

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】中華そば 中々。
【香川】中国菜 竹林坊
【徳島】食堂はなたに
【愛媛】豚珍行

四国のちから

【愛媛】ANAクラウンプラザホテル松山
【徳島】徳島製粉

もっと豊かに!ウィズガスライフ

家庭でできる省エネ方法

四国の旬を探して

【道の駅 みなとオアシスうわじまきさいや広場】
アスパラガス

心にしみわたる

変わらぬ味が



読者
プレゼントも
あります!

2025
初夏号

vol.

070



- A 四川麻婆豆腐 1,380円
B 大海老のチリソース 1,480円
C よにん鶏 1,280円
D 蒸パン 2個 300円

1_山椒がきいた「四川麻婆豆腐」や身が締まった「大海老のチリソース」が人気 2_コース料理の中の料理の一例 3_系列店「KAZMART」のチーズケーキ(要事前予約) 4_厨房を囲うようにしてあるカウンター席



/Kagawa

中国菜 竹林坊 [チュウゴクサイ チクリンボウ]

隠れ家のように佇む本格中国料理店

読者サービス

ご飲食の方に
胡麻団子1つ
サービス

※ディナー限定
※1冊につき1グループ人数分サービスいたします。
2025年7月末まで有効

check!



中国菜 竹林坊

香川県高松市内町2-19 竹林寺ビル1F 電話/087-873-2775
営業時間/平日17:00~22:00(L.O.21:30)、土日祝11:00~14:30(L.O.14:00)、17:00~22:00(L.O.21:30)
定休日/月曜(祝日の場合は翌日)、その他不定休 駐車場/無

HP キッズスペース バリアフリー

地元食材と中国のスパイスを融合させた
後を引く奥深い味わいに虜に



土佐はちきん
地鶏の中華そば
890円

With Gas Life
お店
訪問
vol.17

美味しいものを食べること、
それは理屈抜きの幸せ。
まちの人々から愛される店、
愛される献立をご紹介します。

1_高知で有名な製麺所に依頼したオリジナル麺を使用 2_土佐ジローを使用した「鶏白湯ラーメン」(940円) 3_5種類以上の醤油をブレンドして寝かせた返し 4_スタイリッシュで明るい雰囲気店内



/Kochi

中華そば 中々。 [チュウカソバ ナカナカ]

地鶏の旨味が溶け込んだ味わい深いラーメン

読者サービス

ラーメンをご注文の方に
100円割引
サービス

※冊子持参で1冊につき1名様のみ、1回限り。
2025年7月末まで有効

check!



素材・麺・スープ・返し
全てが本気のラーメン店

高知市中心部から車で10分ほどの場所にある、万々商店街の一角にお店を構える「中々。」は、カフェのような佇まいが、女性やファミリーにも人気のラーメン店です。看板メニューの「土佐はちきん地鶏の中華そば」は、厳選した煮干しや昆布、地鶏の旨味とこだわりの返しが奥深い味わいを生み出し、最後の一滴まで飲み干したくなる美味しさです。一度食べたらくせになる濃厚スープに、ニンニク・玉ねぎ・白ねぎを煮詰め、焦げる直前を見極めて仕上げた、こだわりのマー油がアクセントになった「鶏白湯ラーメン」もおすすめ!チャーハンや餃子、唐揚げなどのサイドメニューもぜひ!

中華そば 中々。

高知県高知市南万々24-16 電話/088-881-7959
営業時間/11:30~14:30(L.O.14:15)、17:30~22:00(L.O.21:20)
定休日/火曜(祝日の場合は営業、翌日休み) 駐車場/有

HP キッズスペース バリアフリー



中華そば
850円
+ 味玉トッピング 150円

1_飲んだ後に食べたいくなる「中華そば」 2_「餃子・赤」は韓国唐辛子と麻辣をブレンドしたスパイスが山盛り3_味がしみた店自慢の「おでん」 4_「骨付鳥足」はおやどり・ひなどりの2種あり



Ehime

豚珍行 [トンチンコウ]

叔父・伝の醤油スーパバしめを老舗の一杯

豆知識

「中華そば」と「ラーメン」の違いは？

実は、これらは同じもので明確な定義の違いはないようです。スープや麺の種類もしっかりと区別されておらず、店がどのように呼ぶかによる違いとか。とはいえ、「中華そば」はあっさりとした醤油味が多く、一方で「ラーメン」は豚骨・味噌・塩など、さまざまな種類がある傾向があります。



豚珍行

愛媛県松山市二番町1-10-6 電話/089-943-2404
営業時間/11:30~14:00、18:00~翌3:00(日曜、祝日18:00~翌1:00)
定休日/不定 駐車場/無

HP キッズスペース バリアフリー



すだちブリと
滑東ネギの
すだちパッチョ
980円

1_脂ののったブリをシャキシャキ滑東ネギ、すだち果汁をきかせたポン酢とともに 2_名物「TFC」(フルサイズ1,190円) 3_一人でもゆっくり過ごせるカウンター席 4_2階席は30名で貸し切りに



Tokushima

食堂はなたに [ショクドウハナタニ]

徳島のいいもの、ギュッと詰まっています



読者サービス

ご飲食の方に
徳島の地酒
(小グラス)1杯
サービス

※1,000円以上注文した人、1冊持参1名1回のみ。
2025年5月末まで有効

check!



地産地消だけじゃない！
新しい食のエンタメ空間

栄町で人気を集めた居酒屋が、装いも新たに徳島駅前へ移転オープン。和洋ミックスしたモダンな店内では、すだちブリや滑東ねぎ、阿波牛など徳島の誇る食材を使った料理がいただけます。「飲食はエンターテインメント。味覚だけでなく視覚、嗅覚もふくめて五感を使ってお楽しみるものを提供したい」と店長。その言葉通り味はもちろん、クスツと笑えるネーミングや思わず写真を撮りたくなる盛り付けなど細部までこだわりが感じられます。焼酎やワイン、日本酒も地元産からレアなものまで充実したラインナップ。スタッフたちの活気あふれるサービスも楽しい気分を盛り上げてくれます。

食堂はなたに

徳島県徳島市一番町3-12-1 電話/050-8881-0308
営業時間/17:00~23:30(フードL.O. 22:30、ドリンクL.O.23:00)
定休日/火曜 駐車場/無

HP キッズスペース バリアフリー



今回紹介する食材はこちら

アスパラガス

旬の時期は地域によって違いがありますが、一般的には4月から初夏にかけて旬を迎えます。

シャキッと美味しい！

旬のごちそう、緑の恵み



「宇和島鯛めし」や「じゃこ天」などの郷土料理が食べられるフードコートや、北海道のロイズの商品やソフトクリームも通年販売！特産品の真珠の販売や、宇和島のシンボル牛鬼も展示している。



道の駅 みなとオアシスうわじまきさいや広場

愛媛県宇和島市井天町1-318-16
電話/0895-22-3934
営業時間/9:00～18:00
(レストランは10:30～L.O.16:00)
定休日/無(レストランは不定休) 駐車場/有

HP キッズスペース バリアフリー

美味しいを探しに行こう！

四国の旬を採して

三・第13回・三

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 みなとオアシス
うわじまきさいや広場
スタッフ・有岡さん、園松さん

宇和海の海の幸をはじめ、
新鮮な野菜や特産品など宇
和島の魅力がいっぱいです。

シャキシャキとした歯応えに加え、独特のうまみやコクのある味わいが魅力のアスパラガスは、さまざまな料理に使える便利な野菜です。主に緑色と白色の2種類がありますが、栽培法が違っただけで品種は同じ。日光を当てずに栽培すると白く育ちます。アスパラガスから発見されたアミノ酸の一種である「アスパラギン酸」が豊富で、疲労回復や滋養強壮などに効果が期待できる栄養素が含まれています。また茎についている三角の「はかま」は栄養が豊富なため、取り除かずには食べるとより栄養を取り込めます。愛媛県では西条市がアスパラガスの産地として有名です。

おいしい豆知識

美味しいアスパラガスの見分け方

- ・濃い緑色で、全体に光沢がある
- ・穂先に締まりがあり尖っていて、茎が太い
- ・根本部分の断面がみずみずしい

保存方法

キッチンペーパーや新聞紙などで包んでポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室に立てて保存します。あまり日持ちがしないので2～3日を目安に食べ切りましょう。



四国ガス



飲みに行く
あなたに寄り添う、オトクなサブスク。

ノミヨル
nomiyoru

四国ガスが提供する「1ドリンクサブスク」

月額550円で
ドリンクが毎日1杯無料！

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？



詳細はこちら

初回登録月は無料！

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！



さらに！ウィズガスライフ読者限定で！

会員登録時に『紹介コード入力欄』へ
下記の紹介コードを入力すれば、もう1ヵ月無料に！
紹介コード [WGL202505]
※コード有効期限：2025年6月末まで

ノミヨル加盟店おすすめ4店(ノミヨルは全国約1,600店舗で使えます！)



香川

無料ドリンクはこちら！
生ビール(中ジョッキ)、
660円以下のドリンク

黒毛和牛 高松文八

名物「焼きしゃぶ」をはじめ、上カルビや特選
フィレなどオリーブ牛を中心に黒毛和牛を堪能
できます。人気の焼肉コースは宴会にもお
すすめ。こだわり自家製ダレもご賞味あれ。

香川県高松市瓦町2-7-15 植村ビル1F
電話/087-863-7789 営業時間/17:00～23:00
定休日/不定 駐車場/無

HP @takamatsu.bunpachi.and.hanare

おしながき

- ・黒毛和牛特選
コース焼きしゃぶ
2,618円
- ・特選和牛三味
コース
7,480円
- ・文八盛
8,250円



愛媛

無料ドリンクはこちら！
ボトルワインを除く全て
のドリンク

Osteria CASAMIA

おでん×イタリアンなど、和洋折衷の多彩な料理
が楽しめるカジュアルダイニング。焦がしバター
香るだし巻き玉子や、もちっと食感の自家製麺
のバスタを厳選ワインとぜひ。

愛媛県松山市二番町2-5-20 Mビル1F
電話/089-993-8867 営業時間/18:00～24:00
定休日/日曜 駐車場/無

HP @casa_mia0208

おしながき

- ・大根のボルチーニ
茸クリームソース
580円
- ・牛すじ肉の辛口
トマトソース
アラビアータ
680円
- ・コンソメだし巻き
玉子の焦がし
バターソース
600円



徳島

無料ドリンクはこちら！
ドリンクメニュー全て

AWA YORK BAR

シックな空間でゆったり寛げるバー。ドリンクは
ハイボールが人気。店内にあるピアノやギター
を使って自由に演奏ができ、営業前の時間帯な
らチャージ料で楽器練習など貸切が可能です。

徳島県徳島市栄町1-55-1 わじきやビル1F
電話/050-5896-2975 営業時間/20:30～翌1:30
定休日/無 駐車場/無

HP @mickymanmoth

おしながき

- ・ウイスキー
800円～
- ・カクテル
800円～
- ・ビール
600円～
- ・2ドリンク付きの
チャージ
2,000円



高知

無料ドリンクはこちら！
生ビール、600円(税込)
以下のドリンク

FUJIYAMA

暖色の明かりが灯るシックな空間で、お好み
焼きや鉄板料理を堪能できます。目の前で調
理の様子が楽しめるカウンターやテーブル席
の他、鉄板を設置したカウンター個室も！

高知県高知市追手筋1-2-7 スクエアワンビル1F
電話/088-855-7141 営業時間/17:30～L.O.翌2:30
定休日/日曜 駐車場/無

HP @fujiyama1008

おしながき

- ・FUJIYAMA焼き
1,200円
- ・ねぎ塩ニラ焼きそば
1,100円
- ・たたききゅうり
500円
- ・鉄板焼きタコライス
1,500円



※かけうどん(あげ玉うどん、きざみ揚げうどん)は5月12日(月)順次発売予定

「健康」を第一に
全てのの人に優しい製品を

徳島製粉株式会社

徳島県徳島市南二軒屋町3丁目1-8
創立/1947年

X @ f



1_徳島市にある本社工場では即席カップ麺・袋麺の製造を行っている 2_徳島製粉の歴史を感じさせる発売当初の広告。小麦粉からこだわっていることを明確に伝えている

四国の即席ラーメンはこれ！
製粉会社のこだわりが光る「金ちゃんラーメン」

数多くの即席麺を販売する「徳島製粉」は四国に住む私たちにとって大変馴染みある企業です。創業は1943年(昭和18年)、小麦粉の製造・販売から始まり、1965年に今の金ちゃんラーメンの元となる「キンツルラーメン」を第一号の即席ラーメンとして発売、その2年後の1967年には「金ちゃんラーメン」に改名し、徳島製粉を代表するロングセラー商品となりました。この「金ちゃん」という名前、実は創業者の名前ではなく、創業当時の

から今も製造している小麦粉の商品名「金鶴(キンツル)」に由来しています。製粉会社らしく小麦粉にこだわった麺は、粘りとコシがしっかりしており食べこたえがあるのが特長です。今も昔も「お客様に喜ばれる味」と「安全・安心な食品」をモットーに、この先も変わらぬこだわりとともに、私たちの食卓に美味しさを届けてくれることでしょう。また、近年香川県で行われる野外ライブなどにも出店しており、「金ちゃんファ

ンを確実に増やしています。

INFORMATION

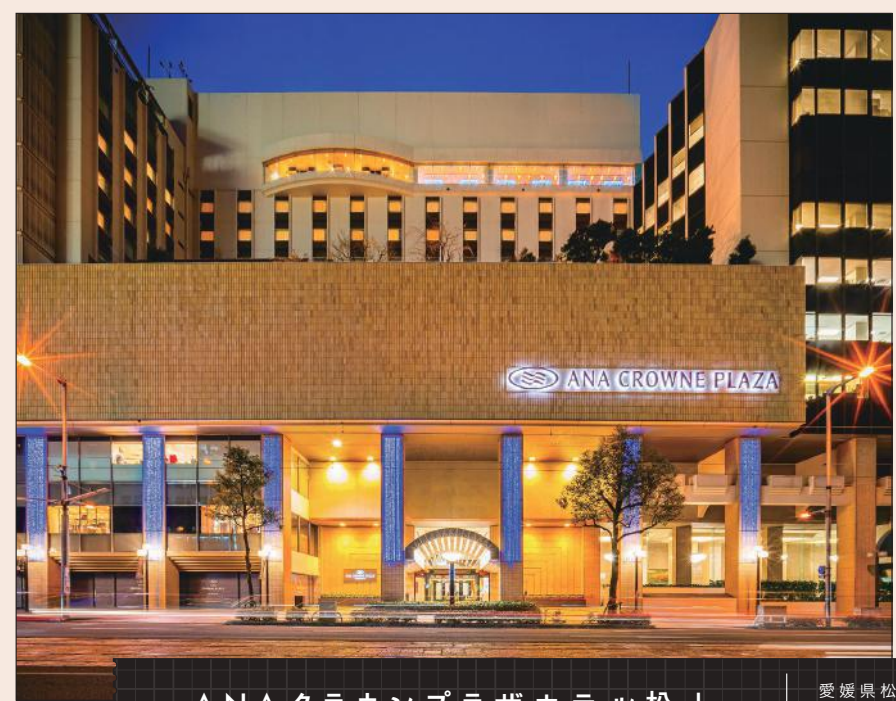
四国ガスCHECK

四国ガス 遠藤 昌孝

本社工場では、都市ガスを使用した蒸気ボイラをご採用いただいています。このボイラで発生させた蒸気は、麺の蒸し工程や乾燥工程に利用されているんです！

牛ベース×野菜だしの淡麗系スープ
「金ちゃん金色の醤油ラーメン」新発売！

野菜の甘みが効いた牛だし仕立て「淡麗スープ」が評判の新商品。白菜の食感、スープの風味、ブラックペッパーと唐辛子のアクセントが三位一体となり、やさしい味わいながら、クセになる一品。



ANAクラウンプラザホテル松山

愛媛県松山市一番町3-2-1
創立/1979年

X @ f



1_四川料理の基本を守りながらアレンジされた料理の数々を提供する「桃園」の「タンタンメン」 2_14階から眺める城山を背景に目の前で焼き上げる極上の料理が自慢の「鉄板焼 石鎚」。写真は「平日限定スペシャルランチ」

松山の景色と美食が彩る
心を満たす贅沢なひとときを

1979年(昭和54年)に開業した「松山全日空ホテル」からリブランドし2018年に誕生した「ANAクラウンプラザホテル松山」。45年間にわたり、地域を代表する「迎賓館」として、多くの観光客や地元の人々に親しまれてきた地域の「リーディングホテル」です。松山市の中心部に位置し、目の前には松山城の城山が、そして近年さらに人気が高まっている道後温泉にも近い絶好のロケーションを誇ります。館内には季節ごとのアフタヌーンティーや月替わりケーキが楽しめるティールーング、鉄板焼「石鎚」、日本料理「雲海」、中国料理「桃園」といった多彩なレストランが揃い、旬の食材を活かした料理を提供しています。1〜2カ月ごとにメニューが変わるのも魅力です。さらに、スカイラウンジでは、夜景を眺めながらオリジナルカクテルなどを堪能できます。宿泊だけでなく、食やくつろぎの時間を楽しめる、特別なひとときを提供するホテルです。

INFORMATION

四国ガスCHECK

四国ガス松山支店 小西 雅史

ホテル内店舗用の厨房や客室給湯用のボイラ及び給湯器で都市ガスをご採用いただいています。客室お風呂の給湯や厨房でのコンロなどで利用されているんです！

季節を愉しむアフタヌーンティーで
優雅なひとときを

旬のフルーツなどを使用したスイーツが楽しめるアフタヌーンティー。ドリンクは、ロンネフェルトの紅茶10種類、コーヒー、カフェラテなどから2種類選択。アフタヌーンティー/12:30〜18:00(120分制)
※最終受付16:00 ※数量限定、5日前までに要予約
※写真はイメージ

ご家庭でできる
省エネ方法

居室編

エアコンの上手な使い方

夏の冷房時の室温は28℃を目安に
外気温31℃の時、エアコン(2.2kW)の
冷房設定温度を27℃から28℃にした場合
(使用時間:9時間/日)冬の暖房時の室温は20℃を目安に
外気温6℃の時、エアコン(2.2kW)の暖
房設定温度を21℃から20℃にした場合
(使用時間:9時間/日)

年間の節約効果	
消費電力	電気料金
30.24kWh	約680円

年間の節約効果	
消費電力	電気料金
53.08kWh	約1,200円

ガスファンヒーターの上手な使い方

必要な時だけつける
1日1時間運転を短縮した場合(設定温度20℃)

ガス使用量 12.68 ^{m³}	+	消費電力 3.72kWh
ガス料金 約2,520円		電気料金 約80円

年間の節約効果 年間差額 約2,600円

室温設定は20℃を目安に

外気温6℃の時、暖房の設定温度を21℃から20℃にした場合
(使用時間:9時間/日)

年間の節約効果	
ガス使用量	ガス料金
8.15 ^{m³}	約1,620円

ご家庭でできる
省エネ方法

お風呂編

ガス給湯器の
上手な使い方

入浴は間隔をあけずに行う

2時間放置し、4.5℃低下した湯(200L)を追い
焚きする(1回/日)より、間隔をあけずに入
浴した場合

年間の節約効果	
ガス使用量	ガス料金
38.20 ^{m³}	約7,600円

つついとお湯を出しっぱなしにできていませんか?
お湯の「使用時間」と「温度」を工夫すると
ガスの節約につながります。 unnecessary シャワーの流しっぱなしはやめる
45℃のお湯を流す時間を1分間短縮した場合

ガス使用量 12.78 ^{m³}	+	水道使用量 4.38 ^{m³}
ガス料金 約2,540円		水道料金 約1,570円

年間の節約効果 年間差額 約4,110円

番外編

ガボタで
ポイント会員制ポイントサービス「ガボタ」に登録して、ポイントを
貯めて活用すれば、お得!会員登録無料!年会費一切不要
なので、是非登録してポイントを貯めよう!Aさん 四国ガス需要家(ベーシックプラン・ガボタでんき契約)
3人暮らし 冬の暖房は、ガスファンヒーターをメイン利用
(夫婦、子1歳)

2024年1月～2024年12月検針分

ガス料金(年間) 電気料金(年間)
約80,000円 + 約68,000円

ガボタポイント付与(年間)

約3,400ポイント
⇒(=3,400円相当)ガス料金連動
ポイント※

100円 1ポイント

ガス料金
100円(税込)につき
1ポイントたまる

ガボタでんきを契約すると!

ガス料金連動ポイント※が
3倍に!

100円 3ポイント

さらに、電気料金連動ポイント

200円 3ポイント

※ガス料金連動ポイント・電気料金連動ポイントは、口座振替かクレジットカード払いのお客さまにのみ適用されます。

無理のない範囲で省エネな暮らしを実現しましょう!

ポイントサービス「ガボタ」もまだ加入されていない方は今すぐチェック!

ガボタについて、詳しくは右の二次元コードから!



そのお悩み、四国ガスにお任せください!



教えてくれたひと

四国ガス 松田さん

ガス器具のロング保証サービス「ほ
しょうさん」をはじめ、ガス器具の保
安やメンテナンスに携わる部署に所
属。今回は、そんなガス器具の効率
の良い利用方法をご紹介します!家計の見直しにつながる、ご家庭でできる
省エネ方法をご紹介します!省エネとは、限りあるエネルギー資源を効率よ
く使うこと。ちょっとした使い方の工夫で、誰で
も取り組むことができます。日頃から無理のない
範囲で是非取り組んでみてください!

省エネ効果の算出について

経済産業省 資源エネルギー庁の省エネポータルサイト「家庭向け省エネ関連情報 無理のない省エ
ネ節約」を参考にしています。実際はご家庭でのご使用機器、居住地域、住宅などにより異なります。省エネ効果の
算出根拠
(金額換算係数)

<ガス料金・電気料金は2024年度平均を適用>

電気:22.70円/kWh(四国電力「従量電灯A」第3段階料金)

※燃料費調整額・消費税含む。再生可能エネルギー発電促進賦課金は含まず。

ガス:199.00円/m³(四国ガス「ベーシックプラン」料金表C)※原料費調整額・消費税含む。

<水道料金・下水道料金は2025年3月時点を採用>

水道:359.00円/m³(松山市水道11～20m³/松山市下水道11～20m³) ※消費税含むご家庭でできる
省エネ方法

キッチン編

キッチンでは、調理でのガスコンロの使用やお湯の利用などでガスを使います。その際
に何かを我慢する必要はなく、ほんの少し工夫するだけで、ガスの使用を節約できます。

ガスコンロの上手な使い方

炎が鍋底からはみ出さないように調節する
水1L(20℃程度)を沸騰させる時、強火から中火
にした場合(1日3回)

年間の節約効果	
ガス使用量	ガス料金
2.38 ^{m³}	約470円

ガス給湯器の上手な使い方

食器を洗うときは、低温に設定する
65Lの水道水(水温20℃)を使い、給湯器の設定
温度を40℃から38℃にし、1日2回手洗いをした場
合(使用期間:冷房期間を除く253日)

年間の節約効果	
ガス使用量	ガス料金
8.80 ^{m³}	約1,750円

With
Gas
Life

第41回

「もっと豊かに!ウィズガスライフ」は、
お客さまのお悩みに
寄り添うコーナーです。
さまざまなお悩みに
応えていきます!

光熱費を抑えるための方法は?

物価高の背景で家計にも影響が...

今回の悩みはこちら



40代女性

ガス機器活用術

皆さまにもっとガス機器を
便利に活用してもらうために！



洗濯物を干すのをやめませんか？

『乾太くん』があれば、解決できます！

1 POINT 時短で経済的♪

洗濯機を使いながら使用できるので、
2回目の洗濯をしながら1回目の乾燥もでき、時短に！

洗濯物が、 1時間で乾く。

ガス衣類乾燥機の乾太くんなら、6kg
の洗濯物を約60分、9kgの洗濯物を約
90分で乾燥。電気式の約1/3の時間で、
家事の時間を大幅に短縮できます。

乾太くん	6kg 約60分 5kg 約52分/9kg 約90分
電気ヒートポンプ式 全自動洗濯乾燥機	約185分
電気ヒーター式 全自動洗濯乾燥機	約312分

■ガス衣類乾燥機(乾太くん):リンナイ、電気ヒートポンプ式乾燥、電気ヒーター式乾燥試験実施:リンナイ(株)
■条件:実用衣類9kg(綿50%、化繊50%)/脱水度70% RDT-93・標準コースで算出。
実用衣類6kg(綿50%、化繊50%)/脱水度70% RDT-63・標準コースで算出。
実用衣類5kg(綿50%、化繊50%)/脱水度70% RDT-54S-SV・標準コースで算出。

家事の 時短化

夜遅くの洗濯物もしっかり
乾かせて、朝の時間を
有効活用できます。

1日2回洗濯する ご家庭もスムーズ

1回目の洗濯物を乾かしながら、
2回目の洗濯ができます。

1回あたり たったの約76円！ (※当社実測)

条件:・ガス料金・電気料金は2024年度平均を適用(消費税・原料費調整額・燃料費調整額含む。再生可能エネルギー発電促進賦課金は含まず)
ガス:199.00円/m(四国ガス「ベーシックプラン」料金表C)
電気:22.70円/kWh(四国電力「従量電灯A」第3段階料金)
RDT-93 衣類5kg、乾燥時間約57分(標準コース)

コインランドリーで
乾燥のみ利用の場合、
相場10分100円だから、
経済的にもお得だね♪



2 POINT あんな物やこんな物も乾かせちゃう♪

●ジーンズ ●靴
●シーツや毛布 など

ガスならではのパワフル温風で、 天日干しよりもメリットが！

- 自然とシワが伸びるので、
シワが少ない仕上がりに！
- 生乾き臭などの原因菌を除去！
- タオルなどに付着したペットの毛が
キレイに取れる！
- 洗濯で付着した
粉々ティッシュも取れる！

ガス衣類乾燥機

乾太くん

ガス衣類乾燥機乾太くんとは、ガス
を熱源として利用した衣類乾燥機のこと。熱源がガスなので、パワフル！



洗濯物の時間を大幅短縮！効率的に、より豊かな生活へアップデートしませんか？
乾太くんのサイズなど気になる事は、お近くのPIPOT・ショールームにて展示しておりますので、体感いただけます！

読者の声、集めました

みんなの掲示板



結婚を機に引っ越した賃貸アパートには、備え付けの浴室暖房乾燥機があり、日々の生活のグレードが各段に上がりました！衣類乾燥はもちろん、浴室乾燥機能でカビ対策にも繋がり、掃除が苦手な私にとっては、かなりありがたい存在です。これから梅雨の季節に向けてますます大活躍しそうなので、ちょっと大変そうなのですが今のうちにフィルターのお掃除をして備えておこうと思います！

生活の質が
上がりました

愛媛県
今治市
Tさん



一人暮らしで選んだ物件についていた浴室乾燥機能。前のアパートでは、梅雨の時期の洗濯はコインランドリーでして、手間がかかり大変でした。しかし、今のアパートでは雨の日でも浴室で素早く乾かせるので、大変重宝しています。外干しだと、仕事で帰りが遅くなると取り込んだ洗濯物が湿っている…ということがあるので、私は晴れの日も浴室乾燥機を使っています。

一年中
ストレスなく洗濯
ができて便利

愛媛県
松山市
Tさん

乾太くん で時間と心に 余裕ができました！

愛媛県
松山市
Mさん

新築のタイミングで一番欲しかったものでした。共働きで元々週末にまとめて洗濯することが多かったのですが本当に億劫で…。それが今は時間や天気を気にせず、いつでも、何回でも洗濯できるようになりました。必要ならすぐ洗濯して乾燥できるので、余分な衣類のストックも無くなりました。お財布にも優しいし、家族が増えた今はよりそのメリットを感じています。友だち家族の新築の際にも紹介し、とても喜んでくれています！



4人家族の洗濯物も楽々！ 「乾太くん」で時短家事

愛媛県
松山市
Iさん

我が家は4人家族で、毎日子どもたちの洗濯物が山のように。特に梅雨の時期は、部屋干ししてもジメジメするし、生乾きのニオイも気になっていました。以前から洗濯物の多さで乾きに悩んでおり、ガス衣類乾燥機「乾太くん」を導入しました。その後、子どもたちは空手を習い始め、更に厚手の空手着の洗濯物が増えましたが、「乾太くん」のおかげで、毎日洗濯物がカラッと乾き、本当に助かっています。梅雨のジメジメした日も、「乾太くん」のおかげで毎日快適に過ごしています。家事の時短にもなり、本当に助かっています。



読者の声募集中！

『次回テーマ』についてお声をお寄せください。
採用者には粗品をプレゼント！
応募期間2025年5月1日～6月15日
※粗品の発送は次号発刊後(2025年8月以降)に実施します。

次回テーマ

我が家の節約術
～これでガス代を抑えています～

投稿 方法

- ① 二次元コードを読み取って投稿フォームにアクセスしてください。
- ② 必要事項を入力し、内容を確認してください。
- ③ 確認後、「送信」ボタンを押して投稿を完了してください。
- ④ 本誌に掲載された方には粗品をプレゼント！



こちらの二次元コードから投稿フォームにアクセスできます。

※当選者の発表は、本誌掲載・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、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。

あなたの質問にお答えします！

ウィズガスサロン

これからの時期の暮らしのお困りごと



エアコンの使用頻度が低い今だからこそ、夏に向けてエアコンクリーニングしたいけど、面倒...

お客さまの暮らしのお困りごとの解決をお手伝いする会員制サービス

くらしサポ+タス ハウスクリーニング

をご存じですか？

その他、会員特典として

トラブル時の駆けつけサービス(水回りの漏水、窓ガラスの破損等)やガス器具故障修理訪問時の「出張費」「簡易手直し費」を無償対応など、暮らしのお困りごとをサポートする特典もたくさん！

レンジフードクリーニング

通常標準価格22,000円(税込)

現場調査によるお見積り価格より

特別価格 **2,200円off**

バスルームクリーニング

通常標準価格22,000円(税込)

現場調査によるお見積り価格より

特別価格 **2,200円off**

エアコンクリーニング

【標準型】標準型家庭用壁掛けエアコン
通常標準価格15,400円(税込)

特別価格 **1台12,100円**

お掃除ロボット機能付きのエアコン
各地域での最安値にて対応いたします。※地域や機種によって価格が異なります。

入会の条件、会員費用、支払い方法について

四国ガスの都市ガスを家庭用で利用し、ガス料金のお支払い方法が口座振替またはクレジット払いのお客さまが申込いただけます。会員費用は、月額330円(税込)。ガス料金と合算してのお支払いとなります。

「くらしサポ+タス」の詳細はこちら

0570-011-459 受付時間 9:00~17:30

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、050-3816-0633におかけください



グリル de カンタン！ アスパラの 青じそチーズつくね



■ 作り方 つくねダネを巻いて焼くだけの簡単クッキング！



グリの良さを
もっと活用しよう。

ひと味違うね！

旬のアスパラを使って、ボリューム満点のおかずを作ろう！



■ 材料(4人分)

- 鶏ひき肉300g
- アスパラガス4~6本
- 玉ねぎ60g
- とろけるチーズ適量
- 青じそ8枚
- 片栗粉大さじ2
- おろし生姜1片
- 塩コショウ少々
- 卵黄1~2個
- 醤油大さじ4
- みりん大さじ4
- 砂糖大さじ2

- ① 鶏ひき肉とみじん切りにした玉ねぎ・青じそ、おろし生姜、片栗粉、塩コショウを入れ、粘りが出るまでよく混ぜる。
- ② ラップにつくねダネをしき、とろけるチーズを適量のせてアスパラガスを中央におき、手前からラップを使いタネを巻きつけ形を整える。
- ③ 焼き網にアルミホイルをしき、その上につくねを並べて上下強火で13分焼き完成。※アルミホイルに油を塗っておくと、つくねがくっつかずキレイに取れます
- ④ 煮詰めたタレを塗って、卵黄につけながら一緒に召し上がれ！

アスパラガスの紹介はP6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**
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**プレゼント!

いずれも無料!

四国ガス産業株式会社

〒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

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 **0120-32-4813**

四国ガス産業 検索



ウィズガスライフ Vol.70 **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!

応募期間 5月1日(木)~6月15日(日)

※はがきは応募締め切り日消印有効

① 徳島製粉株式会社より、「金ちゃん飯店 焼豚ラーメン」(2個セット)を5名様に。
※贈答用の箱付き

② 道の駅 みなとオアシス うわじまきさいや広場より、「柑橘ジュース125ml」(3種6本セット)を5名様に。
※内容は変更になる場合があります。

③ 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！**

1. HPへアクセス
四国ガスサービスサイト 検索 ※ご応募は一人さま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。

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・年末年始休講）

ガス生活館 ピポットのカルチャー教室



ガ・ス・生・活・館

PIPOTT

(Cマーク)

ガス生活館 ピポット松山

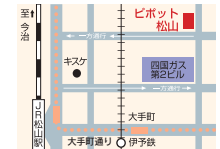
カルチャー教室のお申し込み **089-945-1228**

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

検索

〒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 (8月) 【メニュー】トマト入り冷やし中華・エビマヨ 西尾 正 中華旬彩 西尾 オーナー	8/4(月) 10:20～13:00	2,500円 9名	7/10(木)
中華料理 (9月) 【メニュー】八宝菜・水餃子 西尾 正 中華旬彩 西尾 オーナー	9/8(月) 10:20～13:00	2,500円 9名	8/4(月)
イタリア料理 (8月) 【メニュー】煮も肉のハーブソース・夏野菜ペペロニのソテー 久保 直史 トラットリア・ヴィオラ オーナーシェフ	8/18(月) 10:20～13:00	2,700円 9名	7/10(木)
イタリア料理 (9月) 【メニュー】真鯛のポワレ白ワイン風味・ラザニア 久保 直史 トラットリア・ヴィオラ オーナーシェフ	9/22(月) 10:20～13:00	2,700円 9名	8/4(月)
韓国料理 【メニュー】チャジャン麺・タンスユク(韓国酢豚) 朴 美樹 マイキムチ&コリアンデリ ハンアリ	9/9(火) 10:20～13:30	2,500円 9名	8/4(月)

教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
野菜ソムリエの時短料理 ～ピクルスづくりとスパイスカレー～ 【メニュー】スパイスカレー・ピクルス やの くにこ 野菜ソムリエ上級プロ	9/5(金) 10:20～13:00	2,700円 9名	8/4(月)
パン教室 (日曜) 【メニュー】メロンパン・ウインナーパン 烏谷 奈々絵 ジャパンホームベーキングスクール師範	7/6(日) 10:20～13:30	2,400円 8名	6/19(木)
パン教室 (土曜) 【メニュー】マーブル食パン・青じそベーコンパン 烏谷 奈々絵 ジャパンホームベーキングスクール師範	8/23(土) 10:20～13:30	2,400円 8名	7/10(木)
コーヒーセミナー ～おうちで美味しく淹れるアイスコーヒー～ 【テーマ】テラミス 児嶋 厚樹 カフェ クレマ オーナー	7/18(金) 10:20～12:30	2,000円 12名	6/19(木)

- 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は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5教室まででお願いいたします。
- 安定かつ継続的な運営のため、確実にご参加いただける日程でお申し込みいただき、キャンセルはできるだけ避けていただきますようお願いいたします。

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。

四国ガス ピポット

検索

〒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
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	①7/8(火) ②8/19(火) ③9/9(火) 10:30～13:30	6,600円/3回
手ごねパン教室 竹ノ内 妙 ジャパンホームベーキングスクール師範	①8/8(金) ②9/12(金) 10:30～14:30	5,400円/2回
コーヒー教室 白石 文二 喫茶アポニー店主	9/2(火) 13:00～14:30	1,300円
レアチーズロール 亀尾 映里奈 ジャパンホームベーキングスクール師範	9/29(月) 10:20～13:30	3,200円
キラキラ星のパン 竹ノ内 妙 ジャパンホームベーキングスクール師範	7/6(日) 10:30～13:00	1,400円/組
米粉でつくるクッキーボックス 安部 つきこ 米粉のパンとおやつ教室 りあん	7/22(火) 10:30～13:00	2,300円/組
ドライフラワーレッスン 越智 幸雄 季節の花 花心主宰	7/29(火) 10:30～12:00	2,800円/組
季節のフルーツカスタードパン 竹ノ内 妙 ジャパンホームベーキングスクール師範	8/9(土) 10:30～13:00	1,400円/組
ココナツ・ガレット 亀尾 映里奈 ジャパンホームベーキングスクール師範	8/25(月) 10:30～13:00	2,000円/組
ミルク&レモンクラッシュゼリー 亀尾 映里奈 ジャパンホームベーキングスクール師範	8/28(木) 10:30～13:00	2,800円/組

今治市資源リサイクル課と四国ガス共同開催！親子でフードロスとエコ・クッキングを学ぼう！

フードロス教育 × エコ・クッキング教室

7月26日(土)

食べ物「もったいない」とエネルギー「もったいない」を学ぶ今治市さんとのコラボ教室です。
親子で参加！料理教室を通じて身近な環境問題の解決を考えてみましょう！

【AMの部】10:15～12:45
【PMの部】13:30～16:00

【場所】四国ガス本店ビル1階 ピポット今治 【参加費】600円/組
【対象】今治市在住の保護者と小学生(1～6年生)の子供の2人1組
【定員】各回/4組8名(応募多数の場合は抽選)
※抽選結果はご当選の方のハガキにてご連絡

【メニュー】ワンパンバスタ(ナポリタン)+季節の野菜スープ

申込・お問い合わせ **6.15(日)締切**
TEL:0898-32-4900 (10:00～18:00/水曜、GW休講)

WEBで受付中！

- 「親子教室」は保護者とお子様各1名が対象です。(教室によって対象年齢が異なります。)
- 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。



ABC Cooking Studio

supported by 四国ガスグループ

5・6月限定！ガス1dayレッスン開催

ガス火が決め手！初夏のスパニッシュ

- パスタバリエア～アイソソース添え～
- スパイシーチキンソテー
- 夏野菜のガスパチョ
- バスクチーズケーキ

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

平日10:00～19:00(土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・年末年始休廊)

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

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させていただきます。

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

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
7月 ティータイムを楽しむキャラメルチーズケーキ IKUNO ルランド・イフノ 主宰	7/8(火) 10:30～13:15	2,500円 12名	6/20(金)
おうちで簡単イタリアン 中野 誠司 La Salute 主宰	7/17(木) 10:30～13:15	3,000円 12名	
8月 香川の食材で家庭料理・洋食 十河 絹子 わかばクッキング教室 主宰	8/5(火) 10:30～13:15	2,500円 12名	7/20(日)
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	8/21(木) 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	8/29(金) 10:30～13:15	1,000円 6名	8/19(火)
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	9/9(火) 10:30～13:15	2,500円 12名	
ちよっぴり洋な和食 山中 美妃子 ジュヌヴィエーヴ料理教室 主宰	9/16(火) 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	9/18(木) 10:30～13:15	2,500円 12名	
夏の疲れを癒して・秋に備える薬膳教室 高原 アン 美健庵 主宰	9/25(木) 10:30～13:15	2,500円 12名	

教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
9月 秋の収穫・かぼちゃのグラタンパン 福本 かよ kayoパン 主宰	9/26(金) 10:30～13:15	2,500円 12名	8/19(火)
おひさまシフォンのハンバーグ研究会 吉田 美恵子 おひさまシフォン 主宰	9/30(火) 10:30～13:15	2,500円 12名	
2回コース 季節の爽りでミニ懐石 渡矢 智子 料理研究家	①7/11(金) ②8/8(金) 10:30～13:15	5,000円 12名	6/20(金)
山中 仁の 夏プレイフルクッキング 山中 仁 ジュヌヴィエーヴ料理教室代表	①7/15(火) ②8/19(火) 10:30～13:15	5,000円 12名	
親子教室 洋食屋さんの 親子でオムライス! 東川 卓美 ことひら果樹軒 オーナーシェフ	7/22(火) 10:30～13:15	3,000円 6組(小学生1名)	6/20(金)
カレーパエリア・スイカサラダ 山中 美妃子 ジュヌヴィエーヴ料理教室 主宰	7/26(土) 10:30～13:15	3,000円 6組(小学生1名)	
年少さんからOK! もしもの時にも・防災パニーニ 福本 かよ kayoパン 主宰	7/29(火) 10:30～13:15	3,000円 6組(小学生2名まで)	

●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

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

〒763-0034
丸亀市大手町
3丁目4-35

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 [7月]はじめてさんのパン教室 ～ベーグル2種～ 山崎 花絵 La Merci Cuisine.	7/8(火) 13:30～16:00	2,500円/回・8名	6/20(金)
[7月]洋食屋さんの定番の味レッスン ～瀬戸内魚介のピヤペース～ 東川 卓美 ことひら果樹軒 オーナーシェフ	7/15(火) 10:30～13:15	2,500円/回・8名	
[8月]スパイスキッチン jaadoo ～チキンのハーブカレー～ 佐々木 歩 スパイスカレー jaadoo(ジャドゥ)	8/18(月) 10:30～13:15	2,500円/回・8名	7/20(日)
[8月]メルシーのスイーツ教室 ～レモンクリームロールケーキ～ 山崎 花絵 La Merci Cuisine.	8/21(木) 13:30～16:00	3,000円/回・8名	
[9月]洋食屋さんの定番の味レッスン ～ローストビーフ～ 東川 卓美 ことひら果樹軒 オーナーシェフ	9/9(火) 10:30～13:15	2,500円/回・8名	8/19(火)
[9月]はじめてさんのパン教室 ～フクロランタン風パン～ 山崎 花絵 La Merci Cuisine.	9/25(木) 13:30～16:00	2,500円/回・8名	
親子教室 [7月]親子パン教室 ～枝豆チーズフォカッチャ～ あかし まい パン教室&手形アート tsumugi	7/12(土) 10:30～13:15	2,500円/回・6組	6/20(金)
[7月]親子料理教室 ～チュロス&ティラミス～ 安藤 真朱美 シェフ★さつ丸亀 主宰	7/26(土) 10:30～13:15	2,500円/回・6組	
[8月]親子パン教室 ～カボチャひまわりパン～ あかし まい パン教室&手形アート tsumugi	8/2(土) 10:30～13:15	2,500円/回・6組	7/20(日)
[9月]親子パン教室 ～おじいちゃん・おばあちゃんの似顔絵パン～ あかし まい パン教室&手形アート tsumugi	9/6(土) 10:30～13:15	2,500円/回・6組	8/19(火)

●受講に際しての注意点点は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。●「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

5・6月限定! ガス1dayレッスン開催

ガス火が決め手! 初夏のスパニッシュ

●パスタバリエア～アイソリス添え～
●スパニッシュキンソテー
●夏野菜のガスパチョ
●バスクチーズケーキ
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

ガス生活館 ピポットのカルチャー教室



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
夏も温活 セルフお灸 堀 今日子 鍼灸師・セルフケアもぐもぐ	7月13日(日)10:30～12:00	1,200円・6名 (女性限定)	6月22日(日)
身体の中から美しく ヴィーガン料理 テンペでBLTサンドイッチ、ピーズのポタージュスープ、発酵あんこ白玉 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	7月18日(金)10:30～13:30	2,200円・12名	6月27日(金)
パティシエに学ぶ スイーツ教室 ベリーレアチーズケーキ 清水 明延 学校法人龍馬学園 製菓・製パン学科長	7月21日(月・祝)10:30～13:30	2,500円・8名	6月30日(月)
ホッとひとときコーヒー時間 7月 ～フードベアリングを楽しもう～ 山崎 将司 自家焙煎珈琲 ポルタ	7月25日(金)10:30～12:30	1,000円・10名	7月4日(金)
パーソナルカラー教室 ～わたしに似合う色がし～ 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	7月28日(月)10:30～12:30	1,800円・5名 (女性限定)	7月7日(月)
親子で作るピザ教室 彩り野菜のピザ、野菜とフルーツのスムージー 畑山 立子 畑山ガーデン 野菜ソムリエ	7月29日(火)10:30～13:30	2,000円・8組 (小学生親子2名1組)	7月8日(火)
親子陶芸教室 ～オリジナル食器作り～♡1組で2点製作します 森田 浩路 もりたうつわ製作所	8月2日(土)10:30～12:00	2,500円・8組 (小学生親子2名1組)	7月12日(土)
親子でランチクッキング フライパンひとつでナポリタン、鶏ささみの揚げスティック、手作りポテトチップス 中村 慎治 お弁当店【らんちぼくす】店主	8月3日(日)10:30～13:00	1,800円・8組 (小学生親子2名1組)	7月13日(日)
親子エコ・クッキング ドライカレー、野菜スープ スタッフ ピポット高知	8月5日(火)10:30～13:30	1,000円・8組 (小学生親子2名1組)	7月15日(火)
おうちで作るお洒落フレンチ 四万十鶏のカチャトーラ、とうもろこしの冷製スープ 齋藤 健太 レストラン C.I.GARDEN 料理長	8月18日(月)10:30～13:30	2,300円・12名	7月28日(月)
親子パン教室 ～動物パンを作ろう～ 清水 明延 学校法人龍馬学園 製菓・製パン学科長	8月23日(土)10:30～13:30	2,000円・8組 (小学生親子2名1組)	8月2日(土)
基本の出汁と定番和食 四万十ポーク かつ丼、小松菜とキノコのお浸し、なめこのお味噌汁 大下 正治 一般社団法人 高知県調理師連合会 会長	9月2日(火)10:30～13:30	2,300円・12名	8月12日(火)
スパイスたっぷり ネパールカレー チキンビリヤニ、ラッシー 青木 陽一 ヒマヤンオーガニック 代表	9月8日(月)10:30～13:00	1,800円・12名	8月18日(月)
秋色たっぷりの バスケットブーケ作り♡ 飾ったあともドライで楽しめる 井関 京子 flowershop 花いちご 所属	9月13日(土)10:30～12:30	2,500円・10名	8月23日(土)
おうちでイタリアン ナスのトマトソースパスタ、かぼちゃのマリネ・他 芳野 洋彰 お着で食べるイタリアン 食事処アゲイン 店主	9月16日(火)10:30～13:00	2,300円・12名	8月26日(火)
ホッとひとときコーヒー時間 9月 ～フードベアリングを楽しもう～ 山崎 将司 自家焙煎珈琲 ポルタ	9月26日(金)10:30～12:30	1,000円・10名	9月5日(金)
手ごねパン教室 食パン、たこ焼きパン 清水 明延 学校法人龍馬学園 製菓・製パン学科長	9月28日(日)10:30～13:30	2,000円・8名	9月7日(日)

1
回
コース

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

「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

PIPOT
[ピポット]

ガス生活館

ピポット徳島

4月14日(月)に
移転オープンしました!

〒770-0821 徳島市北出来島町1丁目26-2 (四国ガス徳島支店1F)

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
簡単でおしゃれなデザートプレート 楠本 智美 kurikuriお菓子の会	7/4(金) 10:30～13:15	3,800円・8名	
ガスにお任せ！ラクしておいしい幸せごはん ピポットスタッフ	7/11(金) 10:30～13:15	1,000円・6名	
自宅でできる本格イタリアン 池内 渉 ザ・パシフィックハーバー 株式会社とさわ 名誉総料理長	7/15(火) 10:30～13:15	3,800円・8名	6/19(木)
～大塚製薬(株)協賛～ 手軽にたんぱく美BODYごはん 【魚のスタミナ香味ソース 他4品】 佐藤 香代子 とくしま食育推進研究会 管理栄養士	7/24(木) 10:30～13:15	3,500円・8名	
皮から作る本気の焼き餃子 長尾 貴史 四川中華ながを オーナー・廚師	8/4(月) 10:30～13:15	2,300円・8名	
洋食講座 【牛ロースで包んだ雑穀米とフォアグラのクロメスキ パルメザンチーズと 醤油のバターソース 他2品】 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	8/28(木) 10:30～13:15	3,800円・8名	7/21(月・祝)
楽うま！旬彩家庭料理 【豚バラ肉のコンフィー 他3品】 山田 純子 エコ・クッキングナビゲーター	9/4(木) 10:30～13:15	3,500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	9/16(火) 10:30～13:15	3,800円・8名	8/20(水)
うちごはん 【鶏天 くずし豆腐と野菜のサラダ 他3品】 三好 貴子 野菜ソムリエ上級プロ	9/26(金) 10:30～13:15	3,500円・8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。 ●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

5・6月限定！ガス1dayレッスン開催

ガス火が決め手！初夏のスパニッシュ

メニュー
●パスタバリエア～アイオリソース添え～
●スパイシーチキンソテー
●夏野菜のガスパチョ
●バスケットズケーキ

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