合は受講回数の少ない方を優先とさせていただきます。参加決定の方にのみ、締め切り後1週間以内に案内状の発送をもってご連絡致します。 ●「ウィズガスライフ」を見て明記の上、郵便番号・住所・氏名・電話番号・年齢・教室名・開催日をご記入いただき、ご応募ください。 ●親子教室はお子さまの【氏名・ふりがな・生年月日・性別】を併せてご記入ください。

FAX番号 088-855-7756 ピポットURL <https://www.with-shikokugas.jp/pipot/>  
メールアドレス [pipot-kochi@shikoku-gas.co.jp](mailto:pipot-kochi@shikoku-gas.co.jp)



“初めての方”も気軽に楽しめる教室がたくさん！ 受付10:00～18:00 毎週水曜・GW・お盆・年末年始休館

# ガス生活館 ピポットのカルチャー教室



ガ・ス・生・活・館



ガス生活館

## ピポット徳島

〒770-0944 徳島市南昭和町4丁目67-1

カルチャー教室のお申し込み **088-679-9115**

インターネットからでもお申し込みできます。

四国ガス ピポット

検索



教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り	
3 カ 月 コ ー ス	<b>楽うま！旬彩家庭料理</b> 山田 純子 エコ・クッキングナビゲーター	①10/5(木)②11/2(木) ③12/7(木)10:30～13:15	2,300円/回 (6,900円)8名	9/20(水)
	<b>パン&amp;スイーツ講座</b> 片岡 良子 ジャパンホームベーキングスクール師範	①10/14(土)②11/11(土) ③12/9(土)10:30～13:30	2,300円/回 (6,900円)8名	9/20(水)
	<b>自宅でできる本格イタリアン</b> 池内 渉 ザ・パンフィックハーバー 株式会社とさわ 取締役総料理長	①10/17(火)②11/21(火) ③12/19(火)10:30～13:15	2,500円/回 (7,500円)8名	9/20(水)
	<b>～野菜ソムリエプレゼンツ～ うちごはん</b> 三好 貴子 野菜ソムリエ上級プロ	①10/20(金)②11/17(金) ③12/15(金)10:30～13:15	2,300円/回 (6,900円)8名	9/20(水)
	<b>～大塚製薬味協賛～ 野菜と大豆のデイリーキッチン</b> 佐藤 香代子 とくしま食育推進研究会 管理栄養士	①10/24(火)②11/14(火) ③12/12(火)10:30～13:15	2,300円/回 (6,900円)8名	9/20(水)
1 回 限 定 コ ー ス	<b>洋食講座</b> 久富 正陽 徳島グランヴィリオホテル 調理グループ料理長	10/27(金) 10:30～13:15	2,500円・8名	10/12(木)
	<b>四川中華</b> 長尾 貴史 四川中華ながを オーナー廚師	10/30(月) 10:30～13:15	2,500円・8名	10/15(日)
	<b>日本料理講座</b> 井内 昭次 ホテルサンシャイン徳島 和食料理長	11/7(火) 10:30～13:15	2,500円・8名	10/23(月)
	<b>親子で楽しいお菓子作り！</b> 楠本 智美 kurikuriお菓子の会	12/2(土) 10:30～13:15	3,500円/組・4組 ※1組につき 小学生のお子様 1名と保護者1名	11/16(木)
	<b>ガスにお任せ！ラクしておいしい幸せごはん</b> ピポットスタッフ	10/13(金) 10:30～13:15	1,000円・6名	9/28(木)
<b>エコ・クッキング～おいしく地産地消～</b> ピポットスタッフ	12/18(月) 10:30～13:15	1,500円・6名	12/3(日)	

●ご応募多数の場合は抽選にて決定させていただきます。 ●受講日及び開始・終了時間は変更になる場合がありますのでご了承ください。



## ABC Cooking Studio supported by 四国ガスグループ

9・10月限定！ガス1dayレッスン開催

🔥ガス火でかしこく！五味を感じるバランス和食

- 鶏と野菜のさっぱりみぞれ和え
- きのこツナの炊き込みごはん
- じゃが芋のゆずごしょうきんぴら
- せん切り野菜のお吸い物

**3,300円** 材料費 税込

※身長130cm以上、かつ小学4年生以上の方がご参加いただけます。

### イオンモール徳島 スタジオ

徳島県徳島市南末広町4番1号  
イオンモール徳島1F

営業時間：10:00～18:00

ご予約はお電話で受付中！

**050-1754-4788**

ウィズガスライフは年4回季刊発行。四国ガスをご利用のお客さまに限定配布しております。