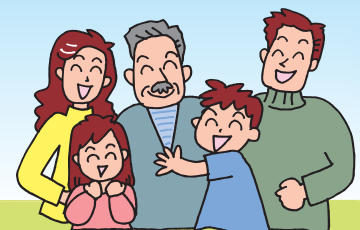




リフォーム案内人「M」が行く!

大人も子どもも安心♪

# 「健康住宅のススメ」



春うらら…花見に遠足、楽しい季節がやってきました。しかし、花粉や黄砂などが気になる季節でもあります。ぜん息やアトピーなどの子ども達は年々増え続けているらしく、全国調査では3人に1人がアレルギー体質とも言われています。特に、ハウスダスト（カビやダニ等）が原因であることも少なくありません。それらを軽減する為に、お客さまに合わせたご提案を行っております。

## 調湿効果が高い注目素材を使った、リフォーム施工例をご紹介します♪

お客様の声【リフォーム施工例：鳥取市I邸】 -2010年9月完成-

**きっかけ** 『タバコによる壁の汚れ、部屋にこもる犬の臭いが気になる。結露で起こるカビやダニを減らして、“**空気が綺麗な部屋で過ごしたい!**”』と思い、相談しました。「珪藻土が良い」と聞き、見積りをお願いしたのですが、新素材で珪藻土よりも優れた内装壁材「エコカラット」を提案いただいて「珪藻土」と比較することにしました。検討した結果、消湿・消臭効果が大きく、施工も簡単なのでエコカラットを採用することに決めました。

**リフォームを終えて** 完成後は、来客の度に気になっていた犬の臭いも気にならなくなり、結露も以前に比べて起こりにくく、快適に過ごせるようになりました。以前、置いていた除湿器がいなくなったので、部屋も広く使えるようになりましたね（笑）

- その他の自然素材**
- 殺菌..... 無垢材を利用（ヒノキ、杉 など）
  - 吸放湿性能・消臭効果..... エコカラット、珪藻土、収納ボード など
  - 防水・防虫・防腐効果大の自然塗料..... 柿渋塗装 など

呼吸する内装壁材「エコカラット」

リフォームチームでは、カラダと環境にやさしい、自然素材の『健康住宅』をオススメしています。

### カビやダニを防ぎ、快適な住環境を手に入れるための心がけ

- 壁や窓が結露をしていたら、拭き取るようにしましょう。
- 湿度を40～60%以下に保ち、カビ・ダニが住みにくい環境に。
- カーペットをフローリング、カーテンをブラインドにする。
- 家具は壁から数cm 離し、屋外に面しない壁に置きましょう。
- ペットと同居の場合、こまめに換気、布団などにも掃除機を。
- 防ダニ加工のものを使うと、ダニの飛散を防ぐことができます。



お湯ライフを支える快適な機能

潜熱回収型 高効率ガス給湯器 **エコジョーズ**

エコジョーズ生活 はじめませんか?

熱効率 約95% 少ないガスで たっぷり給湯

エコジョーズは今までムダにしていた排気熱を再利用して、効率良くお湯を沸かすことができます。効率が良いので、ガスの使用量も減らすことができ経済的です。

## 電子チケットぴあ

電子チケットぴあは、salute内に設置してあります。

### 3月19日 発売予定 中島美嘉 CONCERT TOUR 2011

【開催日】2011年6月12日(日) 17:30開演(17:00開場)  
【会場】とりぎん文化会館 梨花ホール  
【全席指定】6,800円(税込)

### 3月26日 発売予定 WAHHA本舗全体公演 「ワハハのカ」

【開催日】2011年5月22日(木) 18:00開演(17:00開場)  
【会場】米子コンベンションセンター BiG SHIP  
【全席指定】7,800円(税込)

※発売日・金額などの内容は、変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

## Kids English

キッズイングリッシュ

スペシャルコース新設 **体験型こども英会話**

ドラマクラス 1回 90分 対象:4~12才

4月開講!

楽しいトッド先生と かんたんな英語劇に挑戦!

第1回目のシナリオは… 「桃太郎」です! “MOMOTAROU” に挑戦!

春の入会金無料キャンペーン 4月末日まで

\*入会金2,000円(教材費は別途必要となります)・開催曜日、無料体験など、お気軽にお問い合わせください。

中国語教室

韓国語教室

月額 4,000円 入会金 2,000円 ※教材費別

春の入会金無料キャンペーン 4月末日まで

スン先生 你好

初心者 基礎 初級 中級

日曜日開催

無料体験レッスン随時受付中!

リウ先生 안녕하세요

初心者 基礎 初級 中級

月曜日開催

## English cafe

イングリッシュ・カフェ

## おしゃべり英会話

はじめよう! 「話せる英語」

気軽にカフェで英会話



Tue(火) トム先生	Fri(金) 日本人講師	Sun(日) デイビッド先生
----------------	-----------------	-------------------

14:00~	14:00~	13:00~
15:00~	15:00~	14:00~
16:00~	16:00~	15:00~

チケット 700円/回(5枚綴り) ワンドリンク付・1回50分  
現金の場合: 800円/回(教材費別)

お申し込み・お問い合わせ... 0857-30-2020

※予定は変更になる場合があります。※お申し込みは、1週間前を目安にお申し込みください。

ーガスのある暮らしー ウィズガス

# salute

サルデー

## withgas 通信 vol.45

鳥取ガスグループ“salute”イベント情報

- 「幸せを呼ぶ」『キラキラ☆デコパージュ作品展』
- イケメンシェフに学ぶ! カフェ・ソースコラボ「料理教室」
- 楽しく真剣! 「サルデー文化講座」オープン



TOTTORI GAS GROUP

新築・リフォームの相談など、何でもご相談ください。

鳥取ガスグループリフォームチーム

0857-30-2022



肉みそ

- 材料 (作りやすい分量)
- 豚ひき肉 ..... 300g
  - しょうが ..... 1かけ分
  - ひじき(生) ..... 100g
  - 白ねぎ ..... 1/2本
  - にんじん ..... 1/2本
  - ピーマン ..... 5こ
- みそ ..... 100g
- A 砂糖 ..... 大s1
- しょうゆ ..... 大s2
- サラダ油 ..... 大s1

作り方

- 野菜をみじん切りする。
  - 調味料 A をボウルで混ぜ合わせておく。
  - フライパンにサラダ油を入れ、しょうがを炒める。
  - 香りが出たら白ねぎ、にんじん、ピーマン、ひじきを加えてよく炒め、火が通ったらひき肉を加える。
  - ひき肉の色が変わったら、弱火にして調味料 A を加え、2.3分煮詰めたら出来上がり。
- ※作り置きしておけば、朝が楽チン!
- オムレツに添えたり、ご飯に混ぜたり、ゆで野菜にかけたり…。作っておけば便利です。

ころころ野菜のミルクスープ

- 材料 (4人分)
- じゃがいも ..... 大1こ
  - にんじん ..... 1/2本
  - 玉ねぎ ..... 1/2こ
  - 水 ..... 2C
  - コンソメ(固形) ..... 1こ
  - 牛乳 ..... 1C
  - 塩、こしょう ..... 少々
  - パセリ ..... 少々
- スープを添えてさらに美味しく!
- 野菜を1cm角に切り、水とコンソメとともにやわらかくなるまで煮る。
  - 牛乳を加えて塩とこしょうで味を調える。あればパセリを。



春です!桜のつぼみがほころび、動物たちも動き出す。なんだかワクワク、何かが始まる、そんな予感がします。「よし、何か始めるぞ!」と意気込んで、通信講座のカタログ集めを始めるのが私の春の恒例行事。結局、取り寄せただけで満足してしまうのも恒例ですけれど(笑)。でも、そんな“やる気”を起こさせてくれる春のパワーってすごい!自然がくれる力ってすごい!って思うのです。新しいことを始めるなら今!そして何かを始めたいと思っているあなた!「サルーテの料理教室に通う」っていうのはどうですか?オススメですよ~!!



お子さまの台所デビュー応援します!! 対象:5才~小学生  
キッズクッキングクラブ はじめの一步 〆切日3/29(火)

親子で楽しくおかし作り。たくさん作っておうちの人も食べさせてあげよ。(持ち帰り用の袋をご用意してます)

親子で作るチョコマフィン

4/9(土) 10:00~12:30  
親子ペアで1,200円 講師 / 竹中真理子  
※アレルギー等の確認の為、お子様の保護者ご自身でお申し込み下さい。



子育て応援!!  
キッズママレッスン 〆切日4/8(金)

カルツォーネ  
春色ポタージュ  
タコのイタリアンマリネ  
メープルシロップのプラマンジェ

あつあつ出来たてカルツォーネを召し上がり

4/18(月) 10:00~13:00  
1,300円 講師 / 竹中真理子  
「お料理は習いたいけど、子どもが小さいからまだ無理かな?」という子育て真っ最中のママ!!ぜひ、お子様連れで参加して下さい。



脱・マンネリレシピ宣言!!  
とっておきレッスン 〆切日4/2(土)

カルツォーネ  
春色ポタージュ  
タコのイタリアンマリネ  
メープルシロップのプラマンジェ

あつあつ出来たてカルツォーネを召し上がり

4/12(火) ② 13(水) ③ 14(木) 10:30~13:30  
1,300円 講師 / 竹中真理子  
「毎日のおかず」から「おもてなし料理」まで、いつもの食卓のヒントに。マンネリメニューから抜け出したい奥様にオススメです。



グー・ガールズクッキング!!  
Girls Cooking! 〆切日4/18(月)

春野菜のフリット  
シーフードフリット  
ミネストローネ  
いちごのオムレツ

うららかな春の陽気に誘われて

4/28(木) 18:30~21:30 } 2,000円  
2/29(金・祝) 10:30~13:30 } 講師 / 竹中真理子  
ガールズトークをしながら、料理のコツも学べちゃう楽しいレッスンです。食べることも大好き!作ることも大好き!な20~30代の女子、大歓迎!!!!!!初心者の方も安心してご参加頂けます。

おうち de cafe オウチ デ カフェ

シンプルスコーン

14/24(日) 13:00~15:30  
24/25(月) 10:30~12:00  
●1,100円 〆切日: 4/14(木)

簡単にキュートなお菓子を提案します。お持ち帰りのみの教室です。手作りお菓子とともに、おうちでカフェ気分をどうぞ。

とっておきグループレッスン

サークル、企業、クラブなど、気の合う仲間同士で楽しくお料理しませんか?

4月のメニュー

- ・カルツォーネ
- ・春色ポタージュ
- ・タコのイタリアンマリネ
- ・メープルシロップのプラマジェ

●日程は、ご相談下さい。  
●1,300円 ●最小開催人数10名

「エコ・クッキング」は、東京ガス株式会社の登録商標です。

サルーテ4周年特別企画

cafe SOURCE おへそ カフェソース

おうちごはんでごさげんな週末

お待たせしました!  
あの人気のお店「カフェ・ソース」のイケメンシェフによるごさげんな料理教室です。

4月16(土) 10:30~14:00  
参加費: 2,500円

- 塩漬け豚と春野菜のココット焼き
- ル・クルーゼでつくる鯛とあさりの軽いマト煮込み
- ほうれん草ときこのサラダ
- ガトーショコラクラシック

コースによって始まる時間が異なりますので、ご注意ください。  
各料理教室は予告なく変更になる場合があります。  
ご応募多数の場合、抽選により後日当選者のおハガキにてご連絡させていただきます。  
定員に空きがある場合、〆切日以降でもお受けする場合がありますので、お気軽にお問合せください。  
お申し込みは、1組3名様までとさせていただきます。  
ホームページからお申し込みできます。

http://www.salute-withgas.jp/

卵と紙で作る ~幸せを呼ぶ~

『キラキラ☆デコパージュ作品展』

デコパージュとは、紙の絵柄を切り抜いて貼りつけ、ニス塗り重ねて作る技法です。工夫次第で素敵な作品に!一度見に来てね。

4/1(金)~4(月) 10:00~18:00  
■ 出展者: 影井日出子/日の出教室 数名

第1弾! 画家 山本 恵三先生に聴く「一隅について」 聴講料: 500円

楽しく真剣! 『サルーテ文化講座』 OPEN!

鳥取を拠点とし活躍する先生方をお呼びし、作品についての思いや自歴について語って頂きます。若い方を大歓迎!これを機に“自分の文化”を広げましょう

4/22(金) 18:30~20:00 要予約 先着100名  
(交流会: 20:00~21:00)

山本 恵三 先生

ガスコンロでバッチリクッキング!! 参加費: 無料

タッチ&トライ

早うまラクッ!なレシピを紹介

4/19(火) 10:00~15:00 要予約

最新のガスコンロを使って時間は短縮、愛情たっぷりな簡単メニューをご紹介します!お子様連れも大歓迎!!

regular events in salute!

初めてさんも経験者の方もみんなきてね!!

ウキウキ! 手話教室 ① 4/12(火) ② 4/26(火) 13:30-15:00(両日共)

絵手紙教室 基礎編 4/13(水) 応用編 4/27(水) 13:30-15:30(両日共)

遠州流 華道教室 4/14(木)・30(土) 13:00~2時間程度

遠州流 茶道教室 4/14(木)・30(土) 13:00~2時間程度

全て事前お申し込みが必要です。詳細は店頭HP・お電話で。



〒680-0023 鳥取市片原5丁目503

年中無休 (但し、盆正月除く)  
10:00~18:00 (イベント期間中除く)  
駐車場85台収容



〈交通案内〉★JR鳥取駅より車で5分。徒歩20分。★鳥取市100円循環バス「くる梨」赤コース「片原5丁目」下車徒歩1分。  
各種お問い合わせ・お申し込みは、お電話またはインターネットからできます。  
TEL (0857) 30-2020 URL http://www.salute-withgas.jp/  
★「salute withGas 通信」の配布を希望しない場合は、右記にご連絡ください。tel.(0857) 28-8811 掲載価格はすべて税込みです