

# オブリ通信

コミュニケーション誌

お客様とオブリガスをつな  
より快適な暮らしをあなたの傍で...

「くるっとおさんぽ旅」

～久々のおでかけ篇～

ガスで美味しく、ガスで簡単に

「おうちでガスごはん」

スマートに賢く暮らそう!

リンナイ「乾太くん」キャンペーン

Spring  
2021  
vol. 36

く  
る  
っ  
と

# おさんぽ旅

歴史・自然・話題のスポット

久々のおでかけ篇



## 静岡県 富士サファリパーク

昨年から溜まったストレスを吹き飛ばすため、動物達からパワーをもらいましょう！「富士サファリパーク」は標高850メートルに位置する人気テーマパーク。7つに分かれた各ゾーンでは世界中から集まった約30種類の動物達を見学できます。マイカーで園内を回ることができるので感染対策もバッチリ。初めての方はもちろん、地元の方にも今だからこそおすすめしたい観光スポットです。

**WEB**  
富士サファリパーク 公式サイト  
<https://www.fujisafari.co.jp/>

全国で猛威を振るうコロナウイルスの影響で、今年も外出を自重しなければならない状況が続いています。

今は我慢……それでも今年こそ楽しくおでかけできる環境に戻りたい！

そんな希望と願いを込めて、  
アクティブで楽しい1年計画をご提案します。  
オプリー通信が考える、  
富士から始まり富士で終わる  
2021年の過ごし方をお楽しみください！



## 神奈川県 箱根ガラスの森美術館

夏は、美しく透き通るガラスの世界へ！ 昨年は各地で花火大会が中止になり、残念な思いをされた方も多いと思います。「箱根ガラスの森美術館」では、夏季限定で芦ノ湖の花火大会をテーマに制作されたクリスタルオブジェ「クリスタル・ガラスの水上花火」を展示。夏の夜空の輝きを48,000粒のクリスタル・ガラスで表現し、昼間には太陽の日差しと、風を受けて輝く花火が水面にも反射し、華やかに煌めきます。

**WEB**  
箱根ガラスの森美術館 公式サイト  
<https://www.hakone-garasunomori.jp/>





## 清水溪流 広場内 濃溝の滝

# 秋

まるで「ジブリの世界」とSNSで話題になり、人気に火が付いた「濃溝の滝(のうみぞのたき)」。千葉県君津市にある清水溪流広場内にあるこの滝は、地元の方から「亀岩の洞窟」とも「川廻しのトンネル」とも呼ばれています。3~4月、9~10月には、洞窟の右側から差し込む日の光がハート型を描き出すことでも知られており、幻想的な風景をカメラにおさめようと沢山の方が訪れる観光スポットです。

### WEB

きみなび(君津市商工会議所 地域情報発信サイト)  
[https://www.kiminavi.jp/detail/index\\_38.html](https://www.kiminavi.jp/detail/index_38.html)



## 伊香保温泉・ 河鹿橋

# 秋

暑い夏を過ごした後は、ゆっくりと紅葉を楽しんでみてはいかがでしょうか。群馬・伊香保温泉の湯元付近にある「河鹿橋」は知る人ぞ知る紅葉の名所。毎年10月中旬~11月中旬には夜間のライトアップが施され、日中と夜とで全く別の雰囲気を楽しむことができます。温泉で体を、紅葉で心を癒せるおすすめのパワースポットだけに、この頃までにおでかけしやすい状況になっているといいですね。

### WEB

渋川市 観光情報 公式サイト  
<https://www.city.shibukawa.lg.jp/>



## 富士山 清水港 クルーズ

# 冬

温泉&紅葉で癒された後はまたアクティブに！ 富士山近くにある「清水港」は「神戸港」や「長崎港」と並び、「日本三大美港」に数えられる穴場観光スポットです。クルーズ船「ペイプロブナード号」では、毎年11月から3月にかけてユーラシア大陸から飛来するユリカモメの群れを確認することができ、3階デッキからは餌やり体験なども楽しめる秋冬の風物詩となっています。

### WEB

富士山清水港クルーズ株式会社 公式ホームページ  
<https://www.shimizu-cruise.co.jp/>



おいしい料理を  
もっと簡単に、もっとスマートに



# おうちで ガスごはん

徐々に春の足音が聞こえてくるようになった今日この頃。外でいっぱい季節を感じる事が難しい今だからこそ、お家でお花見気分になれるような楽しいメニューを!

今号ではお弁当にもオススメな、見て楽しい、食べておいしい、色彩豊かな4品をご紹介します。



Instagram始めました

レシピ制作

もとい さちこ

料理研究家 **本居 佐知子** (トマト先生)



料理研究家/ 食育インストラクター/ フードコーディネーター  
イベント、雑誌、テレビなど食にかかわる幅広い分野で活躍。  
簡単でも味は本格的なレシピが好評。



料理教室「トマトキッチン」主宰

<http://www.tomatoktc.com/>

Instagram アカウント @sachiko.m.tomato

## カラフルカップ寿司



### ◆ 材料 (4人分)

<b>A 酢飯・寿司酢</b>	
米	1.5 合
酢	30cc
砂糖	15g
塩	3g
甘酢生姜	30g
しそ	3枚
<b>B 錦糸卵</b>	
卵	2個
砂糖	小さじ1
酒	小さじ1
塩	小さじ1/4
水	小さじ1
溶き片栗粉	少々
サラダ油	少々
<b>C 椎茸類</b>	
干し椎茸	4枚
椎茸戻し汁	100cc
醤油	大さじ1
砂糖	大さじ1
<b>D その他材料</b>	
人参	50g
海老 きゅうり ミントなど	

### ◆ 作り方

- 1 米は洗って炊飯し、炊き上がったご飯に合わせ酢をかけしゃもじで切るように混ぜ、手早くあおいで冷まし、千切りにした甘酢生姜としそをまぜておく。(A)
- 2 溶きほぐした卵にBの調味料を合わせてざるでこし、油を薄くひいたフライパンに流し焼いたら箸でひっくり返し薄焼き卵を作り、細く切っておく。(B)
- 3 水に一晩つけて戻した椎茸の石づきを取り、戻し汁と調味料を中火で煮立てた鍋に入れ、アクを取りながら煮汁がなくなるまで煮る。取り出し冷まして細く切る。(C)
- 4 人参はいちよう切りにして塩ゆでしておく。
- 5 カップに①の酢飯を入れて椎茸と人参を中央になるように入れ、その上に②の錦糸卵をのせ、好みできゅうりやミニトマト、ゆでた海老などをのせましょう。



1



2



3

## 海老のチリソース煮



### ◆材料 (4人分)

海老	350g
長ネギ	1/2本
生姜	10g
にんにく	1片
チリソース	合わせ調味料
ケチャップ	大さじ3
砂糖	大さじ1
塩	小さじ1/3
鶏ガラスープの素	小さじ1
湯	200cc
豆板醤	小さじ1/2
海老下味調味料	小さじ1/3
塩	小さじ1
酒	少々
しょう	大さじ2
卵白	大さじ1
サラダ油	大さじ2
仕上り	
水溶き片栗粉	大さじ1
分量外	サラダ油
	塩 片栗粉



### ◆作り方

- 1 海老は殻と背綿をとり、塩でもみ片栗粉(分量外)と水でよく洗います。ペーパーで水気をしっかりととり、下味調味料と卵白をからめ片栗粉をまぶしてよく混ぜ、サラダ油でコーティングして約10分おく。
- 2 長ネギ、生姜、にんにくはみじん切りにする。
- 3 中華鍋にサラダ油を少し多めに熱し、1の海老に8割くらい火を通し取り出す。
- 4 3の油を減らし、長ネギ、生姜、にんにくを炒め、合わせ調味料を入れて沸いたら3の海老を戻し入れ、水溶き片栗粉でとろみをつけて仕上げる。

## 厚揚げの肉巻き



### ◆材料 (4人分)

厚揚げ	1枚(約200g)
豚バラ薄切り肉	8枚(約180g)
調味料	
酒	大さじ2
砂糖	大さじ1
みりん	大さじ1
醤油	大さじ2
サラダ油	適量
その他	
片栗粉	少々



### ◆作り方

- 1 厚揚げは8等分に切り、豚バラ薄切り肉で1枚ずつ巻き、巻き終わりに少量の片栗粉をつける。
- 2 フライパンにサラダ油を入れて熱し、1の巻き終わりに下にして焼く。
- 3 片面にしっかり焼き色がついたらひっくり返す。
- 4 両面焼けたら調味料を入れ、煮詰まってきたら調味料をかためるとろみがついたら完成です。

簡単にできてボリュームもあります。  
ご飯のおかずにもお弁当にも最適です。

## いちごのフルーツフラン



### ◆材料 (7.5cmココット 4個分)

いちご	2粒
A	
卵	1個
牛乳	130cc
砂糖	大さじ2
ブランデー	小さじ1(お好みで)
※お子様にはバニラエッセンスでもOK	



### ◆作り方

- 1 ボウルにAの材料を入れて泡立てないように混ぜ合わせる。泡が立った時は一度ざるでこす。
- 2 ココットにいちごをカットして並べ、1の生地を静かに注ぎ分ける。
- 3 グリルに2のココットを並べ上下弱火で約18分焼く。
- 4 火を止めてグリルに入れたまま余熱で2分待つ。お好みで粉砂糖をふる。

グリルによって完成する時間が多少変わります。  
生地に楊枝を刺して倒れなければ完成です。  
色々なフルーツで楽しめます。

オブリのでんき なら

ガス料金が毎月ず〜っと!

400円 (税別) 割引!!



こんなに  
安くなるなんて  
知らなかった!

ガスと電気をまとめてお得!

カードお申し込みで  
毎月100円割引 (税別)

+

ガス料金が  
毎月300円割引 (税別)

+

電気料金  
もおトク!

おトクな例①

従量電灯B  
契約アンペア 30A  
月間平均電力使用量 194kWh  
を想定

約3.3%おトク!  
でんき代 年間約  
1,890円  
おトク!

おトクな例②

従量電灯B  
契約アンペア 50A  
月間平均電力使用量 398kWh  
を想定

約5.3%おトク!  
でんき代 年間約  
6,700円  
おトク!

東京電力(東電EP)

料金シミュレーション

お手元に電力会社から毎月送られる「電気ご使用量のお知らせ(検針票)」をご用意のうえ、必要事項をご入力ください。

※電気の切替お申込みは、シミュレーション結果画面からお手続きいただけます。  
※シミュレーションでは各地域電力のメニューとの比較を行いますので、契約種別には現在ご契約の料金プランに最も近いものをご選択ください。

まず、ご相談ください

毎月料金が  
割引になるのは  
嬉しいわ!



QRコードから  
アクセス!

スマートに  
賢く  
暮らそう！

40%  
OFF

期間限定！

期間：本日～5月末

キャンペーン開催中！！

部屋干し生活  
さようなら～

「すっきり！」

Rinnai ガス衣類乾燥機

はやい

乾太くん



商品の  
魅力は  
こちらで  
チェック！

テレビCMで  
放映中！

乾燥にかかる費用も低コストで経済的！

1ヶ月毎日使用しても…  
わずか約1,700円

例えば  
コインランドリーなら  
10分100円として…

約500円



乾太くんなら…

乾燥1回あたり、わずか56円

プロパンガス料金450円/m<sup>3</sup>の場合

Rinnai RDT-54S-SV

本体+標準部材セット

合計163,400円(税抜)のところ

●本体希望小売価格 ¥128,000(税抜)

●乾燥容量 5.0kg ●ガスコード接続タイプ

●高さ684×幅650×奥行561mm

●標準セット部材【設置条件により異なります。】

・専用台(高) :DS-54HSF ¥22,900(税抜)

・排湿管セット :DPS-80A ¥12,500(税込)

「衝撃の！」

40%  
OFF

はやい  
乾太くん

大満足の  
お客様の声はこちら！

キャンペーン  
特別大特価

¥98,000

(税抜)



※弊社ガス供給のお客様限定キャンペーンとなります。※キャンペーン期間は2021年5月31日までとなります。  
※住宅状況により取付工事ができない場合があります。※ガス工事、衣類乾燥機取付工事は別途承諾書の取交しが必要となります。

お気軽に各営業所までお問い合わせください



はがきのアンケートに答えて素敵なプレゼントをもらおう!

5名様

### パナソニック 「ホームベーカリー」

◎ おうちで手軽に!

焼き上がり時間を設定すれば、朝は焼き立てパンが食べられます。20種類のオートメニュー搭載で、食パン・フランスパン・米粉パン・ピザ生地やジャムやケーキなど、多彩なメニューが出来ます。  
また、アレルギーのある人や糖質を気にしている人も楽しめるように「グルテン・乳製品フリー」のアレンジレシピも提案しています。添加物なしのパンが焼けるので子供にも安心です。



1斤タイプ SD-SB1

外形寸法: (約)幅24.1×奥行30.4×高さ33.7cm  
重さ: (約)5.6kg



### 応募方法

別紙の応募はがきに必要事項をご記入の上ご応募ください。

※応募締切: 2021年6月30日着分まで有効  
※抽選結果の発表は発送をもって代えさせていただきます。ご了承ください。

三愛オブリガス東日本株式会社



#### 営業所一覧

本社	TEL.03-6864-1833	横浜営業所	TEL.045-590-3442
さいたま営業所	TEL.048-866-6190	相模営業所	TEL.046-243-2951
本庄営業所	TEL.0495-24-3120	津久井営業所	TEL.042-685-1034
群馬営業所	TEL.027-361-3198	横浜南営業所	TEL.045-701-0475
宇都宮営業所	TEL.028-639-0777	袋井営業所	TEL.0538-48-6188
大田原営業所	TEL.0287-47-4507	春野営業所	TEL.053-983-0222
千葉営業所	TEL.0476-90-5028	浜松営業所	TEL.053-583-3774