

明日の暮らしを豊かにする情報誌 [エネトピアン]

enetopian

2020

6

June



[特集]

エネトピアとは

エネトピアが目指すこと

地域の人のために生きる

私たちは“自分たちが使うエネルギーは自分たちで創る”という理想の社会を目指した100年前の鳥取市民たちから誕生しました。私たちのサービスは、時代のニーズをとらえて常に変化していきます。けれど、地域を想い、地域の人たちのために生きることは、これから先もずっと変わりません。

エネルギーを元気に変える

私たちの仕事は、人々のところにエネルギーを満たして元気にしていくこと。ガスや電気などのエネルギーを提供することだけではありません。地域にエネルギーを巡らせ、経済や社会活動を活発にするところまで担っていきます。

持続可能な未来を創る

エネルギーを扱う会社として、限りある資源を循環させるしくみを創り、人と地球の豊かさが続く持続可能な未来を創っていきます。簡単ではないし、時間がかかるけれど、子どもたちがいつまでも笑顔でいられるために、未来を見つめたサービスを考えて、実現していきます。

エネトピアのサービス

おトクなぶんだけ、くらしを豊かに。

エネトピアでは、都市ガス・LPGガスといったガス体エネルギーを始め、電力・通信といった多様なエネルギーソリューションの提案をお届けいたします。また、お客さまや社会のニーズに応えるべく、会員サービスなどの付加価値サービスの拡充を図り、お客さまが安全に安心してエネルギーをご利用いただくための積極的な情報発信や、より良い商品・サービスの提供に努めていきます。

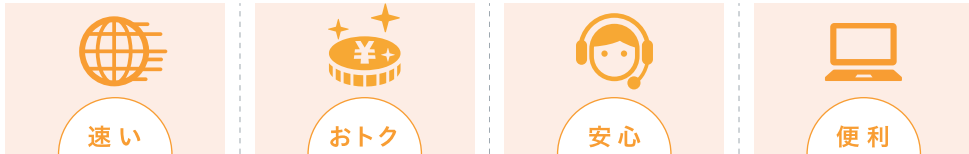
選べるプランでおトクな電気サービス enetopia でんき		ガスとセットでおトクな高速インターネット enetopia ひかり	
いつもの水に、安心とおいしさを。 Aqua Clara		エネトピアのサービス利用でポイントが貯まる enetopia 会員サービス	



私たちの仕事は、ガスや電気などの
エネルギーを提供することだけではありません。
エネルギーを扱う会社として、
限りある資源を循環させるしくみを創り、
人と地球の豊かさが続く持続可能な未来を創っていきます。
今後もお客さまの暮らしに無くてはならない
企業グループであることを目指して、
たゆまぬ挑戦を続けてまいります。



4つの特長



速い
エネトピアひかりなら、通信速度が最大1Gbps! (※1)動画もショッピングも思う存分楽しめます。

おトク
「エネトピアひかり」と「エネトピアガス」をセットでご利用いただくと、エネトピアひかりのご利用料金がおトクに!

安心
専門スタッフがお客様の自宅にお伺いして、接続設定を行うサービスなど、サポートも充実!

便利
ガス料金と同一口座でお支払いなら、お支払いに関するお手続きは不要! (※2)

※1 本サービスはベストエフォート型サービスです。記載の速度は技術規格上の最大値であり、実使用速度を示すものではありません。お客様のご利用環境、回線の状況などにより大幅に低下する場合があります。※2 現在の「ガスサービス」の支払方法によっては、お手続きが必要な場合がございます。

プロバイダ料込みの月額料金

エネトピアひかりの月額利用料金は、プロバイダサービス利用料込の金額なので、契約も支払いもシンプルでおトク!

エネトピアひかりの割引サービスについて

エネ割 ガスサービスをご契約のお客様はおトク **+** **2年割** 2年契約でおトク **=** **W割** エネ割 + 2年割ダブル加入でさらにおトク

一戸建てにお住まいの方	集合住宅にお住まいの方
<p>【標準料金】月額7,150円(税込)</p> <p>「エネ割」と「2年割」に同時加入いただくと</p> <p>W割</p> <p>月額 5,478円(税込)</p> <p>光ファイバーサービス利用料 + プロバイダサービス利用料</p>	<p>【標準料金】月額5,280円(税込)</p> <p>「エネ割」と「2年割」に同時加入いただくと</p> <p>W割</p> <p>月額 4,378円(税込)</p> <p>光ファイバーサービス利用料 + プロバイダサービス利用料</p>

エネトピアひかりおトクなキャンペーン実施中!

工事費 **¥0**
新規工事費・事務手数料無料キャンペーン

エネトピアひかり対象プランに新規でお申込みいただいたお客様の工事費を値引きいたします。

※NTT西日本が提供するフレッツ光をご利用の方は対象外です。本キャンペーンはご利用開始月を1カ月目として24カ月の末日までにエネトピアひかりを解約された場合、割引対象となった開通工事費をお支払いいただきます。

5,000 エネトピアポイントプレゼント!
インターネットプロバイダのりかえ特典

インターネットプロバイダをのりかえの方に、5,000 エネトピアポイントまたは、3,000円をキャッシュバックいたします。

※特典の申請には毎月お客様にお送りいたします「ご請求確定のお知らせ」メールに記載されている「お客様番号」が必要です。エネトピアポイントは「電子マネーWAONポイント」「WALLET ポイント」「dポイント」「楽天ポイント」に交換することができます。

3カ月 **¥0**
エネトピアひかりあんしんキャンペーン

エネトピアひかり遠隔サポート+エネトピアひかりマルチセキュリティサービス同時申込で、最大3カ月オプション料金無料。

※オプションサービスのご利用には、エネトピアひかり(エネトピアひかりアクセスサービス)の契約が必要です。エネトピアひかりを解約した場合、オプションサービスも自動的に解約されます。

enetopia
ひかり

ガスとセットで
おトクな
高速インターネット



今やインターネットがあれば、なんでもできてしまう世の中。ほとんどのご家庭が、ご自宅でインターネット回線をつなげていると思います。しかし、今契約しているインターネットに対し、様々な不満・疑問を持つ方も多いのではないのでしょうか。また、引越しいや転職などで新しい生活が始まる方は、なるべくおトクにインターネットを使いたい、いろいろ調べている最中だと思いませんか。

そこで、今回ご紹介するのが、エネトピアのインターネットサービス『エネトピアひかり』。目玉はなんといっても、『エネトピアのガスサービス』をご利用のお客様は、利用料金がおトクになる*です! 集合住宅にお住まいの方なら月額4,378円(税込)。さらに、利用料をガス料金と同一口座でお支払いいただくと、煩わしい支払いに関する手続きが省けてとても便利。今ならおトクなキャンペーンを実施しています。この機会に、インターネット環境を見直してみませんか?

[今月の料理教室情報]

こどもの台所『いただきます』から『ごちそうさま』



お豆を食べよう!

6月13日(土) 10:00-13:00

お米を炊くこと、お魚を焼くことにチャレンジ! 美味しく焼けたお魚に添えるのは、色も綺麗な空豆マッシュ。匂の味をいただきます!

※全てキッズのみで作りますが、小さいお子さまは大人の方のサポートをお願いします。

menu 豆ご飯 / お魚のソテー
空豆マッシュ

講師 上級食育アドバイザー よしみ

参加費 2,500円 **定員** 8名

対象 年中、年長、小学1年生

持ち物 エプロン、ハンカチ
タッパー(食べきれない場合)

申込み締切日 6月9日(火)

●5月26日(火)よりお申込み開始。



匂の味をいただきます

6月14日(日) 10:00-13:00

しっかりジューシーなチキンソテーが焼けるかな? 空豆やパプリカでカラフル綺麗なワンプレートご飯作りにチャレンジ!

menu チキンのソテー・空豆マッシュ添え
豆ご飯 / パプリカサラダ

講師 上級食育アドバイザー よしみ

参加費 2,800円 **定員** 8名

対象 小学2年生~6年生

持ち物 エプロン、ハンカチ
タッパー(食べきれない場合)

申込み締切日 6月9日(火)

●5月26日(火)よりお申込み開始。

わがやのげんきごはん



食卓に麺を取り入れよう!!

6月17日(水) 10:00-13:00

冷蔵庫に甘酒や塩麹は眠っていませんか? 使わないのは勿体無い! 調味料としてお料理にどんどん活用してみましょう。暑さもスパイスの力をかりてはねのけちゃいましょう。

menu 甘酒カレー / 塩麹ミネストローネ
甘酒チリソース・生春巻き など

講師 Piatto kitchen まえたよしえ

参加費 3,500円 **定員** 6~8名

対象 一般

持ち物 エプロン、筆記用具、
小タッパー

申込み締切日 6月12日(金)

おうちおやつ~今日は何か?~



ベリーたっぷり米粉クラフティ

6月12日(金) 10:00-13:00

小麦粉の代わりにグマにならなくて扱いやすい米粉を使って作ります。ベリーのおいしい季節。たっぷり入れて作りましょう。

講師 上級食育アドバイザー よしみ

参加費 4,000円 **定員** 8名 **申込み締切日** 6月6日(土)

持ち物 エプロン、筆記用具、持ち帰り袋 **対象** 一般

お申し込みは先着順となります。
●各料理教室は予告なく変更になる場合があります。●お申込みは、1組3さままでとさせていただきます。●ホームページからお申込みできます。●2日前~当日のキャンセルにはキャンセル料が発生します。

ひとりパン



キャトルシュクレ

6月26日(金)、27日(土)、28日(日)

10:00-13:00
細み込みパンを作ります。生地は甘くてふわふわでトッピングのくるみバターとよく合います。

講師 石田優花 **参加費** 2,500円

定員 8名 **対象** 15歳以上 **持ち物** エプロン

申込み締切日 6月20日(土) ●6月2日(火)よりお申込み開始。

今月のレシピ 【料理:まえたよしえ】

大葉香る
新ジャガイモの
和風ガレット



材料(2人分)

- 新ジャガイモ(メークイン) 2個
- 人参 1/3本
- 大葉 4枚
- とろけるチーズ 50g
- 米粉 大きじ1
- 塩 ひとつまみ
- こしょう 適量
- 柚子胡椒 小さじ1/2
- 油 適量

【サラダ】

- ルッコラ・リーフレタス
- トマト・スナップエンドウ
- シーチキン 適量

【柚子胡椒ドレッシング】

- マヨネーズ 大きじ1
- 柚子胡椒 小さじ1/4
- 白ワインビネガー(酢) 大きじ1

つくり方

- 1 新ジャガイモ・人参をスライスし千切りに、大葉はみじん切りする。
- 2 ポウルに①を入れ、塩こしょう・柚子胡椒・米粉を入れ、全体をよく混ぜ合わせる。
- 3 フライパンに油を熱し、②の生地を広げフライ返しで押しながら中火で焼き、タイマーを5分に設定。焼き色がついたらひっくり返し両面がカリリとなるように焼く。とろけるチーズをまんべんなくのせ、蓋をしてチーズがトロっとしたら火を止める。
- 4 マヨネーズ、柚子胡椒、白ワインビネガーを混ぜ合わせドレッシングを作る。お好みで量を加減してください。
- 5 ③の上に野菜を盛り付け、ドレッシングをかけて召し上がれ。

[今月のイベント情報]



色柄模様は多彩で可憐
~希少品種~うちょうらん展示会

展示
販売

6月20日(土)-21日(日) 10:00-17:00(最終日16:00まで)

個性あふれる「うちょうらん」の数々をご鑑賞ください。
即売品も多数準備しています。
お気に入りの花の球根を育てて、来年、同じ花を咲かせてみませんか。

出展者 鳥取うちょうらん同好会

場所 イベントホール

[STEP 教室]

ガーデニング教室



苔テラリウム

6月16日(火) 10:00-11:00

ガラスの器に苔を植え付け、お部屋で楽しんでみませんか? 動物のフィギュアやフェイクの観葉も一緒に飾ります。

※写真はイメージです。

講師 クラインガルテン 坂本節子氏

持ち物 なし **参加費** 2,500円(材料費込)

定員 10名(要予約) **申込み締切日** 6月6日(土)

つまみ細工 季節の花々



つまみ細工の朝顔

6月20日(土) 10:00-12:00

つまみ細工の技法で朝顔を表現します。(材料はご用意した物の中から選んでいただきます。)

講師 つまみ細工 雑 西尾美絵氏

持ち物 布が切れるハサミ **参加費** 2,000円(材料費込)

定員 10名(要予約) **申込み締切日** 6月13日(土)

[エネトピアプラザ 休館日変更のお知らせ]

6月1日より休館日が変更となります。

旧休館日:月曜日 → 新休館日:日曜日・月曜日

※ただし、日曜日は、掲載のイベント及び、語学教室は、開催いたします。(ガス料金のお支払いやガス機器のご購入などの、受付・窓口業務は行いません。)

	日曜日	月曜日
受付・窓口業務	×	×
イベント・語学教室	○	×

新型コロナウイルスの影響に伴うイベント等の中止について

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、今後の状況により、イベント・料理教室を中止する場合がございます。

大葉香る新ジャガイモの和風ガレット



材料(2人分)

新ジャガイモ (メークイン) …… 2個	油…………… 適量
人参…………… 1/3本	【サラダ】
大葉…………… 4枚	ルッコラ・リーフレタス
とろけるチーズ …… 50g	トマト・スナップエンドウ
米粉…………… 大さじ1	シーチキン…………… 適量
塩…………… ひとつまみ	【柚子胡椒ドレッシング】
こしょう…………… 適量	マヨネーズ…………… 大さじ1
柚子胡椒 …… 小さじ1/2	柚子胡椒…………… 小さじ1/4
	白ワインビネガー(酢)… 大さじ1

つくり方

- 1 新ジャガイモ・人参をスライスし千切りに、大葉はみじん切りする。
- 2 ボウルに1を入れ、塩こしょう・柚子胡椒・米粉を入れ、全体をよく混ぜ合わせる。
- 3 フライパンに油を熱し2の生地を広げフライ返しで押しながら中火で焼き、タイマーを5分に設定。焼き色がついたらひっくり返し両面がカリッとなるように焼く。とろけるチーズをまんべんなくのせ、蓋をしてチーズがトロットしたら火を止める。
- 4 マヨネーズ、柚子胡椒、白ワインビネガーを混ぜ合わせドレッシングを作る。お好みで量を加減してください。
- 5 3の上に野菜を盛り付け、ドレッシングをかけて召し上がれ。



新じゃがいも

一般的に、春先から夏場にかけてスーパーに登場する新じゃがいも。実は、地方によって旬の季節が異なり、九州では3〜6月、本州では5月〜8月、北海道では7〜11月あたりに収穫されたじゃがいものことを、新じゃがいもと呼ぶのだそう。

じゃがいもってどう違うの？

通常のじゃがいもは完熟してから収穫され、ホクホクした触感が特徴。比べて、新じゃがいもは、完熟前の葉と茎が若い段階で収穫されます。通常のじゃがいもと比べて、皮が薄く、水分が多くて軟らかく、香り高いのが特徴です。食感は通常のじゃがいもに比べると、ねっとりしています。

栄養素は

新じゃがいもに軍配が

じゃがいもの主成分はデンプン。エネルギー源となる重要な栄養素です。さらに、新じゃがいもは、通常のじゃがいもに比べ、ビタミンCが豊富に含まれているといわれています。ビタミンCは加熱調理するとその栄養価が失われてしまいがちですが、じゃがいもはデンプンに守られているため、加熱調理してもビタミンCが失われにくいという嬉しい特徴があります。ほかにも、ビタミンB1、カリウム、ナイアシンなどが含まれています。

光が大敵

新じゃがいもは水分を多く含んでいるため、あまり保存に向いていません。買ってから1週間を目安に食べきたいですね。保存の際は、新聞紙などで包んで、風通しの良い冷暗所で保存してください。低温に弱いので、冷蔵庫はNGです。また、食感が変わってしまうので、冷凍保存には向いていません。



天然水よりおいしく、
浄水器より安心を
お届けするアクアクララ



アクアクララ山陰
**スタート
キャンペーン**

今ならお申込みで
2,000 エネトピア
ポイント
プレゼント!

はじめよう、アクアクララのある暮らし。

初回
限定

今すぐお得に始めよう! **はじめてセット** ※2



12ℓ入り
ボトル
3本で
1,200円 ※3

+



設置月の
あんしん
サポート料
無料! ※4

さらに! **2,000** エネトピアポイント **プレゼント!** ※1

まずは試したい!
無料お試しセット
1週間無料でお試し!



12ℓ入りボトル1本 あんしんサポート料

さらに! **1,000** エネトピアポイント **プレゼント!** ※1

※1 2021年3月31日までに申込みいただいたお客さまが対象です。※2 6カ月未満に退会の場合は、退会手数料が発生します。※3 アクアクララウォーターレギュラーボトル:1,200円+消費税(宅配料込)。※4 あんしんサポート料:月額1,000円+消費税 ※5 ご利用いただくウォーターサーバーはアクアスリムとなります。※6 お試し期間終了後に「はじめてセット」をご利用いただくことはできません。
●エネトピアポイントは「電子マネーWAONポイント」「WALLETポイント」「dポイント」「楽天ポイント」に交換できます。

アクアクララグループ
アクアクララ山陰
鳥取ガス株式会社 / 鳥取ガス産業株式会社
〒680-0932 鳥取県五反田町6番地

お電話によるお問い合わせ

0120-40-8833 平日・休日問わず
10:00~19:00

※電話番号をよくお確かめのうえ、おかけいただきますようお願いいたします。

インターネットによるお問い合わせ

<http://sanin.aquaclara-web.jp>

アクアクララ山陰 検索

