

四国の口福を探して。

With Gas Life

【ウイズガスライフ】

With Gas Lifeなお店訪問

【高知】サンドイッチ専門店 Sand House
【徳島】旬菜酒場 じゃぼん
【香川】炭火極味焼肉 英 本店
【愛媛】和菜いたや

四国の湯めぐり

【愛媛】寿温泉
【香川】しおはまの湯 四国健康村
【高知】高知ぼかぼか温泉
【愛媛】媛彦温泉

もっと豊かに!ウイズガスライフ

「ガス展2024」開催!

四国の旬を探して

【道の駅みまの里】かぼちゃ

美味しい幸せを運ぶ

極上のひと皿

ガス展2024開催中!

詳しくはP9・10をチェック

🎁
読者
プレゼントも
あります!

2024
冬号

vol.

068



1_名物「特選阿波牛あぶりしゃぶ」も食べられるお得なコース 2_季節のお造りがメインのコースもあり 3_カウンター席ではくつろぎながら料理とお酒を楽しむ 4_和の趣を感じる半個室の座敷席が、全3部屋



Tokushima

旬菜酒場 じゃぱん [シェンサイサカバ ジャパン]

徳島の美味が楽しめる隠れ家酒場

読者サービス

ご飲食の方に
おすすめ
ドリンク1杯
サービス

※冊子持参で1冊につき1名1回限り、2024年11月末まで有効(週末は除く)

check!



旬菜酒場 じゃぱん
徳島県徳島市栄町1-20 井上ビル1F 電話/088-660-7655
営業時間/18:00~翌0:00(L.O.23:30)
定休日/日曜 駐車場/無
HP キッズスペース バリアフリー



1_店内にはイトインスペースもあるのでぜひ利用してみてください 2_店頭のショーケースに並ぶサンドイッチ 3_季節毎の果物が楽しめるフルーツサンド 4_たっぷりのホイップクリームを包んだ「大福もちサンド」



Kochi

サンドイッチ専門店 Sand House [サンドハウス]

多彩なサンドイッチに目移り必至!

豆知識

世界のサンドイッチ

世界各国には様々な種類の「サンドイッチ」があります。日本やイギリスは食パンの耳を切り落とした柔らかいパンに具を挟むのが主流です。フランスでは長細いバゲット類やクロワッサンを使い、ドイツではハード系のパンを、アメリカではベークドサンドも好まれています。



サンドイッチ専門店 Sand House
高知県高知市本町5-6-48 本町深田ビル1F南 電話/088-826-7072
営業時間/10:00~18:00(木曜のみ8:00~18:00) ※売り切れ次第閉店
定休日/日・日曜 駐車場/無
HP キッズスペース バリアフリー

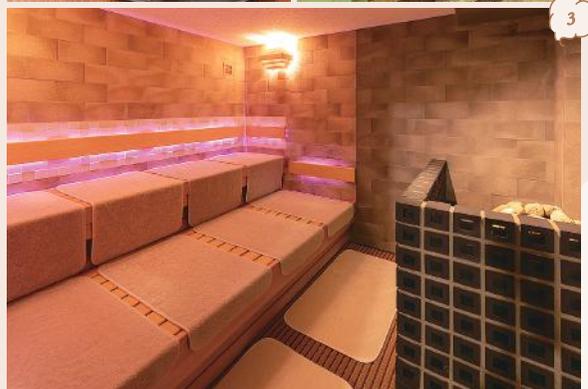
「ひとつと真心込めて手作りした、バリエーション豊かなサンドイッチがずらりと並ぶ「Sand House」。味わい・ボリューム・価格のどれをとっても大満足できると評判で、お昼時には行列ができることも多い人気店です。気になるラインナップには、定番のたまごやロースカツ、大人気のエビカツや梅しそサミをはじめ、新商品のチーズハンバーグや卵2個を使っただし巻き卵、イチゴやシャインマスカットなど、その時期に美味しいフルーツのサンドがあり、見ているだけでも心が躍ります。フワッと軽い口当たりの食パンで、こだわりの具材を挟んだ、絶品サンドイッチをお楽しみください。

おかず系からデザート系まで
ボリューム満点サンドイッチ

しおはまの湯 四国健康村

[香川]

1_レストランでは、香川のご当地グルメや郷土料理も提供 2_「ジェット湯」では、勢いよく吹き出す泡の力でマッサージができる 3_女性用サウナは毎日2回アフグース開催!



リニエールしたサウナと多彩なお風呂が自慢の施設

香川県宇多津町のシンボル・ゴールドタワーの近くにある「四国健康村」。お風呂はもちろん、サウナ、食事、さらには大衆演劇まで楽しめる温浴施設です。露天風呂をはじめ、超音波気泡のバイブラ湯、ジェット湯、サウナなど種類豊富なお風呂があり、季節によってお湯の内容も変わります。特に露天風呂の「釜揚げの湯」は、うどん

県ならではの！乳白色のアルカリ性の湯は温泉地でも珍しく、体が芯から温まりつるつるもちもちの肌になるとか。また、サウナは男女ともに昨年末にリニエール。香川では珍しいアロマ水を使用したセルフプロウリュサウナ（女湯）や30分おきのオートロウリュサウナ（男湯）もぜひ利用してみてください。湯上がりはレストランで食事を楽しめます。

読者サービス

3時間プラン

check!

通常900円～+レンタルタオルセット300円
合計1,200円を

980円に割引 ※特定日も使用可能

※冊子持参で1冊につき1名様1回限り。2025年1月末まで有効



しおはまの湯 四国健康村 (しおけんこうむら)

香川県綾歌郡宇多津町浜一番丁6-10 電話/0877-49-2600
営業時間/24時間営業 ※午前1:00～午前6:00は浴室清掃時間のため入浴不可 定休日/毎月第2木曜または第3木曜 駐車場/有

入浴料/3時間プラン/大人(中学生以上)900円(特定日は大人950円)、3歳～小学生550円 ※現在、期間限定で6時間滞在可能
シャンプー・リンス/無料 タオル/有料販売・レンタル有

サウナ 岩盤浴 露天風呂 家族風呂

四国の湯めぐり

Visiting hot springs in Shikoku



寿温泉

[愛媛]

奥道後温泉から引き湯をした県内で唯一の銭湯

松山市の中心部・ロープウェイ街の近くに位置する「寿温泉」は、現在3代目が営む昭和30年創業の老舗。学生や地元の常連客、さらには観光客など、多くの人に親しまれている銭湯(温泉)です。この一番の特徴は、美人の湯として有名な奥道後温泉から引き湯をしていること。街なかにはありませんが、泉質はアルカリ性単純温泉で、少しとろみのあるお湯に入ると肌がすべすべになると評判。シャワーのお湯やスチームサウナにも温泉水を利用していただので、温泉の恵みを十分に体感できます。浴室内には、主浴場の他、ジェットバスや電気湯、ドライサウナ・スチームサウナがあり、こじんまりとした銭湯ながら十分な設備が整っています。



1_ジェットバスは少しだけ温度を低めに設定しているので、ゆっくり浸かろう 2_スチームサウナのスチームも温泉を使用している 3_施設のビルの上には温泉マークが!

寿温泉 (ことぶきおんせん)

愛媛県松山市緑町2-6-20 電話/089-921-5961
営業時間/7:30～23:00 定休日/不定 駐車場/有

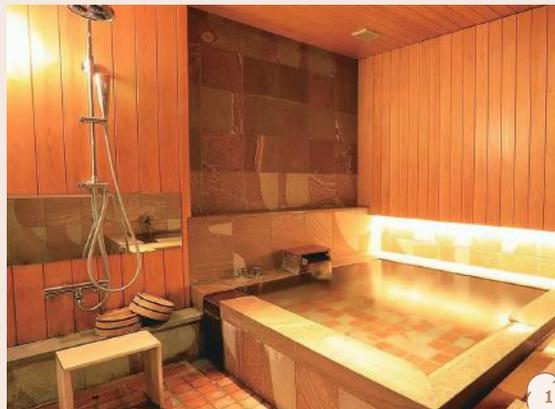
入浴料/中学生以上460円、小学生150円、幼児60円 泉質/アルカリ性単純温泉 シャンプー・リンス/有料 タオル/有料

サウナ 岩盤浴 露天風呂 家族風呂



媛彦温泉

[愛媛]



1_高級な雰囲気家族風呂「麻照」 2_マイナスイオンに包まれる露天風呂で美肌を目指そう 3_おもちゃをこども風呂に浮かべて遊ぶ「ぶかぶかDAY」の実施日はInstagramをチェック!

媛彦温泉 (ひめひこおんせん)

愛媛県松山市畑寺3-4-5 電話/089-960-1441 営業時間/9:00~翌7:00 定休日/無(年1回の点検休業あり) 駐車場/有

入浴料/大人(中学生以上)700円、65歳以上650円、1歳~小学生以下250円、0歳無料、朝湯500円 泉質/アルカリ性単純温泉(低張性アルカリ低温泉) シャンプー・リンス/無料 タオル/販売(200円~)

- サウナ
- 岩盤浴
- 露天風呂
- 家族風呂

マテラ石の遠赤外線
体がポカポカ温まる!

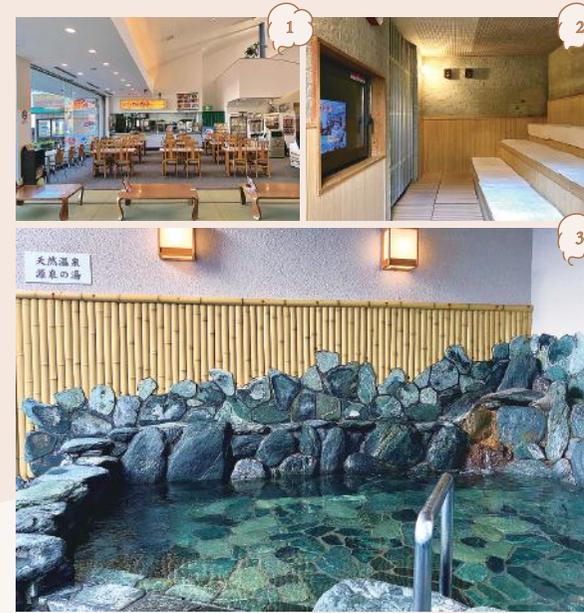
いつも多くの入浴客で賑わい、市民の憩いの場となっている「媛彦温泉」。大浴場の床・壁などは、遠赤外線を多く放出するマテラ石で敷き詰められ、地下1,000mより湧き出す天然温泉の効能との相乗効果で湯冷めしにくいといわれています。お風呂は全部で9種あり、なかでもおすすめなのが「マイクロバブル露天風呂」。

旋回流により発生する30ミクロン以下の泡が古い角質を除去し、より美肌効果を高めるそうです。また、全20室・24時間貸し切り営業の家族風呂も大人気。露天風呂やサウナ付きの部屋もあり、家族や仲間とのんびりと過ごすことができます。毎月月初に開催する、お得な「ひめひこ祭」や、お誕生日特典もお見逃し無く!

高知ぽかぽか温泉

[高知]

1_「ぽかぽか亭」のソフトクリームやかき氷も人気 2_サウナには高温サウナと塩サウナがある 3_天然露天風呂では、月に2回酒粕風呂を実施



多彩なお風呂に美味しいグルメ!
心も身体も満たされる温泉施設

25年以上も地元で親しまれている「高知ぽかぽか温泉」は、高知ICの近くにあり、県外の方が旅の疲れを癒やすのにもうってつけの温泉施設です。開放的な屋内主浴槽には、疲労回復におすすめのエステバスやローリングバス、体が浮かぶうき風呂など、多彩なお風呂を完備。心地よい風を感じる天然露天風呂も楽しめる他、サウナで身体を整えることもできます。施設内には、定食や丼物、麺類やお子様メニューなどを取り揃えた「ぽかぽか亭」があり、イチオシの唐揚げやサウナドリンクとして知られるオロポの高知版は、ぜひ味わっていただきたい逸品です!その他、ボディケア施設やコミックコーナーなどもあるので、思い思いのひと時が過ごせます。

読者サービス

check!

タオルセット無料

(バスタオルとフェイスタオルのレンタル)

※冊子持参で1冊につき1名様1回限り。2025年1月末まで有効

読者サービス

check!

ぽかぽか亭の唐揚げ マヨ井 750円→500円

※冊子持参で1冊につき1名様1回限り。2025年1月末まで有効



高知ぽかぽか温泉

高知県高知市北川添8-20 電話/088-861-1126 営業時間/8:00~翌1:00(最終受付24:30) 定休日/毎月第3火曜 駐車場/有

入浴料/中学生以上750円、小学生350円、小人150円、65歳以上600円、2歳以下無料 泉質/塩化物ナトリウム・カルシウム冷鉱泉(高張性) シャンプー・リンス/無料 タオル/有料レンタル

- サウナ
- 岩盤浴
- 露天風呂
- 家族風呂

▼ガス展特設WEBサイトにて開催

チャンスは全部5回

選べる 謝恩大抽せん会!

期間中合計500名さまに当たる!!

A賞・B賞選べる大抽せん会を毎週開催!

QUOカード Pay 1,000円分
amazon gift card 1,000円分
d POINT 1,000円分

[QUOカードPay]:「QUOカードPay」もしくは「クオ・カード・ペイ」およびそれらのロゴは商標登録済み。
[Amazonギフトカード]: 1. 本キャンペーンは四国ガスによる提供です。本キャンペーンについてはお問い合わせは Amazon ではお受けしていません。四国ガスお客さまセンター 0570-011-459 (受付時間 9:00~17:30) までお問い合わせください。2. Amazon, Amazon.co.jp およびそれらのロゴは Amazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。
[dポイント]: dポイントのご利用にはご利用者の登録が必要です。

第1回 11月 1日(金)~ 7日(木) 第3回 11月15日(金)~21日(木) 第5回 11月29日(金)~12月10日(火)
第2回 11月 8日(金)~14日(木) 第4回 11月22日(金)~28日(木)

ガス展特設WEBサイトでクイズに答えて、トークショーに行こう!!

Check! ガス展期間中にガス展特設WEBサイトでクイズに答えて応募! 抽選でさかなクンのトークショーに無料ご招待! 最大1200名さまに当たる!! (定員)

親子で楽しむ「海と環境のお魚講座」

四国ガスショールームでもクイズを開催! ショールームからクイズ参加した場合は当選チャンスが2倍に!

開催期間: 11月1日(金)~12月10日(火)
四国ガスショールームのクイズコーナーに設置されているクイズを解いて、その場で応募用紙に記入してスタッフに提出!!
※当選結果はご登録いただいたメールアドレスにご案内いたします。
※1家庭につき1枚までの応募

食品メーカーさまタイアップ企画!! 一週間レシピ

7メーカー協賛!!

marukome 伯方の塩 日本食研 KAGOME 伊かり 鎌田醤油 盛田株式会社

食卓で大活躍! 人気企業の食材・調味料を使った、オリジナルレシピを公開!
各回毎(全4回)に食品メーカーの食材・調味料を使って、オリジナル料理を提案します! ※写真はイメージです。

WEBにて公開! オリジナルレシピ満載!

ガス展特設WEBサイトへのアクセスはこちらから!!

<https://www.shikoku-gas-gasten.com/>

四国ガスグループ ガス展2024 検索

ガス展2024に関するお問い合わせはこちらまでご連絡ください。

四国ガスお客さまセンター (受付時間) 9:00~17:30

0570-011-459

※日曜・祝日・年末年始(12月30日~1月3日)を除く。
※一部IP電話等で上記ダイヤルに繋がらない場合は、050-3816-06333におかけください。

おトク見つかる!ガスで見つける New Life!

ガス展2024

2024年11月1日(金)~12月10日(火)

最新ガス機器が目玉特価に!!



with四国ガスウェブショップ

ガスで暮らしを快適に

WEBからおトクなガス機器のお申し込みが可能!!

お気に入りの商品をカンタン注文!

買い換えるなら今がチャンス!

最大50% OFF

この機会をぜひお見逃しなく!

3つのご成約特典

- 1 ガス展特別価格
- 2 ご成約抽せん
- 3 下取り割引

※当社指定の商品をご購入された場合に限りです。

おしゃべり相談会

- ☑ ガス機器について相談したい!
- ☑ ガスコンロ・レンジフードを交換したい!
- ☑ 大人気の衣類乾燥機について知りたい!
- ☑ サービス(ガボタ・ガボタでんき等)について聞きたい!

平日ご予約特典

※要事前予約
相談会のご予約をいただいた方に!!

おトクなポイントサービス

ガボタ 500ポイントプレゼント!

開催期間: 2024年11月1日(金)~12月10日(火)

お申し込み方法

- 01 お電話でのお申し込み
左記の四国ガスお客さまセンターへご連絡ください。
- 02 ガス展特設WEBサイトからの申し込み

※土・日・祝日以外にご相談をご希望された方限定。
※プレゼントは来場の際にスタッフからご案内いたします。 ※イラストはイメージです。
※ポイントの受取は、ガボタ会員登録が必要です。

ご成約抽せん

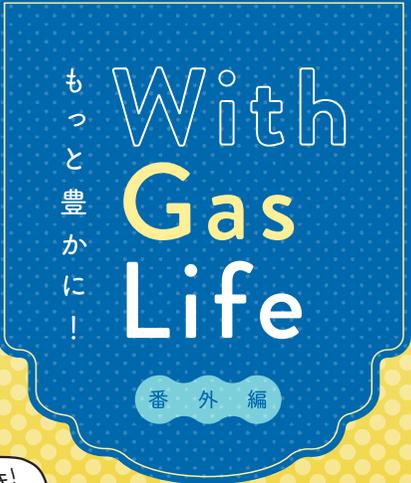
ガス展2024期間中にご成約で豪華賞品が当たる抽せんにご参加いただけます!!

1等 30名さま ¥5,000 JCB GIFT CARD

2等 100名さま 好きなものを選べる! カタログギフト(真光彩コース) 3,000円相当

3等 200名さま 水の激落ちくん 電解水クリナー&詰替えセット

※機器配達時にご参加の案内をいたします。
※抽せん結果は発送をもって発表とさせていただきます。 ※写真はイメージです。





美味しいを探しに行こう！

四国の旬を採して

第11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

今回紹介する食材はこちら

かぼちゃ

実はかぼちゃの収穫時期は夏～初秋頃。2～3カ月追熟して、秋から冬にかけて旬を迎えます。

甘くてほくほく！

秋冬の食卓を彩るかぼちゃ



教えてくれたひと

道の駅みまの里
スタッフ・西岡さん
昨年リニューアルをして、さらに立ち寄りたくなる道の駅になりました！



地元・美馬の生産者が作った農産物を販売する産直市はもちろん、剣山山頂が眺められる農家レストランやドッグランも併設。高速道路を利用して来館の場合、一時退会の追加料金も不要！



道の駅みまの里

徳島県美馬市美馬町字願勝寺72
電話/0883-63-3837
営業時間/産直8:30～18:00(施設により異なる)
定休日/第2水曜 駐車場/有

HP キッズスペース バリアフリー

かぼちゃは長期保存が可能(丸ごとの場合)で、様々な料理やスイーツにも利用できる万能野菜。「かぼちゃ」という名前は国名の「カンボジア」が由来といわれています。国内で一般的に流通しているのは西洋かぼちゃで、甘みがあったり、皮が厚く、繊維が粗いのが特徴です。特にメジャーなのが「黒皮栗かぼちゃ」で、最近ではバターナッツやコリンキーなどの珍しい品種も見かけます。西洋かぼちゃは、カリウム、β-カロテン、ビタミンC、食物繊維など栄養素も豊富。特に皮の周りに栄養素が多く含まれるので、皮は適度に残して調理しましょう。

おいしい豆知識

美味いかぼちゃの見分け方

- ・形が左右対称でヘタの周りが少しへこんでいるもの
- ・カットをしている場合は、果肉の色が濃く肉厚、種とわたが詰まっているもの



保存方法
丸ごとの場合は新聞紙に包んで冷暗所へ。カットしたものは、ラップに包み冷蔵庫の野菜室で保管しましょう。数日以内に食べきれない場合は冷凍もOK。

四国ガス



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」。ノミヨルは、月に1回以上
飲みに行くならお得！660円以下のソフト
ドリンクも対象です！



詳細はこちら

物価高騰応援キャンペーン！みんなで街を盛り上げよう！！

ノミヨル1か月分(月額550円相当)を抽選で「1,000名様」にプレゼント！！

ノミヨルを使って、お得に飲んで、お店も街も盛り上げる応援企画です！
限定1,000名様へプレゼントなので、どしどし応募ください！

応募期間：2024年11月1日(金)～12月21日(土)

※詳細・応募は、右記の二次元コードよりご確認ください。



応募は
こちらから

ノミヨル加盟店おすすめ4店(ノミヨルは全国約2,500店舗で使えます！)



香川

無料ドリンクはこちら！

ハイボール、各種サワー
など

ギボシダイニング

自称丸亀城が世界一バエる店楽しく飲める♪安く美味しくお腹いっぱい！名物料理「丸亀おやどり餃子」や丸亀セレクション認定「香川本鷹骨付鳥 あか」をお楽しみください。

香川県丸亀市通町83-2
電話/0877-25-0308 営業時間/16:00～22:00
定休日/月・火・土・日曜(イベント出店のため休みの場合あり)
駐車場/無 ※近隣に市営駐車場あり

HP @giboshi2022

おしながき

- ・丸亀おやどり餃子 500円
- ・香川本鷹骨付鳥 あか 1,400円
- ・焼焼きうどん 和出汁 780円



愛媛

無料ドリンクはこちら！

メッシーナビール、サン
トリーウイスキー角、ノン
アルコールドリンクなど

トラットリアヴィオラ

自家農園の新鮮野菜や果物に、愛媛近隣から取り寄せた海の幸、山の幸をふんだんに使って調理したイタリア料理が楽しめます。料理にベストマッチなベアリングワインも堪能してください。

愛媛県松山市三番町4-12-6 佐伯ビル1F 電話/089-932-6888
営業時間/ランチ 11:30～L.O.13:45、ディナー 17:30～22:00(L.O.21:30) 定休日/月曜、第1・3日曜 ※木曜はディナーのみ 駐車場/無 ※近隣にコインパーキングあり

HP @viola_matsuyama

おしながき

- ・美食コース<6皿> 6,900円
- ・スペシャルコース<7皿> 9,000円 ※お二人様から
- ・プレミアムコース<8皿> 11,000円 ※要予約 ※お二人様から

詳細はHPをチェックしてください



徳島

無料ドリンクはこちら！

生ビール、角ハイボール、
各種サワーなど

炭火焼ダイニング味楽

阿波牛・阿波ポーク・阿波尾鶏など、地元の食材を贅沢に使用したメニューを提供。店内は、全席掘りごたつとなっているので、足を伸ばしてじっくり「阿波」の名産を楽しんでみてください。

徳島県徳島市富田町1-20 KenBanビル2F
電話/088-655-1530
営業時間/17:00～23:00(L.O.22:00)
定休日/日曜 駐車場/有 ※共有駐車場30台

HP

おしながき

- ・ホルモン 6種盛り合わせ 720円
- ・ハラミ 900円
- ・スタミナ焼 720円
- ・温半田麺 630円



高知

無料ドリンクはこちら！

ハイボール、各種サワー、
カクテルなど

ビールと肉はりまやラボ

自慢のお肉とビールを中心に豊富な料理とドリンクを取り揃えています。ゆったりとお酒を愉しめるカウンター席もあるので、さまざまなシーンにピッタリ！

高知県高知市はりまや町1-1-3 電話/088-802-6450
営業時間/月～日曜6:30～10:00、14:00～23:00
※祝日・祝前日6:30～10:00、14:00～24:00
定休日/無 駐車場/無

HP @harimaya_lab

おしながき

- ・肉プレート 2,980円
- ・鴨の生たたき 1,380円
- ・はちきん地鶏の薬焼きチキンロール 1,228円
- ・チーズ盛り合わせ 1,280円

古くなった ガス管を取替ませんか？

保安に関するワンポイント！ 敷地内のガス管はお客さまの大切な資産です。

土の中に埋まっているガス管(垂鉛メッキ鋼管(通称白ガス管))は古くなって腐食が進むとガスが漏れる恐れがあります。また、強い地震を受けた場合、継手部分「ねじ継手」が緩んだり、その他の腐食した部分が折れるなどのリスクが高くなります。お客さまに安心して都市ガスをご利用いただくために腐食や地震に強いポリエチレン管などに取替をする工事です。



ガスメーター付近など、土中からの立ち上がり部が白ガス管(鉄管)である場合が対象となります。

腐食したガス管の例

工事対象範囲

※工事対象範囲は敷地内のガスメーターまでの土中埋設部です。メーター下流側はマイコンメーターが有する保安機能により一定の保安が担保されておりますので、仮にガスが漏えいした場合においても、早期発見、早期対応が可能です。

昭和50年代ごろまでに埋設されたガス管が対象です

見えないところで腐食が進行



取替

腐食・地震に強いガス管に変更をおすすめします。



東日本大震災、熊本地震など近年の大震災でも被害ゼロ！

● ポリエチレン管

優れた耐震性と耐食性を持っています。

● 塩化ビニル被覆鋼管

塩化ビニル樹脂で鋼管を被覆。優れた耐食性を持ち、土中からの立ち上がり部分に使用します。

工事料金 一般戸建の場合 埋設部5m、露出部1.5m、配管口径25Aで **約60,000円** (税込)

工事イメージ



グリル de カンタン！ かぼちゃと さつまいものパイ



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！

シンプルな材料だけでできる、簡単で美味しいスイーツが完成！

■ 作り方

中の餡は火が通っているので、パイがこんがり焼ければOK！



■ 材料(4個分)

- かぼちゃ ……300g
- さつまいも(中) ……1本
- 冷凍パイシート ……2枚
- 三温糖 (上白糖でも可) ……大さじ5
- 卵黄 ……1個分
- 小麦粉(打ち粉用) ……適量

- ① かぼちゃは種を取り、3センチ幅で切りさらに横半分にする。さつまいもは皮をむいて1センチ幅のいちょう切りにする。それぞれに少量水を加え、電子レンジで柔らかくなるまで加熱。(かぼちゃ500Wで7~8分、さつまいも500Wで6~7分) 加熱したかぼちゃの皮をむく。
- ② 火が通ったかぼちゃとさつま

- いもをボウルにまとめマッシャーで潰し、三温糖を加え混ぜる。*グリルを上下強火で3分ほど予熱しておく。
- ③ 常温に戻したパイシートに小麦粉をふるい麺棒で伸ばす。それぞれ4等分にし、そのうち4枚に綴じ代を残して3~4本切れる目を入れる。切れる目の入っていないパイシートの上に②で

- 作った餡をスプーン等で乗せていく。上に切れ目の入った生地をかぶせ四方をフォークで綴じ表面に卵黄を塗る。
- ④ 予熱したグリルにアルミホイルを敷き③を乗せさらに上からアルミホイルをかぶせ上下弱火で5~7分焼く。その後上のアルミホイルを除去して焼き色が付くまで約5分焼き完成。

かぼちゃの紹介はP12へ

With “Water Server”

いつもの暮らしに安心安全なうるおいを



ボトル:北アルプスの天然水

サーバーレンタル代 **935円**(税込)/月

購入ボトル代 **1,836円**(税込)/本

■送料込み ※ボトルは2本/1セットでのご注文となります。

必要な時に必要な分だけ **月々の購入ノルマなし!**

ご新規入会キャンペーン

- ①ミネラルピュアウォーター(天然水)12ℓボトル: **2本** いずれも **無料!**
- ②サーバーレンタル代:設置月より **3ヶ月分** さらに! 他社からの乗り換えで商品券 **5,000円** 分プレゼント!

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。

〒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

【宅配水専用ダイヤル】 **0120-32-4813**

四国ガス産業 検索



ウィズガスライフ Vol.68

プレゼントのご案内

応募期間 **11月1日(金)~12月21日(土)**

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

- ① 太陽市より、「伊予相ドレッシング」を5名様に。
- ② 伯方塩業株式会社より、「みきゃんと伯方の塩®セット」を5名様に。



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!

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. 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
 2. [季刊誌・ウィズガスライフ] をクリック
 3. [最新号のプレゼント応募はこちら] をクリック
 4. キーワード入力 キーワード **LIFE**
 5. 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。



- 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



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
パン & スイーツ講座 片岡 良子 ジャパンホームベーキングスクール師範	1/11(土) 10:30~13:30	4,000円・8名	
洋食講座 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	1/17(金) 10:30~13:15	4,000円・8名	
日本料理講座 井内 昭次 ホテルサンシャイン徳島 和食料理長	1/21(火) 10:30~13:15	4,000円・8名	
~野菜ソムリエプレゼンツ~うちごはん 三好 貴子 野菜ソムリエ上級プロ	1/24(金) 10:30~13:15	4,000円・8名	
自宅でできる本格イタリアン 池内 渉 ザ・パンフィックハーバー 株式会社ときわ 名誉総料理長	1/28(火) 10:30~13:15	4,000円・8名	12/22(日)
お家で何度も作りたくなるお菓子 楠本 智美 kurikuriお菓子の会	2/4(火) 10:30~13:15	4,000円・8名	
楽うま!旬彩家庭料理 山田 純子 エコ・クッキングナビゲーター	2/6(木) 10:30~13:15	4,000円・8名	
四川中華 長尾 貴史 四川中華ながを オーナー廚師	2/10(月) 10:30~13:15	4,000円・8名	
~大塚製薬(株)協賛~ 手軽にたんぱく美BODYごはん 佐藤 香代子 とくしま食育推進研究会 管理栄養士	2/13(木) 10:30~13:15	4,000円・8名	

1
回
限
定
コ
ー
ス

●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

11・12月限定! **ガス1dayレッスン開催**

ガス火で簡単! 華やかクリスマスメニュー

- 濃厚トマトクリームのパングラタン
- ポップコーンチキン&スティックチキン
- ブロッコリーとさつま芋のグリルサラダ
- いちごのクレープ

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

“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。

〒790-0814
松山市味酒町1丁目10-6
四国ガス第1ビル1階



教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
中華料理(2月) 【メニュー】餃子・チャーハン 西尾 正 中華旬彩 西尾 オーナー	2/10(月) 10:20~13:00	2,500円 9名	1/12(日)
中華料理(3月) 【メニュー】エビチリ・麻婆豆腐・他 西尾 正 中華旬彩 西尾 オーナー	3/10(月) 10:20~13:30	2,500円 9名	2/2(日)
韓国料理(2月) 【メニュー】手羽元参鶏湯+ナムル3種 朴美樹 マイキムチ&コリアンデリ ハンアリ	2/25(火) 10:20~13:30	2,500円 9名	1/12(日)
韓国料理(3月) 【メニュー】キムパ・ヤンニョムチキン・他 朴美樹 マイキムチ&コリアンデリ ハンアリ	3/25(火) 10:20~13:30	2,500円 9名	2/2(日)
イタリア料理(2月) 【メニュー】※ブリとクソスのマリネ・ポルベッティ 久保直史 トラットリア・ヴィオラ オーナーシェフ	2/17(月) 10:20~13:00	2,700円 9名	1/12(日)
イタリア料理(3月) 【メニュー】ミネストローネ・豚バラ肉と香辛料の煎込み 久保直史 トラットリア・ヴィオラ オーナーシェフ	3/17(月) 10:20~13:00	2,700円 9名	2/2(日)
野菜ソムリエの短時間料理 ～甘酒を使った温活レシピ～ 【メニュー】冬野菜の甘酒おかゆ・鶏肉と菜の花の温活ゆめ・他 やのくにこ 野菜ソムリエ上級プロ	1/24(金) 10:20~13:00	2,700円 9名	12/15(日)

1回コース

教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
パン教室(月曜) 【メニュー】エビ・りんごのプロッサム 烏谷 奈々絵 ジャパンホームベーキングスクール師範	1/20(月) 10:20~13:30	2,400円 8名	12/15(日)
パン教室(日曜) 【メニュー】キッシュ・羅みパン 烏谷 奈々絵 ジャパンホームベーキングスクール師範	2/16(日) 10:20~13:30	2,400円 8名	1/12(日)
フランス菓子(1月) 【メニュー】フロマージュクリュオ オカシ 松本 暁 Akatsuki Bleu オーナーパティシエール	1/28(火) 10:20~13:30	2,600円 8名	12/15(日)
フランス菓子(3月) 【メニュー】ガトーダコワーズ オフレース 松本 暁 Akatsuki Bleu オーナーパティシエール	3/11(火) 10:20~13:30	2,600円 8名	2/2(日)
コーヒーセミナー ～道具で変わる！コーヒーの味わい方～ 【テーマ】季節のケーキ 児嶋 厚樹 カフェレマ オーナー	2/7(金) 10:20~12:30	2,000円 12名	1/12(日)

- ご応募多数の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
にハガキにてお知らせいたします。
- 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4教室まででお願いいたします。

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。

〒794-8611
今治市南大門町2丁目2-4
四国ガス本店ビル1階



教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
手ごねパン教室 【1月】金時豆パン 【2月】チョコベーグル 【3月】めんとフランス 竹ノ内 妙 ジャパンホームベーキングスクール師範	①1/9(木) ②2/13(木) ③3/13(木) 10:30~14:30	6,000円 /3回 6名	12/15(日)
おうちで簡単♪ スパイスカレー教室 原田 佳代 咖喱屋cafeエポック オーナー	①1/14(火) ②2/18(火) ③3/11(火) 10:30~13:30	6,300円 /3回 9名	12/15(日)
焙煎～ドリップまでチャレンジ! コーヒー教室 白石 丈二 喫茶アポニー店主	①2/4(火) ②3/4(火) 13:00~14:30	1,600円 /2回 6名	1/19(日)
かわいくて縁起がいいね♪ カメの親子パンを作ろう 竹ノ内 妙 ジャパンホームベーキングスクール師範	1/26(日) 10:30~13:00	2,000円 /組 3組6名(保護者1 名・4~6歳の未就 学児の子供1名)	12/15(日)
人気パティシエーweekend cafe お菓子教室 【メニュー】ガトーショコラ 河上 潤子 焼菓子工房quatre-quarts オーナー	1/28(火) 10:30~13:30	2,800円 6名	12/15(日)

3回コース

2回コース

1回コース

教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
作って食べてオニ追治! 節分オニパンと豆マスパンを作ろう 竹ノ内 妙 ジャパンホームベーキングスクール師範	2/2(日) 10:30~13:00	2,000円 /組 3組6名(保護者1 名・4~6歳の未就 学児の子供1名)	1/19(日)
バレンタインにピッタリ♡ プチハートケーキ 亀尾 映里奈 ジャパンホームベーキングスクール師範	2/8(土) 10:30~13:00	2,300円 /組 3組6名(保護者1 名・4~6歳の未就 学児の子供1名)	1/19(日)
初めての方大歓迎☆ コーヒーを楽しもう 白石 丈二 喫茶アポニー店主	2/11(火・祝) 13:30~14:45	800円 6名	1/19(日)
大人と一緒にクッキング☆ パナマフィンを作ろう 亀尾 映里奈 ジャパンホームベーキングスクール師範	3/8(土) 10:30~13:00	2,000円 /組 3組6名(保護者1 名・4~6歳の未就 学児の子供1名)	2/16(日)

- 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

11・12月限定! ガス1dayレッスン開催
ガス火で簡単! 華やかクリスマスメニュー

- 濃厚トマトクリームのパングラタン
- ポップコーンチキン&スティックチキン
- プロックリとさつま芋のグリルサラダ
- いちごのクレープ

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高井850
エミフルMASAKI 1F
平日10:00~19:00(土日18:00迄)
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)

ガス生活館 ピポットのカルチャー教室



ガ・ス・生・活・館
PIPOT
[OPEN]

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郵送で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
香川の食材で家庭料理・中華 十河 絹子 わかばクッキング教室主宰	1/14(火) 10:30~13:15	2,500円 12名	12/20(金)
はじめてさんの美味しい中華 関 克己 中国酒家オーナーシェフ	1/16(木) 10:30~13:15	2,500円 12名	
お家でワクワク洋食屋さん 東川 卓美 こひら果樹軒オーナーシェフ	1/21(火) 10:30~13:15	2,500円 12名	
ほっこり過ごそう 冬のエイジングケアメニュー 高原 アン 美健康 主宰	1/23(木) 10:30~13:15	2,500円 12名	1/20(月)
ティータイムを楽しむクミミつぷらウー IKUNO ルランド・イフ 主宰	2/10(月) 10:30~13:15	2,500円 12名	
ごはんにピッタリ定番中華 関 克己 中国酒家オーナーシェフ	2/20(木) 10:30~13:15	2,500円 12名	
皮から手作りほかほか肉まん 福本 かよ kayo/ん 主宰	2/28(金) 10:30~13:15	2,500円 12名	2/20(木)
2種の手作りパン 滝 のり子 手作りパン教室主宰	3/7(金) 10:30~13:15	2,500円 12名	
香川の食材で家庭料理・和食 十河 絹子 わかばクッキング教室主宰	3/11(火) 10:30~13:15	2,500円 12名	
ラク家事クッキング ピポットスタッフ エコクッキングナビゲーター	3/14(金) 10:30~13:15	1,000円 6名	

教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
1日教室 おひさまシフォンの簡単ベトナムごはん 吉田 美恵子 おひさまシフォン主宰	3/24(月) 10:30~13:15	2,500円 12名	2/20(木)
2回コース 季節の実りでミニ懐石 淡矢 智子 料理研究家	①1/10(金) ②2/14(金) 10:30~13:15	5,000円 12名	12/20(金)
山中 仁のプレイフルクッキング 山中 仁 ジュズヴィエーブ料理教室代表	①2/18(火) ②3/18(火) 10:30~13:15	5,000円 12名	1/20(月)
親子教室 ミニハートケーキ&チキンカロエグラタン 山中 美妃子 ジュズヴィエーブ料理教室主宰	1/25(土) 10:30~13:15	3,000円 6組(小学生1名)	12/20(金)
年少さんOK! 節分かいじゅう巻き寿司 福本 かよ kayo/ん 主宰	2/1(土) 10:30~13:15	3,000円 6組(子供2名まで)	1/20(月)
型抜きクッキー&オムライス 山中 美妃子 ジュズヴィエーブ料理教室主宰	2/22(土) 10:30~13:15	3,000円 6組(小学生1名)	

●受講に際しての注意点及びメニューは、お電話にてお問合せください。またHPにも掲載しております。●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。

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
1日教室 [2月]メルシーのスイーツ教室 ~バレンタインチョコパウンドケーキ~ 山崎 花絵 La Merci Cuisine.	2/13(木) 13:30~16:00	3,000円/回・8名	1/28(火)
[2月]スパイスキッチン jaadoo ~ほうれん草とエビのカレー~ 佐々木 歩 スパイスカレー jaadoo(ジャドゥ)	2/17(月) 10:30~13:15	2,500円/回・8名	2/2(日)
[3月]はじめてさんのパン教室 ~お花見にピッタリ パンシュアブリーズ~ 山崎 花絵 La Merci Cuisine.	3/11(火) 13:30~16:00	2,500円/回・8名	2/21(金)
親子教室 [1月]親子料理教室 ~中華まん~ 安藤 真朱美 シェフ★さっず丸亀 主宰	1/25(土) 10:30~13:15	2,500円/回・6組	1/10(金)
[2月]親子パン教室 tsumugi ~いちごとホワイトチョコのパン~ あかし まい パン教室&手形アートtsumugi	2/22(土) 10:30~13:15	2,500円/回・6組	2/2(日)
[3月]親子パン教室 tsumugi ~フライパンでつくる おやしき風パン~ あかし まい パン教室&手形アートtsumugi	3/8(土) 10:30~13:15	2,500円/回・6組	2/21(金)
[3月]親子料理教室 ~いちご大福・さくらもち~ 安藤 真朱美 シェフ★さっず丸亀 主宰	3/22(土) 10:30~13:15	2,500円/回・6組	3/7(金)

●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郵送にてご連絡させていただきます。 ●「親子料理教室」の対象年齢は3歳~小学生以下のお子様と保護者の方です。(お子様は2名まで参加可能です) ●「親子パン教室」の対象は小学生以下のお子様と保護者の方です。(お子様は2名まで参加可能です)



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

11・12月限定! ガス1dayレッスン開催

ガス火で簡単! 華やかクリスマスメニュー

- 濃厚トマトクリームのパングラタン
- ポップコーンチキン&スティックチキン
- ブロッコリーとさつま芋のグリルサラダ
- いちごのクレープ

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

「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

※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。

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
大豆ミートでワンプレートヴィーガン料理 大豆ミートボールの黒酢あんかけ、変わりポテトのマッシュ、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 AGETレナー	1月10日(金)10:30～13:30	2,200円・12名	12月20日(金)
高知発祥・ぼうしパンを焼こう♪ ぼうしパン、ハムチーズパン 清水 明延 学校法人龍馬学園 製菓・製パン学科長	1月19日(日)10:30～13:30	2,000円・8名	12月27日(金)
カラダゆるめて代謝あげるセルフケア&ゆるヨガ 古味 咲姫 Studio Mahato代表	1月23日(木)10:30～12:00	1,000円・5名 (女性限定)	12月27日(金)
「素材を活かす」イタリアン お野菜と手羽元のスープ、野菜のマリネ、即席ドレッシングのサラダ 芳野 洋彰 お箸で食べるイタリアン お食事処アゲイン 店主	1月28日(火)10:30～13:00	2,300円・12名	1月7日(火)
冬のおうち飲みにもう1品！ ガスで美味しい料理教室 揚げない炸鸡～豆板醤ソース～、サバ缶と白菜のアヒージョ、他 兵頭 美貴 ピポット高知 スタッフ 管理栄養士	1月31日(金)10:30～13:00	1,500円・12名	1月10日(金)
「じぶん色み～つけた♪」 パーソナルカラー教室 岩松 美穂 1級色彩コーディネーター パーソナルカラーアナリスト	2月8日(土)10:30～12:30	1,800円・5名 (女性限定)	1月18日(土)
今年手作り♪ バレンタインスイーツ教室 ガトーショコラ、ショコラムース 清水 明延 学校法人龍馬学園 製菓・製パン学科長	2月9日(日)10:30～13:30	2,500円・8名	1月19日(日)
薬膳ローススイーツ教室 ～自分へのご褒美チョコスイーツ～ マーブルローチョコタルト、ローナッツチョコ 山本 早有里 レストラン ボルベール	2月11日(火・祝)10:30～13:00	2,500円・12名	1月21日(火)
畑山さんちのピザ教室 野菜とたっぷりチーズのピザ、冬野菜のサラダ 畑山 立子 畑山ガーデン 野菜ソムリエ	2月17日(月)10:30～13:30	2,300円・8名	1月27日(月)
「疲れ」を癒すセルフお灸教室 堀 今日子 鍼灸師・セルフケアもぐもぐ	2月23日(日・祝)10:30～12:00	1,200円・6名 (女性限定)	2月2日(日)
おうちで焼くクロワッサン！ 清水 明延 学校法人龍馬学園 製菓・製パン学科長	3月2日(日)10:30～13:30	2,000円・8名	2月9日(日)
新生活応援・作り置き惣菜 ～これさえあれば！のタレ活用術～ かつお節たっぷり 和風から揚げ、野菜といただく 肉つけそば、他 中村 慎治 お弁当店[らんちぼっくす]店主	3月8日(土)10:30～13:00	1,800円・12名	2月15日(土)
スパイス薫るヒマラヤンカレー教室 チキンカレー、タルカリ(野菜カレー) 青木 陽一 ヒマラヤンオーガニック 代表	3月10日(月)10:30～13:00	1,800円・12名	2月17日(月)

●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。 ●「ウイズガスライフ」を見てと明記の上、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