

salute

サルーテ

withgas 通信 vol.7

鳥取ガスグループ“salute”イベント情報

寒い冬はサルーテで
温まりましょう。

2月のイベント

絵手紙教室

なるほど！生活塾

炉辺談義

アロマストレッチ&

トリートメントレッスン

特集

バスルームリフォーム計画

スタッフおすすめメニューベスト3



人と環境にやさしい、 心から和める住まい

サルデーテでは体だけではなく、
心も含めた「健康」をテーマに、
住まいや食を中心としたトータル的な
暮らしのご提案を行っています。

真実の『健康』とは・・・。

サルデーテでは、昔のよさを今一度見直し、
「もったいない」「こだわり」「らしさ」をキーワードに、
家族を中心とした人々が、語りあい…助けあう…
そんなほっこりとした暮らしのためのヒントを
ご提案したいと考えています。

知識を高めて心を豊かにし、
明日への元気につなげていただきたい!!という想いで
セミナー・講演会などさまざまなイベントを
開催していますので、
是非遊びにお越しください。

salute event calender
2008.02

● イベント ● クッキング ★ 英会話

1 金	17 日	EFKL
2 土	18 月	
3 日	19 火	ABG
4 月	20 水	A IJ
5 火	21 木	B F CDH
6 水	22 金	G
7 木	23 土	CD
8 金	24 日	EFKL
9 土	25 月	
10 日	26 火	ABG
11 月	27 水	HP IJ
12 火	28 木	IP CDH
13 水	29 金	IP
14 木		
15 金		
16 土		



2月のイベントくすべて予約制です

A 絵手紙教室 ～人形・玩具を描こう!～

絵手紙であなたの気持ちを伝えませんか? 想いを筆に託して・・・。



2月20日(水) 10:30~12:00

- 講師 / 谷本道子さん
(日本絵手紙協会公認講師)
- 参加費 / 1回につき600円
(絵手紙キットをお持ちの方は500円)
- 定員 / 20名
- 場所 / イベントホール

※やむを得ず欠席される場合は、前日までにご連絡ください。

B アロマストレッチ&トリートメントレッスン

育児・家事でコリコリの心身を、アロマの心地いい香りに包まれながら、ゆったりと気持ちいいストレッチで優しくほぐしてゆきましよう。アロマトリートメントで、生き生きリフレッシュしますヨ!!

2月21日(木) 10:30~11:40

- 講師 / 田口幸代氏
(社)日本アロマ環境協会認定アロマセラピーインストラクター・日本健康体操連盟体操指導士
- 参加費 / 1,000円(ハーブティー付)
- 定員 / 15組
- 場所 / 古民家ゾーン

美味しいハーブティー♪付き

お子さま連れでもOK(一緒にストレッチをしていただけます)
曇の間で行いますので、動きやすい服装をお願いします。

C なるほど!!生活塾 第19回

なるほど!!生活塾とは、昭和中期高度経済成長を向かえ、人々の暮らしが豊かになるにつれ失われた、古き良き生活習慣や、関心が薄れつつある時事問題などをタイムリーに採り上げて、面白く・楽しく・コミカルに聞いて学べる催しです。

2月23日(土) 13:30~15:00

- 講師 / 倉光弘己氏(芦屋大学学長)
- 参加費 / 500円
- 定員 / 100人
- 場所 / イベントホール

D 炉辺談義(ろばただんぎ) 第5回

「サルデーテの文化活動の一環」として、古民家の囲炉裏を囲んで、スローライフを実践されている方や、色々な道の達人の方をゲストにお招きし、おもしろい話を囲炉裏(いろり)を囲んでゆったりと聞いていただける催しです。

2月23日(土) 16:30~18:00

- 講師 / 倉光弘己氏(芦屋大学学長)
- 参加費 / お問い合わせください
- 定員 / 20人
- 場所 / 古民家ゾーン

イングリッシュカフェ・アブロード

スタッフおすすめメニュー

Best3!

親子でもくつろげる、ゆったりスペースのイングリッシュ・カフェ。開放的な空間で、美味しいものが食べられると評判です。そのなかでもスタッフおすすめのメニューを選んでみました。あなたの好きなメニュー、入ってますか？



おすすめ
Best 1

季節のケーキ ¥350

女性に大人気!アブロードスタッフの気持ちがかもった、数量限定の“手作り”ケーキです。毎回いろんな種類のケーキの中からスタッフが選んでいますので、どんなケーキが出るかは当日に来てのお楽しみです!
(写真はチョコレートケーキ)



港さん



サルーテ館長 水本さん

鳥取の女性達がかもカラダも「健康」になれる、そんな空間を提供したいというのが「アブロード」オープン当初からのスタッフ全員の思いです。スタッフは全員女性ですので、例えば子育て中のお母さんでも気軽に楽しんでいただけるよう、お子さま用の絵本を店内に置くなど、女性への細やかな配慮にも気を配っております。本当に良いものを心から美味しく・楽しく・食し、リラックスしてゆったりと語り合える場として「アブロード」をご利用いただければ幸いです。



杉森さん

おすすめ
Best 2

ホットジンジャーレモネード ¥400

1月からの冬季限定新メニューです。ショウガで身体の中からぽかぽかにして、寒い冬もパッチリ〜!! 冷え性の女性にこの冬一番のおすすめです。



福嶋さん

おすすめ
Best 3

べっぴんカレー ¥700

ヒジキ・高野豆腐・こんにゃく・大豆などなど15種類のヘルシーな食材をふんだんに使ったドライカレーです。カラダの中からキレイになりましょう。そんなに辛くないのでお子さまでも食べられますよ!

100円OFFクーポン
クーポン特典でアブロードにお楽しみください!
方に、絵本や雑誌のメニューが3冊のうちの1冊を100円引きいたします。
有効期限：2017年(日)迄
※お一人様1回限り
※お一人様1回限り
※お一人様1回限り
※お一人様1回限り

サルデー
今月の特集

バスルームリフォーム計画！

家族みんなのリラクゼーション空間へ大変身！

お風呂が大好きな日本人。近年、バスルームは体を洗うだけではなく、一日の疲れを癒す場所という考え方が主流となってきました。「一人でゆったりとお湯に浸りたい…」そんな願いを叶える場所がバスルームです。

リラックスできて落ち着く空間や、温かみを感じる空間づくりのポイントは、視覚・聴覚・触覚などのトータルコーディネートにあるんです。

計画その1

1日の疲れをゆったり癒す ひろびろバスルームで ヒーリングタイム

好きな音楽が聴ける。好きな映画が見える。ぬるめのお湯にゆったり足を伸ばして肩まで浸かり、さらにゆっくりと半身浴のできる、自分だけの浴槽を選んでみませんか？太陽の光を浴びながら、露天風呂感覚でお風呂を楽しむ…。また最近流行のバスルームへの組込型照明設備など、自分だけのヒーリングタイム&空間を演出してみましょ。



計画その2

髪もお肌もしっとり潤う ミストサウナでホームエステ

体温より少し高めのお湯を霧状に噴射し、浴室を高湿度状態へ…。するとたった10分で発汗が始まり、汗と一緒に老廃物をスムーズに排出して効果的に新陳代謝を促進します。

やさしい水流の刺激で全身をさすりあげる気泡浴槽なども組み合わせると、疲労回復にとても効果があるんですよ。



計画その3

こどもやお年寄りも安全・安心バスタイム バリアフリーなバスルーム



暖かい部屋から寒い脱衣場へ。さらに冷え込む浴室で熱いお湯にいきなりつかる…。こんな急激な温度変化がカラダに負荷をかけ、深刻な事故を引き起こす原因になっているのをご存知でしょうか？こんな危険なヒートショックを防ぐ「温度のバリアフリー」を可能にする浴室暖房は、家族全員が安全・安心に入浴できるバスルームの次世代アイテムです。



バスルームのリフォームポイントは
身体も心も湯〜たりできる空間づくりです。

鳥取ガスグループ一級建築士事務所
建築士 田中英樹 Tanaka Hideki

新築・リフォーム物件を述べ800件以上手がける。
豊富な経験と実績、そこに幅広い知識と提案力を加えた、水まわり空間の提案リフォームを得意とする。





バレンタインデーでなんとなく心もうきうきする2月は
一年の中で、もっとも寒さの厳しい月。
暖かい格好でスタジオにお越しくださいね。

A Bread and Sweets

今年のバレンタインはシックに

- ◆2月5日(火) [menu]
- ◆時間 10:30~13:30 ダークチェリーの
- ◆費用 2,000円 チョココーキ
- ◆定員 16名 ※軽食付き。
- ◆講師 橋口文子 できあがりをお持ち帰りいただけます。



B キッズクッキングクラブ ~はじめのいっぽ~

もったいないを習慣に

- ◆2月9日(土) [menu]
- ◆時間 10:30~13:30 大豆ごはん
- ◆費用 700円 冬野菜とつくねの
- ◆定員 12名 あったかスープ
- ◆講師 竹中真理子 ピーマンいため



C ヘルシークッキング

カルシウム満点のおひなさまメニュー

- ◆2月13日(水)・14日(木) [menu]
- ◆時間 10:30~13:30 おひなさまずし
- ◆費用 1,500円 はまぐりのコキール
- ◆定員 16名 とうふの和風サラダ
- ◆講師 橋口文子 かぼちゃ団子



※中高年の方のためのコースです

D ビギナーズ〈夜〉

かっこよく魚をさばく

- ◆2月15日(金) [menu]
- ◆時間 18:30~21:00 あじフライ(三枚おろしで)
- ◆費用 2,000円 豚汁
- ◆定員 16名 ポテトサラダ
- ◆講師 竹中真理子 泡雪かん



E ビギナーズ〈昼〉

かっこよく魚をさばく

- ◆2月16日(土) [menu]
- ◆時間 10:30~13:30 あじフライ(三枚おろしで)
- ◆費用 2,000円 豚汁
- ◆定員 16名 ポテトサラダ
- ◆講師 竹中真理子 泡雪かん



Cooking Studio

F 米粉パン ぜひともプロの技を!!

- ◆2月21日(木) [menu]
- ◆時間 10:30~13:30 ココアロール
- ◆費用 2,000円 カレーパン
- ◆定員 16名
- ◆講師 パン工房大地の恵み 塩見剛史氏



※写真はイメージです

G サルーテコース あこがれのフレーバージャムとショートブレッド

- ◆2月22日(金) [menu]
- ◆時間 10:30~13:30 紅茶ジャム
- ◆費用 1,800円 ワインジャム
- ◆定員 16名 ショートブレッド
- ◆講師 橋口文子 ブチランチ付



H もっこらコース

しあわせのあったか中華

- ◆2月27日(水) [menu]
- ◆時間 10:30~13:30 中華おこわ
- ◆費用 1,300円 肉団子と春雨のスープ
- ◆定員 16名 ブロッコリーのふわふわあんかけ
- ◆講師 竹中真理子 開口笑(揚げドーナツ)



I キッズママベーシック

しあわせのあったか中華

- ◆2月28日(木)・29日(金) [menu]
- ◆時間 10:30~13:30 中華おこわ
- ◆費用 1,300円 肉団子と春雨のスープ
- ◆定員 16名 ブロッコリーのふわふわあんかけ
- ◆講師 竹中真理子 開口笑(揚げドーナツ)



お子さま連れでもOKですヨ!

おへそのポリシー

おへそは、わたしたちの生命が誕生し、この世に生まれ落ちるまでの間、母のおなかの中で、唯一の栄養を運んでくれた生命の源。しっかりとした根っこ「ぶれないおへそ」をつくるには、たくさんの愛情と、そして愛情のこもった食事が必要です。
わたしたちは流行にながされない、芯ある料理教室を目指しています。



英会話はおもしろそうだけどちょっと不安…という方、
Abroadでは、講師の先生方や受講生の人たちと、
気軽に楽しくレッスンをしています。あなたも参加しませんか？



★～★ 日常・基礎英会話「初級コース」

英語には興味があるけどあまり自信がない…そんな初心者向けレッスンです。外国人講師とコミュニケーションをとりたいたいなど英語に興味のある方にお勧めしたいレッスンです。

■費用 大人700円 学生500円 ■定員 各10名

・毎週火曜日コース

■2月5日・12日・19日・26日

■時間 **A** 14:30～15:20

B 15:30～16:20



・毎週木曜日コース

■2月7日・14日・21日・28日

■時間 **C** 14:30～15:20

D 15:30～16:20



・毎週日曜日コース

■2月3日・10日・17日・24日

■時間 **E** 10:30～11:20

F 13:30～14:20

★☆☆ キッズ英会話「初級コース」

伸び盛りのお子さまに、英会話の楽しさを体験していただくレッスンです。英語の会話をひとつひとつ覚えていく達成感と、会話を通じてふれる異文化が、お子さまをさらに成長させるでしょう。

■時間 16:30～17:20 ■費用 500円 ■定員 各10名

★ 毎週火曜日コース

■2月5日・12日・19日・26日

〈8才以下程度〉

★ 毎週木曜日コース

■2月7日・14日・21日・28日

〈8才以上程度〉



★ 旅行英会話「初級コース」

海外旅行で頻繁に使用される英語に特化したレッスンです。「街で道を聞く」「お店で買い物をする」など海外旅行へ行行った時、頻繁に使う英語を学べるコースです。

■2月6日・13日・20日・27日 **水曜日**

■時間 15:30～16:20

■費用 大人700円 学生500円

■定員 10名



★ 英語発音・単語練習「初級コース」

簡単な英語小説を読みながら「正しい発音」「単語力」を身に付けていくレッスンです。楽しい英語本を読みながら創造性を高めましょう。

■2月6日・13日・20日・27日 **水曜日**

■時間 16:30～17:20

■費用 大人700円 学生500円

■定員 10名



★ つかえる英会話「中級コース」

英語の基礎は大丈夫!しかし会話に自信がない…そんな方にお勧めのレッスンです。外国人講師の英会話と日本人講師による文法の説明など、英語をもっと学びたい方にお勧めするレッスンです。

■2月3日・10日・17日・24日 **日曜日**

■時間 14:30～15:20

■費用 大人700円 学生500円

■定員 10名



★ Only English「上級コース」

英語のエキスパート対象のレッスンです。レッスンのルールは“Only English”。留学体験者・英語教師等、英語が得意な方向けのスペシャルコースです。

■2月3日・10日・17日・24日 **日曜日**

■時間 15:30～16:20

■費用 大人700円 学生500円

■定員 10名



※各英会話教室へ初めて参加されるお客さまからは、別途教材費をいただきます。(1,500円程度)

●各英会話教室への参加は、**開催1週間前**を目安にお申し込みください。
●各英会話教室は予告なく変更になる場合があります。●お申し込み多数の場合は抽選となります。



サルーテ

salute

ver.071218

・年中無休

(但し、盆正月除く)

・10:00~17:00

(イベント期間中除く)

・駐車場85台収容

●お問い合わせ・お申し込みは

〒680-0023 鳥取市片原5丁目503

tel.(0857)30-2020

fax.(0857)23-3131



〈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。

saluteホームページでは、最新のイベントスケジュールやスタッフの紹介など様々な情報を提供しています。

<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