

四国の口福を探して。

With Gas Life

[ウィズガスライフ]

季節を映す

贅沢なひと皿

With Gas Lifeなお店訪問

[香川]benchmark

[愛媛]かねと食堂

[高知]居魚屋 一釣

[徳島]Culture&Spice KOPOLI

四国のちから

[愛媛]スポーツクラブ フィック

[徳島]齋藤酒造場

もっと豊かに!

ウィズガスライフ

安心安全なSiセンサーircon

四国の旬を探して [道の駅 滝宮]新たまねぎ



読者
プレゼントも
あります!

vol.
073

2026
春号



1

1_食材は鶏肉とタマネギ、薄焼き卵で美しく巻かれた王道オムライス 2_店内は広々とした造りで、昔ながらの趣を漂わせている 3_イリコでダシをとった、あっさりとした中華そば 4_朝の定番、ハムエッグ定食



Ehime



かねと食堂 [カネトショクドウ]

130年の時を越えても変わらぬ美味しさ

豆知識

オムライスの起源

オムライスは明治末期～大正時代に日本で誕生した洋食といわれており、名前は「オムレツ」と「ライス」を組み合わせた造語です。基本はケチャップライスを薄焼き卵でオムレツのように巻いたもの。昭和に入つてから家庭料理として親しまれるようになりました。

現在6代目が暖簾を守る、明治27年創業の「かねと食堂」。入口の食品サンプルに誘われ、店内に一歩足を踏み入れると、そこには130年の歴史が広がります。創業当時の建物は戦火で失われましたが、戦後に建て直され、今日まで大切に使われ続けています。朝8時から開店しており、オムライスや中華そばは世代を問わず多くの人に愛されてきた人気メニュー。「皆さんにこれからも来ていただきために、代々受け継いできた味を守ることが大切」と話す6代目。廃業により手に入らなくなつた食材や調味料も、近いものを選び、できる限り同じ味を提供しているそう。ここには、時を越えて変わらぬ味と、心をほどく温もりがあります。

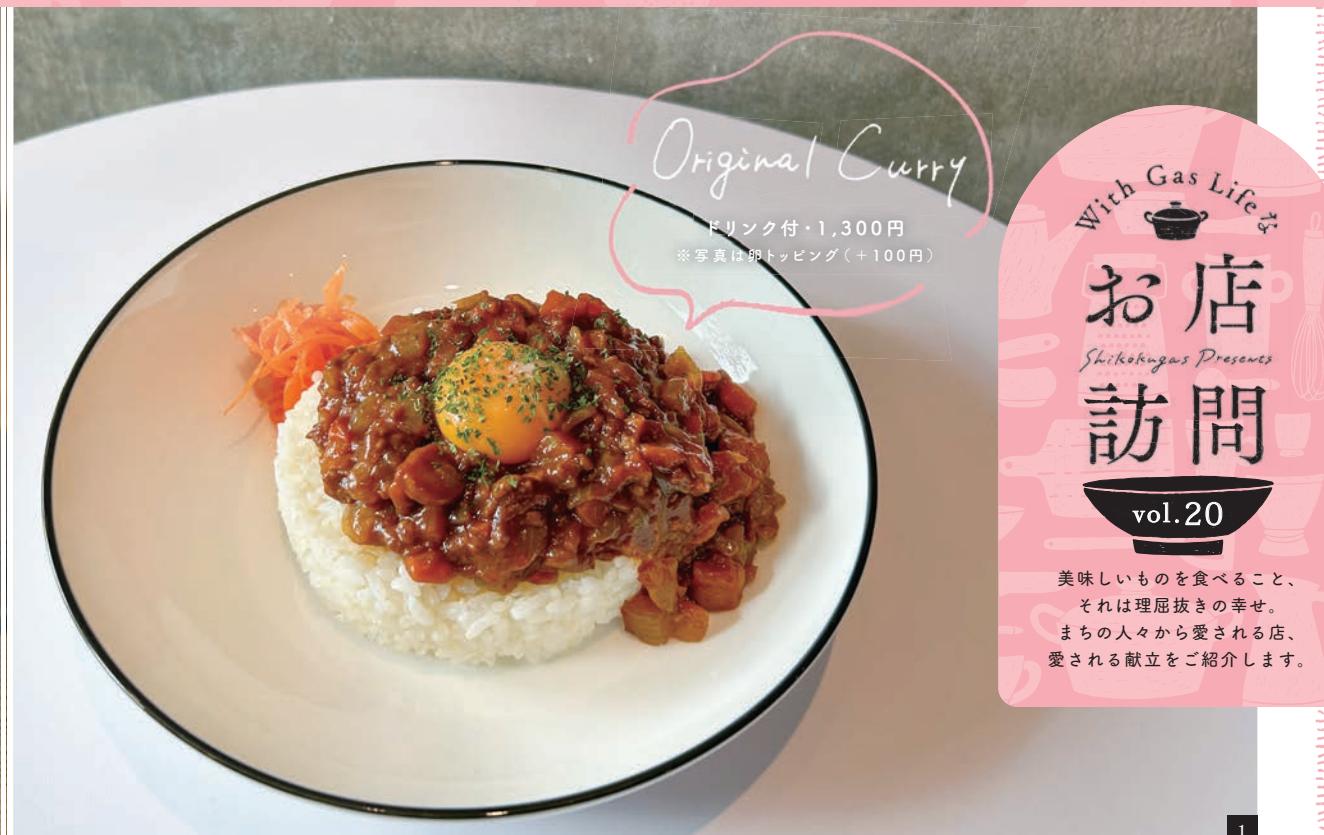


かねと食堂

愛媛県今治市室屋町1-2-16 電話/0898-22-1997
営業時間/8:00～15:00(土・日曜～19:00)
定休日/火・水曜 駐車場/有

HP キッズスペース バリアフリー

今治のまちと共に歩んできた
130年続く老舗食堂



Kagawa

benchmark [ベンチマーク]



読者サービス

1ドリンク サービス

フードもしくはスイーツのご注文で
※冊子持参で1冊につき1名様のみ、1回限り。
2026年4月末まで有効



benchmark(ベンチマーク)

香川県高松市番町2-17-15 ファロス第一ビル1F 電話/無
営業時間/火～金曜9:00～18:00、土曜12:00～21:00、日曜12:00～18:00
定休日/月曜、その他不定休 駐車場/有

HP キッズスペース バリアフリー

居心地の良い空間で
束の間のブレイクタイムを

2024年秋にオープンした古着と珈琲を楽しめるカフェ。かつて喫茶店だった面影を残しながら、しゃれな空間へと改装した店内には、カウンター席をメインにテーブル席もあり、おひとり様や少人数のグループで気軽に利用できます。メニューは珈琲や軽食、スイーツ。一番人気はトマトを使ったオリジナルのカレーで、一杯ずつハンドドリップする珈琲とのペアリングがおすすめです。また、店内の一角では、アパレル業界で長年働いてきた店主の目利きにかなつた古着を販売しています。カフェでのんびりと過ごしたり、お気に入りの一着を見つけたり、思い思いの時間を過ごすことができます。

寄りたけなる珈琲と古着のお店



1

1_どれかひとつをチョイスするのもいいし、迷ったら2種類、3種類のあいがけもオススメ
2_[ラッシー]と[チャイ]などドリンクもcheck 3_店内のあちこちにオーナーさんセレクトの“Culture”が 4_オーナーの地元のとれたて野菜が並ぶことも



Culture & Spice KOPOLI [コポリ]

ようこそ、スパイスカレーの奥深い世界へ

読者サービス
ご飲食の方に
トッピング
サービス

※冊子持参で1冊につき1名様のみ、1回限り。
2026年2月末まで有効

check!



Culture & Spice KOPOLI

徳島県徳島市両国本町1-21 幸栄ビル1F 電話/088-678-2535
営業時間/11:30~14:30(L.O.14:00)、18:00~21:00(L.O.20:30)※月曜はランチタイムのみ 定休日/火曜、第2・4水曜 駐車場/無

HP キッズスペース バリアフリー

心と体に染みわたる
スパイスカレーの魅力

小麦やバターを使わない軽やかな食べ心地と素材のユニークな組み合せが楽しめる自由さ、そしてスパイスの薬効を取り入れられる薬膳的な側面で、大阪を中心に全国的に広がりを見せるスパイスカレー。一年前にオープンしたこちらは、徳島ではまだ珍しいスパイスカレーの専門店です。オーナーの自由なアイデアとアレンジ、そして情熱から生み出されるスパイスカレーは、香りや風味はしっかりと感じながらも辛さは控えめ。昼夜問わず、誰でも食べやすい皿で、オープンから一年経ち幅広い世代にじわじわと人気を集めています。店内にはオーナーのアートワーク活動に関わるレコードやCD、ステッカー、本などがズラリ。カレーもカルチャーもミックスして味わって！



1

1_わさびや醤油も一手間加えたオリジナルです 2_柚子酢の効いた「酒盗」はお酒のアテにぴったり！ 3_鮮度を大切にした鮮やかな魚捌きはまさに職人技！ 4_店内には掘りごたつ席とカウンター席を完備



居魚屋 一釣 [イザカヤ イッショウ]

鰯に目がない地元民も惚れ込む美味しさ！

読者サービス
5,000円(税込)以上ご注文の方に
ハイボール1杯
サービス

※冊子持参で1冊につき1名様のみ、1回限り。
2026年4月末まで有効

check!



居魚屋 一釣

高知県高知市帯屋町1-10-7
電話/088-823-8845 営業時間/17:00~魚が売り切れ次第終了
定休日/不定休 駐車場/無

HP キッズスペース バリアフリー

魚好きなら外せない
土佐の名居酒屋

高知市の中心部にある東洋電化中央公園から、一本入った路地に併む「一釣」は、釣り好きが高じて大阪から高知に移住してきたという店主が営む、魚料理の名店。こちらを訪れたらぜひ食べていただきたい「鰯の刺身」は、本鰯スマ、モンヅマ鰯、葉鰯などから、その時期に美味しいものを、最高の状態で提供しています。皮目に入った上質な脂、鮮やかで艶やかな赤身、むっちりとした食感や溢れる鰯の旨味は、格別の美味しさです！ メニューには、旬の魚を使つた料理や高知のブランド肉を使った料理、土佐の一品料理や地酒などもあるので、酒肴を楽しむ小鉢など夜をお過ごしください。



今回紹介する食材はこれら

新たまねぎ

一般的に3～5月が旬の時期とされていますが、地域によっては1月下旬頃から収穫が始まるところも。

みずみずしい甘さは

春だけのお楽しみ



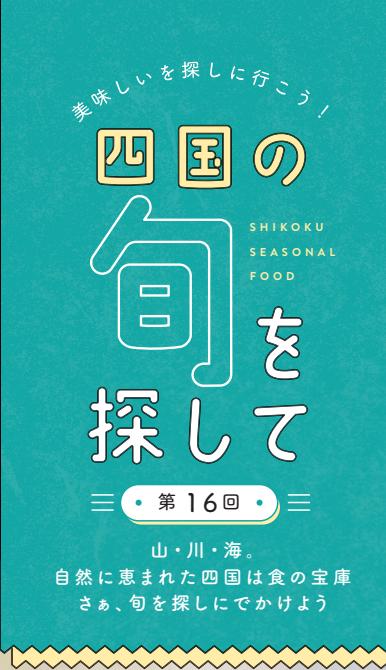
桜の名所・滝宮公園沿いの高台にある道の駅。“うどんといちごの郷”をコンセプトに、セルフうどん店、いちご専門スイーツ店、土産物店、饅専門店、農産物直売所がある。5月までいちご狩り体験ができるいちご農園も併設。



道の駅 滝宮

香川県綾歌郡綾川町滝宮1578 電話/087-876-5018
営業時間/土産物ショップ、農産物直売所、スイーツ専門店
9:00～17:00/セルフうどん店9:00～15:00、日曜9:00～15:30/専門店11:00～15:00、日曜/祝日10:00～15:00
定休日/火曜(農産物直売所を除き、祝日は営業) 駐車場/有

HP X Instagram f キッズスペース バリアフリー



春が近づくと野菜売り場に並び始める「新たまねぎ」。通常のたまねぎとは違い、収穫後に乾燥させることなく出荷されるため、みずみずしく甘みが強いのが特長。辛みも少ないので生食にも向いており、スライスしてサラダにすれば新たなまねぎの美味しさが存分に楽しめます。またこの時期だけ葉付きの新たまねぎも出回ります。葉も柔らかく美味しく食べられるので、味噌汁などで味わってみてください。なお、栄養素に関しては通常のたまねぎと違いはないものの、みずみずしさと食べやすさは新たまねぎならでは。ぜひ春の食卓に取り入れたい食材です。



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!



＼ウィズガスライフ読者限定！／

ノミヨルのご利用が初めての方は、初回登録月の利用料は無料!
さらに、会員登録時に下記紹介コードも入力すれば
最大2か月無料で使えます!

紹介コード[WGL202602] ※コード有効期限:2026年3月末まで



有限会社 齋藤酒造場

徳島県徳島市佐古七番町7-1
創業/1939年

丁寧に仕込んだ阿波の地酒

1_大きなタンクの中に蒸したお米と酵母・麹・徳島の伏流水を入れて、日本酒の仕込みをする
2_最高級の純米大吟醸をはじめ、大吟醸、純米吟醸などがそろう

世界にお酒の魅力を伝えたい
「地域と醸す、楽しいお酒生活」

徳島の街中に蔵を構え、創業の昭和14年以来変わらず伝統の酒造りを受け継いでいる「齋藤酒造場」。蔵の地下を流れる鮎喰川の伏流水を使い、昔ながらの槽搾りで仕込む銘酒「御殿桜(ごてんざくら)」は、フルーティな甘さとすっきりした飲み口で「どんな料理とも相性がいい」と幅広く愛されています。三代目で現社長 智彦さんは、徳島県の先端技術で開発された「LED夢酵母」をいち早く

1_大きなタンクの中に蒸したお米と酵母・麹・徳島の伏流水を入れて、日本酒の仕込みをする
2_最高級の純米大吟醸をはじめ、大吟醸、純米吟醸などがそろう

INFORMATION



四国ガスCHECK 芳醇でいてすっきりと 飲みやすい徳島生まれの清酒

造場の代名詞ともいえる銘酒「御殿桜」。ほの甘く、果実のような香りがぱっと華やかに広がっていく。雑味もなくクリアな飲み心地で、日常に寄り添ってくれるようなお酒。



四国ガス 遠藤 昌孝

齋藤酒造場の代表銘柄「御殿桜」は、清らかな水と厳選した酒米を用い、ガス蒸気ボイラによる安定した蒸し工程と、蔵人の伝統技術によって丁寧に醸されています。

四国ガスCHECK

四国ガス 藏場 雅之

各店舗のプールや浴室の給湯にボイラ、フィットネスエリア等に空調のご採用をいただいております。安定した提供により、利用される方が快適に過ごせる環境づくりをお手伝いしています。



2026年2月からの新サービス!
「フィッタアクトラーン」導入

子ども向け水泳指導にデジタルを活用! 泳ぎを撮影・可視化し、良かった点と課題を動画で確認。即時の振り返りで主体性を高め、子どもの学習力を養成する。

※「エミフルMASAKI店」に導入



四国の
地域を支える企業たち
ちから

健やかな毎日を支える
中四国最大級の
フィットネスクラブ



スポーツクラブ フィッタ
(運営:株式会社フジ・スポーツ&フィットネス)

愛媛県9店舗、広島県7店舗、高知県1店舗
創業(分社化)/2013年



1_スイミングスクールでは水慣れからスタートし、4泳法、個人メドレーを習得。集団行動の中でのルールやマナーなどを養う独自プログラム 2_初心者からヘビーユーザーまで対応した、多種多彩な最新鋭のマシンを設置している

多彩な施設 & 設備で
自分に合ったスタイルが見つかる!

愛媛・広島・高知県内で展開する「フィッタ」は、充実した施設と多彩なプログラムで、幅広い世代の健康づくりを支えるフィットネスクラブ。マシンジムやスタジオ、プールに加え、お風呂とサウナを備え、体力や目的に合わせて無理なく運動を始められる環境が整っています。前身から含め約40年にわたる指導実績を誇るキッズスクールでは、技能や体力の向上はもちろんど、運動や集団行動を通して

心身の成長と自立を育んでいます。他の溶岩石と光を取り入れたHOTスタジオなど、その時の流行を反映したプログラムも魅力の一つ。さらに、いつでも利用できる24時間営業店舗や、手軽に利用できるマシンジム専門店「ジムスタイル」など、生活スタイルに応じて選べる多様な店舗も展開。日常の運動習慣づくりから本格的なトレーニングにまで応える、頼もしいフィットネスクラブです。

SHIKOKU POWER



INFORMATION

多彩な施設 & 設備で
自分に合ったスタイルが見つかる!

愛媛・広島・高知県内で展開する「フィッタ」は、充実した施設と多彩なプログラムで、幅広い世代の健康づくりを支えるフィットネスクラブ。マシンジムやスタジオ、プールに加え、お風呂とサウナを備え、体力や目的に合わせて無理なく運動を始められる環境が整っています。前身から含め約40年にわたる指導実績を誇るキッズスクールでは、技能や体力の向上はもちろんど、運動や集団行動を通して

心身の成長と自立を育んでいます。他の溶岩石と光を取り入れたHOTスタジオなど、その時の流行を反映したプログラムも魅力の一つ。さらに、いつでも利用できる24時間営業店舗や、手軽に利用できるマシンジム専門店「ジムスタイル」など、生活スタイルに応じて選べる多様な店舗も展開。日常の運動習慣づくりから本格的なトレーニングにまで応える、頼もしいフィットネスクラブです。



With Gas Life

第43回

もっと豊かに！

「もっと豊かに！ウイズガスライフ」は、
お客様のお悩みに
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！

今回のお悩みはこちら

高齢の親が一人暮らしをしています。
それともガスコンロにも同じくらい安全な機能がありますか？



四国ガスのお客さまで、
Siセンサー搭載が起因となる

火災0件です！

ガスコンロは
正しく使えば
安全です！



約10年が交換タイミング！

使い方や使用頻度によって寿命には違いがありますが、約10年を過ぎると経年劣化による不具合などのリスクが高まるため、買い替えや点検を検討することをおすすめします！

もっと安心を備えたいなら…

住宅用消火器
キッチンアイ

軽くて使いやすく、
万一の際に初期消火に役立ちます

お酢ベースだから
カラダに安心消火剤！

液体だからお掃除が簡単！

天ぷら油火災に効果抜群！

適応火災：普通火災・天ぷら火災・ストーブ火災・電気火災

有効期間：5年

販売価格：11,000円（税込）

リースの場合：月額275円（税込）/月



住宅用火災・ガス・CO警報器
(電池式タイプ)

万一に備えて24時間チェック。
小さな備えで大きな安心！

火災警報

ガスもれ警報

不完全燃焼警報

有効期間：5年

販売価格：20,900円（税込）

リースの場合：月額385円（税込）/月



Siセンサー搭載
コンロは
安心を
お届けします！

ガスコンロ・警報器・消火器に関するご相談は
ぜひお近くの四国ガスショールームまで
お越しください！

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 谷村さん

ガス料金の調定・管理の統括および毎月のガスマーターの検針業務を運営する部署に所属。

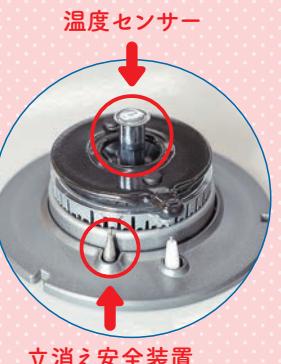
ガスコンロの安全性は、進化しています！

現在販売されているガスコンロは厳しい基準をクリアした、安全性の高いコンロです。お客様の安全を守るために機能が付いており、安心してお使いいただけます！



Siセンサー搭載
が安心を守ります！

2008年10月以降、家庭用のガスコンロには全台へのSi(エスアイ)センサー搭載が義務化されました。Siセンサーは安心を守ってくれる、賢い安全装置です！国が定めた基準、業界内で定めた基準の機能を備えています。鍋底の温度を感じし、心配な油の発火や消し忘れなどを防止します。ガスならではの火力を活かしながら、うっかりを防いでくれる頼もしいコンロです！



立消え安全装置

調理油加熱防止装置	温度センサーが鍋底の温度を見張って、調理油が自然発火する温度になる前に自動消火し、油の発火を防ぎます。
立消え安全装置	煮こぼれや風などで、万一火が消えても自動でガスを止めます。
コンロ消し忘れ消火機能	うっかり火を消し忘れても、約2時間で自動消火します。
グリル消し忘れ消火機能	『グリル消し忘れ消火機能』により火を消し忘れてもおよそ15分で自動消火します。グリルの中の温度が異常に上がった場合も、安全のために自動消火します。
早切れ防止機能	鍋底が約250°Cになると自動で火力を調整して温度をキープします。

その他にも、メーカー・機種によっては、様々な機能が搭載されています！

震感停止機能 焦げ付き消火機能 鍋なし検知機能 グリル過熱防止機能など

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!



ガスコンロ 毎日のお手入れ方法

~5分でキレイをキープ!~

ガスコンロは、毎日少しだけお手入れをすることで、キレイを保つことができます。
汚れがついたままコンロを使うと、こびり付いて取れにくくなることも。
毎日5分ができる「簡単なお手入れ」をご紹介します!



お手入れ前の注意点

- 機器が冷めていることを確認する
- ガス栓を閉める
- 電源を切る(乾電池を抜く)
- 点火ロックをする
- ゴム手袋をする



※ガス栓は使用機器によって場所が異なります

【お手入れの道具】



【使用NG!】

- 金属たわし / ナイロンたわし / 可燃性スプレー / アルコール / クレンザー / 酸性・アルカリ性洗剤



- ①5徳を外す
- ②洗剤を含ませた布で汚れを拭く
- ③乾いた布で洗剤や水気を拭き取る



- ①洗剤を含ませた布で汚れを拭く
- ②乾いた布で洗剤や水気を拭き取る
- ③火が付きづらいとき→歯ブラシで汚れを取り除く



- ①片手を添えて、水を含ませて絞った布で頭部と側面の汚れを拭きとる



- ①水を含ませて絞った布で汚れや水滴を拭きとる



- ①お手入れ棒の先に水を含ませて軽く絞る
- ②お手入れ棒で汚れの部分を軽くこする



- ①洗剤を含ませた布で汚れを拭きとる
- ②乾いた布で洗剤や水気を拭き取る
- ③お手入れ棒を使えば簡単!

読者の声、集めました

みんなの掲示板



ガスの火がつなぐ家族時間
香川県高松市ハムスターさん



新米の季節
香川県丸亀市ぼんちゃんさん



姪っ子の料理
愛媛県今治市白豚アイスさん



ガスオーブンから幸せな匂い
愛媛県松山市みこさん

遅咲きながら

ベランダで育てた野菜でお弁当を作っています。今年はカラフルなパプリカにチャレンジしましたが、夏の酷暑のせいか葉ばかり生い茂り、花が咲かなかったり、花首から落ちたりと、ただの観葉植物となっていました。諦めかけていた9月下旬、小さな実がチラホラ。11月中旬、ようやく食べれるまでに育ちました。来年は、葉かきをして、サイズアップを目標にしたいです。

Q.ガスの良さを感じる瞬間は?
お湯ぎれにならないところ。いつでもお湯がすぐできるので、安心してお風呂に入れます。

香川県高松市うのこさん

ガポタで恩送り

嬉しかったことは、ガポタのチラシを机に、ポイントを見ると沢山貯まっていたことです。ちょっとの間開けていなかったので、ミステリーボックスみたいな形でした。ポイントを利用してかみとくの湯のチケットを2枚頼みました。両親に温泉を楽しんでもらいたいと思ってます！

Q.ガスの良さを感じる瞬間は?
寒くなってきたので鍋をよく作りますが、火力にとても助かってます。

徳島県徳島市たきびさん

最近嬉しかったこと、日常のちいさな幸せを教えてください

※写真はイメージです

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

12ℓボトル
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。

必要なときに、必要な分だけ！

※賞味期限内のサイクルでご注文ください。

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 分プレゼント！

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】**0120-32-4813**
受付時間: 平日9時~17時

四国ガス産業 検索

"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 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 ピボット

検索



ガ・ス・生・活・館
PI POT
(ピボット)

〒790-0814
松山市味噌町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(4月) 【メニュー】天津飯・油淋鶏・他 西尾 正 中華旬彩 西尾 オーナー	4/13(月) 10:20~13:00	2,800円 12名	3/12(木)
中華料理(6月) 【メニュー】八宝菜・鶏のカシューなツツ炒め・他 西尾 正 中華旬彩 西尾 オーナー	6/15(月) 10:20~13:00	2,800円 12名	5/14(木)
韓国料理(4月) 【メニュー】チャプチェ・ボッサム・小さなキムチチゲ 朴 美樹 マイキムチ&コリアンデリ ハンアリ	4/28(火) 10:20~13:30	2,800円 12名	3/12(木)
韓国料理(6月) 【メニュー】えごまマックス・えごまの煎・ミニトマトのキムチ・他 朴 美樹 マイキムチ&コリアンデリ ハンアリ	6/30(火) 10:20~13:30	2,800円 12名	5/14(木)
イタリア料理 【メニュー】アクアパッツァ・カブレーゼ・デザート ※魚のさばき方のデモあり 久保 直史 トラットリア・ヴィオラ オーナーシェフ	5/11(月) 10:20~12:30	3,200円 12名	4/9(木)
野菜ソムリエの時短料理 【メニュー】新じゃがで肉じゃが・アスパラごむむすび・デザート やの くにこ 野菜ソムリエ上級プロ	5/22(金) 10:20~13:00	3,000円 12名	

教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
パン教室(日曜) 【メニュー】さくらんぼ…レーズン食パン 鳥谷 奈々絵 ジャパンホームベーキングスクール講師	4/19(日) 10:20~13:30	2,600円 8名	3/12(木)
パン教室(土曜) 【メニュー】リストランティオカチャ・ジャイもとソナのパン 鳥谷 奈々絵 ジャパンホームベーキングスクール講師	6/20(土) 10:20~13:30	2,600円 8名	5/14(木)
コーヒーセミナー ～美味しいアイスコーヒーの淹れ方～ 【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	6/19(金) 10:20~12:30	2,000円 12名	
フラワーレッスン～母の日リース～ 土居 有紀美 花勝(HANAKATSU)	4/24(金) 10:20~12:30	3,000円 12名	3/12(木)

●材料の高騰や諸経費の値上がりにより、2026年1月よりピボット松山の教室料金を値上げさせていただきました。●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あります。またお申込み人数が一定数に満たない時は開講しない場合があります。●複数の教室を申し込みの場合はお1人様5教室までお願いいたします。●キャンセルはできるだけ避けただけますようお願いいたします。●安全管理上お子様連れでの参加はできません。●各講座へのお申し込みは一部講座(親子教室・小学生対象教室)を除き満16歳以上の方とさせていただいております。

ガス生活館 ピボット今治

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 ピボット

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・定員	締め切り
おうちで簡単♪ スパイスカレー教室 原田 佳代 咖喱屋cafeエボック オーナー	①4/14(火) ②5/12(火) ③6/9(火) 10:15~13:00	7,200円 ／3回 9名	3/15(日)
グリルde簡単ランチボックス 【メニュー】ガーリック弁当 ピボットスタッフ	4/11(土) 10:15~12:00	700円 4名	3/15(日)
weekend caféの 菜園風キッシュ 河上 潤子 烧菓子工房 quatre-quarts オーナー	4/21(火) 10:15~13:00	4,400円 6名	
NEW 古布裂織ワークショップ ～ティーマット編～ 武田 里美 古布裂織 mow	5/16(土) 13:00~16:00	3,500円 5名	4/12(日)
バスケットズケーキ 亀尾 映里奈 ジャパンホームベーキングスクール講師	5/18(月) 10:15~13:00	4,800円 6名	
食パン(機械ごね) 竹ノ内 妙 ジャパンホームベーキングスクール講師	6/12(金) 10:15~13:00	2,800円 8名	5/17(日)

教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
アイスコーヒー 白石 丈二 暫茶アボニー店主	6/16(火) 10:15~ 11:30	1,800円 6名	5/17(日)
中国料理教室 曾我部 芳史 今治國際ホテル 中華料理 麻宮 料理長	6/22(月) 10:15~ 13:00	2,400円 9名	
もちもち米粉のおとうふ肉まん 安部 つきこ 米粉のパンとおやつ教室 りあん	4/12(日) 10:15~ 12:30	1,500円／組 4組8名(保護者1名、 3~6歳の未就学児1名)	3/15(日)
お母さんの顔のパンをつくろう 竹ノ内 妙 ジャパンホームベーキングスクール講師	5/10(日) 10:15~ 12:30	1,300円／組 6組12名(保護者1名、 3~12歳の子ども1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。●材料の高騰や諸経費の値上がりにより、2026年4月よりピボット今治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。



ABC Cooking Studio

supported by
四国ガスグループ

1・2月限定! ガス1dayレッスン開催

ガス火で味わう! 冬の本格韓国料理

- カムジャタン～韓国風肉じゃが～
- 万能だれでいただくチーズチヂミ
- 焼きパプリカのナムル
- チョンドゥクッキー

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(土日18:00迄)

ご予約はお電話で受付中!

050-1754-4785

四国ガス

“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

PIPO

生徒
募集中！

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郵送でご連絡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
春色ごはんで春を味わうおもてなし 淡矢 智子 料理研究家	4/10(金) 10:30～13:15	2,500円 12名	
香川の食材で家庭料理・中華 十河 紗子 わかばクッキング教室主宰	4/14(火) 10:30～13:15	2,500円 12名	
4月 おうちで簡単イタリアン 中野 誠司 La Salute主宰	4/16(木) 10:30～13:15	3,000円 12名	3/20 (金・祝)
山中仁のちょっとおしゃれに春のごちそう 山中 仁 ジュヌヴィエーヴ料理教室代表	4/21(火) 10:30～13:15	2,500円 12名	
春のデニッシュごちそうパン 福本 かよ kayo/パン主宰	4/24(金) 10:30～13:15	2,500円 12名	
新緑を感じる懐石弁当 淡矢 智子 料理研究家	5/8(金) 10:30～13:15	2,500円 12名	
5月 おうちで簡単本格西洋料理 ～瀬戸内魚介のブイヤベース～ 東川 卓美 ことひら果桜軒オーナーシェフ ※ピポット丸亀(5/26開催)と同じメニューです	5/12(火) 10:30～13:15	2,500円 12名	4/20(月)
ティータイムを楽しむチーズパウンドケーキ IKUNO ルタンド・イクノ主宰	5/14(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
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	5/21(木) 10:30～13:15	2,500円 12名	
5月 イングリッシュマフィン・ワンプレートランチ～ 福本 かよ kayo/パン主宰	5/22(金) 10:30～13:15	2,500円 12名	4/20(月)
初夏のおとな和食ランチ 山上 美妃子 ジュヌヴィエーヴ料理教室主宰	5/23(土) 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	6/5(金) 10:30～13:15	1,000円 6名	
香川の食材で家庭料理・洋食 十河 紗子 わかばクッキング教室主宰	6/9(火) 10:30～13:15	2,500円 12名	
6月 山中仁の楽しく韓国料理 山中 仁 ジュヌヴィエーヴ料理教室代表	6/16(火) 10:30～13:15	2,500円 12名	5/19(火)
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	6/18(木) 10:30～13:15	2,500円 12名	
今年こそ！暑さに備える韓やか菜膳 上田 登代 美健庵主宰	6/25(木) 10:30～13:15	2,500円 12名	
親子教室 山上 美妃子 ジュヌヴィエーヴ料理教室主宰	6/27(土) 10:30～13:15	3,000円 6組(小学生1名)	5/19(火)

●受講に際しての注意点及びメニューは、お電話にてお問い合わせください。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。●「おうちで簡単本格西洋料理」はピポット丸亀(5/26開催)と同じメニューとなります。

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 ピボット

〒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	[4月]shino スイーツレッスン ～母の日マドレーヌBOX～	篠原 なつき sweets school shino	4/21(火)10:30～13:15	3,000円/回・6名
親子教室	[5月]コンロdeおまかせクッキング ～栄養満点!簡単新生活レシピ～	ピポットスタッフ	5/16(土)10:30～12:30	800円/回・6名
	[5月]おうちで簡単本格西洋料理教室 ～瀬戸内魚介のブイヤベース～ ※ピポット高松(5/12開催)と同じメニューです	東川 卓美 ことひら果桜軒 オーナーシェフ	5/26(火)10:30～13:15	2,500円/回・8名
	[6月]スペイスキッキンjaadoo ～旬の野菜のチキンカレー～	佐々木 歩 スペイスカレー jaadoo(ジャドゥ)	6/8(月)10:30～13:15	2,500円/回・8名
	[4月]親子パン教室 tsumugi ～うさぎのイースターパン～	あかし まい パン教室&手形アート tsumugi	4/25(土)10:30～13:15	2,500円/回・6組
	[6月]親子パン教室 tsumugi ～かたつむり&かえるのパン～	あかし まい パン教室&手形アート tsumugi	6/13(土)10:30～13:15	2,500円/回・6組
	[6月]親子料理教室 ～ミニキッシュ&あじさいゼリー～	安藤 真朱美 まるがめ子ども料理教室 主宰	6/27(土)10:30～13:15	2,500円/回・6組

●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。●「親子料理教室」の対象年齢は3歳～小学生以下の子供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子供様と保護者の方です。(お子様は2名まで参加可能です)●「おうちで簡単本格西洋料理教室」はピポット高松(5/12開催)と同じメニューとなります。



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

1・2月限定！ ガス1dayレッスン開催

ガス火で味わう！冬の本格韓国料理

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

四国ガス

"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
Pi-Pot
{ピポット}



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。

四国ガス ピボット



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
シェフ直伝のイタリア料理 たっぷりトマトのサラダ、アサリと春野菜のリゾット、鶏モモ肉のインボルティーニ 西森 徹 イタリア料理 ラ・ヴィータ	4月13日(月) 10:30~13:30	2,600円・12名	3月23日(月)
からだに優しい自然派ごはん りんご酢作り&アレンジメニュー 中村 慎治 お弁当店【らんちばっくす】店主	4月25日(土) 10:30~13:00	2,300円・12名	4月4日(土)
予防医学のデイリーcooking ~旬を楽しむデトックス＆アンチエイジング~ アサリと春野菜のガーリックトマトスパゲティ、たっぷりきのこのデトックスマリネ、グリルでナツツブラウニー 兵頭 美貴 ピボット高知スタッフ 管理栄養士	4月28日(火) 10:30~13:30	1,600円・12名	4月7日(火)
春のゆらぎにセルフお灸 自律神経の乱れを整える 堀 今日子 鍼灸師・セルフケアもぐもぐ	5月10日(日) 10:30~12:00	1,300円・6名 (女性限定)	4月19日(日)
たっぷり野菜のピザ教室 しらすと春野菜のピザ、季節のスムージー 畠山 立子 畠山ガーデン 野菜ソムリエ	5月12日(火) 10:30~13:30	2,600円・8名	4月21日(火)
土佐の田舎寿司教室 田舎寿司、小松菜と揚げのお浸し、浅利の味噌汁 大下 正治 一般社団法人 高知県調理師連合会 会長	5月19日(火) 10:30~13:30	2,600円・12名	4月28日(火)
カラダ満足♪ ヴィーガン料理 ヴィーガンカツバーガー、おからナゲット、いちごシェイク 渡邊 孝博 レンタルイベントスペース&キッチン Sea-Dオーナー ハッピーの種まきプロジェクト	5月22日(金) 10:30~13:30	2,600円・12名	5月1日(金)
おうちで作れる本格スイーツ 生チョコクリーサンド、濃厚ブラウニー 清水 明延 学校法人龍馬学園 製菓・製パン学科長	5月24日(日) 10:30~13:30	3,000円・8名	5月3日(日・祝)
手びねり陶芸教室 森田 浩路 もりたうつわ製作所	5月31日(日) 10:30~12:00	1,800円・12名	5月10日(日)
家庭でつくる絶品中華 本格麻婆豆腐、皮まで手作り アツアツ小籠包、ふわふわ卵スープ 岩村 聖彦 ザ クラウンパレス新阪急高知 マンダリンコート 料理長	6月8日(月) 10:30~13:30	2,600円・12名	5月18日(月)
手ごねパン教室 塩パン、ショコラロール 清水 明延 学校法人龍馬学園 製菓・製パン学科長	6月14日(日) 10:30~13:30	2,600円・8名	5月24日(日)
おうちで作るお洒落フレンチ 四十万鶏のファルシ、メリメロサラダ 齋藤 健太 レストラン C.L.GARDEN 料理長	6月19日(金) 10:30~13:30	2,600円・12名	5月29日(金)
スペイスたっぷり ネパールカレー ビリヤニ、ラッシー 青木 陽一 ヒマラヤンオーガニック 代表	6月23日(火) 10:30~13:00	2,300円・12名	6月2日(火)
初夏のリース作り 井関 京子 flowershop 花いちご 所属	6月27日(土) 10:30~12:30	3,000円・10名	6月6日(土)
こだわりのコーヒー教室 ~飲み比べと淹れ方レッスン~ 山崎 将司 自家焙煎珈琲 ポルタ	7月6日(月) 10:30~12:30	1,300円・8名	6月15日(月)

1回コース

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お客さまに限り配付しております。

●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・ぶりがな・生年月日・性別]を併せてご記入ください。

FAX番号 088-855-7756 ピボットURL <https://www.with-shikokugas.jp/pipot/>

メールアドレス pipot-kochi@shikoku-gas.co.jp

四国ガス

"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
PIPOOT
{ピポット}

ガス生活館 ピポット徳島

〒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 ピボット

検索



	教室名・講師	受講日・時間	受講料・定員	締め切り
1回限定コース	愛らしい苺のブーケ 楠本 智美 kurikuriお菓子の会	4/10(金) 10:30~13:15	3,500円・8名	
	洋食講座 【メニュー】サーモンのタルタル、ニース風サラダ、牛肩ロースのローズマリー風味 ドフィノアグラタン添え 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	4/16(木) 10:30~13:15	2,800円・8名	3/25(水)
	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 株式会社ときわ 名誉総料理長	4/28(火) 10:30~13:15	2,800円・8名	
	四川中華 【メニュー】中華おこわ、白身魚の中華あんかけ、スープ 長尾 貴史 徳島穴吹カレッジ特別講師	5/18(月) 10:30~13:15	2,800円・8名	4/26(日)
	うちごはん 【メニュー】ナスのかば焼き丼、ニラとキムチのチヂミ、他3品 三好 貴子 野菜ソムリエ上級プロ	5/29(金) 10:30~13:15	2,500円・8名	5/14(木)
	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	6/5(金) 10:30~13:15	2,500円・8名	
	～大塚製薬株協賛～手軽にたんぱく美BODYごはん 【メニュー】豚肉のマスタード煮、ジャーマンパンプキン 他3品 佐藤 香代子 とくしま食育推進研究会 管理栄養士	6/11(木) 10:30~13:15	2,500円・8名	5/21(木)
	日本料理講座 【メニュー】握り寿司(玉子・海老・マグロ)、スズキの若狭焼、鯛とウドのお吸い物 井内 昭次 ホテルサンシャイン徳島 和食料理長	6/23(火) 10:30~13:15	2,800円・8名	

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付しております。

●ご応募多数の場合は抽選とさせていただきます。締切り後10日以内に当選の方にのみ封書にてお知らせいたします。 ●やむを得ない事情により、教室の開催日の変更や中止をする場合がございます。 ●【メニュー】の詳細はHPに記載しております。なお変更になる場合も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

1・2月限定! ガス1dayレッスン開催

ガス火で味わう! 冬の本格韓国料理

- カムジャタンへ韓国風肉じゃがへ
- 万能だれでいただくチーズチヂミ
- 焼きバブリカのナムル
- チヨンドゥククッキー

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

四国ガス