

# 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ぐ  
より快適な暮らしをあなたの傍で...

## 「当社ガス供給先の名店紹介」

ガスで美味しく、ガスで簡単に  
「おうちでガスごはん」

アンケートハガキで取り上げてもらいたい情報第1位  
「防災の心得」

今話題の  
「ミラブルケア」プレゼント(5名様)



代表取締役社長  
平林 晃

平素は格別のご高配を賜り、ありがたく厚く御礼申し上げます。

まずは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、困難な現場で奮闘するすべての方々に敬意を表しますとともに、罹患されました方々にお見舞い申し上げます。

弊社では、社員の健康管理を徹底し営業所内にウイルス除去・除菌機を設置するなど、ライフライン事業者としての使命を果たすため、感染拡大防止に向けた取り組みを今後も継続してまいります。

また、デジタルサービスの進化と、お客様のライフスタイルの変化に柔軟に対応すべく2022年度末までに『無線通信装置』をすべてのお客様宅のガスメーターに無償で設置させていただき『デジタルサービスを通じたストレスフリーな結びつき』の実現に取り組んでまいります。

### 『困ったときのガス屋さん』

私たちは、ガス屋さんの初心であるお客様との『心の結びつき』も大切にいたします。

『オブリ(Obbli)』の語源である『感謝の気持ち(Obbligo:イタリア語)』を社名に背負い、小さな大工・水道工事など、どこに相談するかお困りごとのお手伝いさせていただきます。

お気軽に弊社までご一報ください。

### 本社メンバー紹介



後列左 森 石川 平林 旭 粕尾 中宮 望月 鈴木 真田  
前列左 高倉 豎山 脇濱 篠原 増川

当社では、社長以下営業部 総務部 保安部 合計16名でお客様の快適生活のお手伝いをさせていただいております。今後とも三愛オブリガス東日本(株)をどうぞ宜しくお願い致します。次回以降は各支店の営業所を順番にご紹介してまいります。



# 当社ガス供給先の名店紹介



Vol.1

都内のおすすめお客様店舗

## 麺処あきら

佐世保市・早岐に本店を構え、アメリカにも進出している人気ラーメン店が東京に初出店。歌舞伎風のパンチのきいた看板が目印の門前仲町店は、昨年11月のオープン以来、早くも客足の途絶えない繁盛店となっています。

黒を基調にしたシックで清潔感のある店内には、カウンター席だけではなく、落ち着けるテーブル席も完備。「豚骨」「家系」「あごだし醤油」「塩」をはじめ、誰もが満足できる多彩なメニューを提供しています。

中でもひと際存在感を放つのは、新鮮な豚骨をじっくり炊きだしたスープに独自製法の醤油ダレを使用した「屋台」(税込781円)。博多麺に似た細麺ストレートに濃厚スープが相性良く絡み、コリコリ食感のキクラゲもベストマッチしています。



店舗  
情報

### 麺処あきら

東京都江東区 門前仲町2-7-3 室井ビル1F  
門前仲町駅[5] 出口から徒歩約1分  
TEL: 03-5809-8282

## 焼肉一七三

店内に入ると壁面には芸能人のサインがずらり。JR恵比寿駅西口徒歩1分にある「焼肉一七三」は、上質肉をお手頃価格で食べられる知る人ぞ知る名店です。

店内の全26席はすべてカウンター席の「大阪下町スタイル」のため、一人でも入りやすいのが特徴。看板メニューの「厳選牛の塊 量り売り(100gごと)」をはじめ、ホルモンと和牛の盛り合わせ「一七三盛り」(税込2,500円)などの盛り合わせメニューも人気です。目の前で調理人が焼き上げてくれるため、安心して本格焼肉を味わうことができます。また、名物の牛すじカレーや、さっぱり煮干し冷麺など、各種サイドメニューも豊富で、ランチ営業や各種お弁当のテイクアウトも行っています。



店舗  
情報

### 焼肉一七三(イナミ)

東京都渋谷区 恵比寿西1-9-2 ヤマビル1F  
恵比寿駅[3] 出口から徒歩約1分  
TEL: 050-5304-8666 (予約・問い合わせ)



## Ease Laundry e-wash 東大和店

2020年10月25日に、「Ease Laundry e-wash東大和店」がオープンしました。東京・神奈川・千葉・埼玉に16店舗のコインランドリーをプロデュースしている(株)スピンドルの、新たなフラッグシップとなる直営1号店で、近隣のランドマークになる大きな屋外時計のある親しみやすいランドリーです。店内には、羽毛布団や毛布などの大型洗濯物、大量の洗濯物がまとめて洗える新型機器を設置。さらにコロナ禍の衛生面に配慮したエアバスターを導入しています。ファミリー層から一人暮らしの方まで、清潔で健康な毎日をサポートするコインランドリーです。



店舗  
情報

Ease Laundry (イーズランドリー)  
e-wash (イーウォッシュ) 東大和店  
東京都東大和市 上台北1-1069-1  
上台北駅[出口2] 出口から徒歩約6分



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

レシピ制作

Instagram始めました



料理研究家  
もと

さちこ

**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

## 焼肉スタミナ丼



### ◆ 材料 (2人分)

|            |        |
|------------|--------|
| 牛焼き肉用 (8枚) | 約 120g |
| ピーマン       | 1個     |
| かぼちゃスライス   | 適量     |
| キムチ        | 適量     |
| ご飯         | 2人分    |

### 焼き肉のたれの調味料

|          |      |
|----------|------|
| 醤油       | 大さじ3 |
| 酒        | 大さじ1 |
| みりん      | 大さじ2 |
| 砂糖       | 小さじ1 |
| 甜面醬      | 小さじ1 |
| んにくすりおろし | 少々   |
| りんごすりおろし | 30g  |

### ◆ 作り方

- 1 焼肉のたれの調味料を混ぜ合わせる。
- 2 たれの大きさ2杯を牛肉にからめておく。
- 3 ピーマンは種をとり4等分に、かぼちゃのスライスは半分切る。
- 4 グリルに肉と野菜を並べ両面の場合は上下中火で5分。片面グリルの場合は中火で5分で返し5分焼く。
- 5 器にご飯を入れ焼肉、ピーマン、かぼちゃを盛り付けてたれをかけ、お好みでキムチを添える。

夏の暑い日にお家でバーベキュー気分になれます。  
夏バテ防止のスタミナメニュー!



1



2



4

## なすの坦坦冷やしうどん



|             |        |
|-------------|--------|
| ◆材料 (2人分)   |        |
| 冷凍うどん(200g) | 2個     |
| なす          | 1本     |
| 豚ひき肉        | 100g   |
| 長ネギみじん切り    | 大さじ3   |
| にんにくみじん切り   | 小さじ1   |
| 生姜みじん切り     | 小さじ2   |
| みょうが        | 1個     |
| 具の調味料       |        |
| 胡麻油         | 大さじ1   |
| 酒           | 大さじ1   |
| 醤油          | 大さじ1   |
| 甜面醬         | 大さじ1   |
| 坦坦汁調味料      |        |
| 鶏ガラスープ      | 200ml  |
| (鶏ガラスープの素)  | 小さじ1   |
| 練りごま        | 大さじ3   |
| 醤油          | 大さじ1.5 |
| 酢           | 大さじ1   |
| 豆板醤         | 小さじ1/2 |
|             | (お好みで) |

### ◆作り方

- 1 なすはへたを落として縦半分にし、さらに4等分にして細かく切り、塩をまぶして洗い流してアクを取る。
- 2 フライパンに胡麻油を熱し、みじん切りにしたにんにく、生姜、長ネギ、豚ひき肉を炒め、水気を切ったなすを加え、火が通ったら具の調味料を加えて仕上げる。
- 3 坦坦汁の調味料を合わせておく。
- 4 鍋に湯を沸かし、冷凍うどんを入れ1分で火を止め、ざるに上げて氷水で冷やす。
- 5 器に水気を切ったうどんを入れて坦坦汁をかけ、2をのせてみょうがの小口切りを添える。

食欲のない夏にさっぱり美味しい冷やしうどんです。



## 鰹の南蛮漬け



|           |               |
|-----------|---------------|
| ◆材料 (4人分) |               |
| 鰹         | 3尾 (3枚おろしにする) |
| 長ネギ       | 1本            |
| パプリカ      | 1/3個          |
| いんげん      | 5本            |
| ミニトマト     | 4個            |
| 小麦粉       | 大さじ2          |
| サラダ油      | 大さじ5          |
| 南蛮漬けの調味料  |               |
| みりん       | 90ml          |
| 酢         | 90ml          |
| 醤油        | 大さじ3          |
| だし汁       | 100ml         |
| 砂糖        | 大さじ2/3        |
| 塩         | 小さじ1/4        |
| 赤唐辛子      | 1本            |

### ◆作り方

- 1 3枚おろしにした鰹を半分に分けて小麦粉を両面にまぶす。
- 2 長ネギは3センチ幅の筒状に切り、パプリカは細く、いんげんはすじをとり半分に分けておく。
- 3 フライパンに分量の油を入れて低温から鰹を並べ、こんがり焼き色がつけいたら返し、長ネギ、いんげん、最後にパプリカも加えて炒める。
- 4 火が通ったものから耐熱の保存容器に取り出し、ミニトマトを入れる。
- 5 鍋に南蛮漬けの調味料を入れて沸かし、熱いうちに4に回しかけ、種を取り除いた赤唐辛子を加える。

あら熱がとれたら冷蔵庫へ。  
冷蔵庫で4~5日保存可能。夏バテ防止の一品になります。



## すいかゼリー



|           |                |
|-----------|----------------|
| ◆材料 (4個分) |                |
| すいかゼリー    |                |
| すいか       | 300g (皮をどしたもの) |
| 砂糖        | 大さじ1           |
| A         |                |
| ゼラチン      | 5g             |
| 水         | 大さじ2           |
| チョコチップ    | 適量             |
| 飾り用すいか    | 適量             |
| キウイゼリー    |                |
| キウイ       | 2個             |
| 砂糖        | 大さじ1           |
| B         |                |
| ゼラチン      | 2g             |
| 水         | 小さじ2           |

### ◆作り方

- 1 Aのゼラチンは分量の水に振り入れふやかしておく。
- 2 すいかは種を取り、鍋の中でホイッパー又はブレンダーでジュース状にする。
- 3 2に砂糖を加えて火にかけて砂糖が溶けたら1のゼラチンを溶かす。
- 4 3の鍋を氷水につけてあら熱を取り、容器に分けて冷蔵庫で冷やす。
- 5 4を15分冷やしたら冷蔵庫からいったん取り出し、チョコチップを入れてさらに15分冷やし、すいかゼリーを作る。
- 6 キウイは皮をむいてカットし、2と同じように鍋の中でジュース状にする。
- 7 6に砂糖を加えて火にかけて砂糖が溶けたらふやかしたBを加えて溶かし、氷水にあててあら熱をとる。
- 8 5のすいかゼリーの上にキウイゼリーをのせ固まるまで冷蔵庫で冷やし、くりぬいたすいかを飾って完成。

すいかゼリーを冷やして表面が固まってきたら次のキウイゼリーを流す見た目がすいかのさわやかゼリー。お子様も喜びますね。



# 安全・安心への取り組みのお知らせです

三菱石油グループでは、KDDIが提供する安全な低電力広域無線通信（LPWA）を活用して、『無線通信装置』のガスメーターへの設置・サービスを順次展開いたします。

非接触による毎月検針の自動化、Web明細による検針票のペーパーレス化など、安全・安心・地球環境保護にも貢献して、非接触型が主流となってもサービス向上につなげてまいります。

屋外作業のみです。  
お留守の場合でも  
設置させていただきます。

設置費用、通信料は  
弊社負担です。お客様の  
費用負担はございません。



LPガスメーターの  
異常検知を24時間体制で  
見守ります。

自動検針で、検針員の  
訪問がなくなります。

## LPWAとは

これまでよりも通信端末の消費電力が小さくなり、  
より広いエリアで通信環境が提供可能に！

**L**ow **P**ower **W**ide **A**rea

省電力

広いエリア



15年ぶりに

# ユニフォーム リニューアル



本庄営業所矢部社員

15年ぶりにユニフォームを刷新しました。

左：冬季シーズン用 右：スリーシーズン用（ミズノ製を採用）

いざという時の  
ために…

事前を知っておきたい

# 防災の心得

地震編

地震や大雨など、毎年のように日本各地で自然災害による被害が発生しています。とっさの判断が命取りになる状況に陥ったとき、頼れるのは自分の知識と事前の準備です。こちらのページでは、最も大きな被害に繋がりがやすい地震時に覚えておきたい基礎知識を紹介します。

## グッと きたときの 基本3箇条



### 1 まずは 自分の身を守る

#### ①屋内にいたら

防災頭巾や座布団などで頭を保護しながら、テーブルや机の下に逃げ込んでその脚部分を押さえましょう。さらに、ドアを開けるなど脱出経路を確保しましょう。

#### ②屋外にいたら

建物やブロック塀の倒壊や窓ガラスの落下などの危険を避けて、空地などの安全な場所に避難しましょう。

#### ③地下街にいたら

管理者の避難誘導に従い、周囲の人々と協調した冷静な行動をとりましょう。パニックにならないよう皆が留意したいものです。

#### ④海辺にいたら

津波からの避難は一刻を争います。海のそばで大きな揺れを感じたら、テレビやラジオの情報に注意しながら、津波警報や避難勧告が出る前でも、自らの判断で近くの高台や頑丈なビルや施設の上に避難しましょう。

### 2 被害の拡大を 防ぐ行動

#### ①火災の拡大を防ぐ

地震の際、火元の確認と初期消火に努めることは被害の拡大を防ぐ基本です。ただし、最近のガス設備は安全性に優れているので、まずは身をкаばった後でかまいません。



#### ②交通の混乱を防ぐ

被災地では、救急・救助活動や消火活動のため、交通規制が行われます。自家用車での避難は混乱の原因になりかねず、救急活動の妨げにもなるので、避けましょう。

### 3 家族の安否確認

#### ①家族の集合場所・ 連絡方法

自分の安全が確保できたら、すぐに心配になるのは家族の安否です。あらかじめ家族で集合場所を決め、通勤や通学先にいる場合の連絡方法を確認しておく必要があります。

#### ②災害用伝言ダイヤル

災害時は携帯電話が繋がりにづらくなります。「171」の番号でガイダンスにしたがって音声メッセージを録音しておく、家族などが「171」をダイヤルして聞くことができます。



## お住まいの地域のハザードマップはご存じですか？

「ハザードマップ」とは、防災マップ、被害予測図、被害想定図、アボイド(回避)マップ、リスクマップなどとも呼ばれ、一般的に「自然災害による被害の軽減や防災対策に使用する目的で、被災想定区域や避難場所・避難経路などの防災関係施設の位置などを表示した地図」を指します。

もしもの時に焦ることの無いように、事前に内容を確認しておきましょう。

ハザードマップ ポータルサイト  
<https://disaportal.gsi.go.jp/>





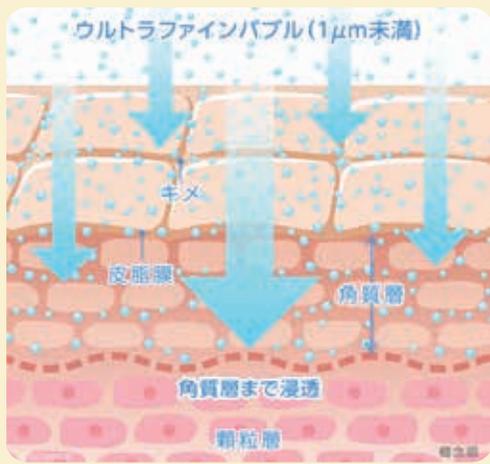
はがきのアンケートに答えて素敵なプレゼントをもらおう!

### ウルトラファインバブル生成スプレー 「ミラブルケア」

5  
名様

◎ さまざまな液体にファインバブルの力を  
「ミラブルケア」は、毛穴やキメよりも小さいウルトラファインバブル\*1を1ccに1億個以上生成\*2。ウルトラファインバブルで化粧水の浸透力をアップし、お肌に潤いを。使い方も簡単。化粧水をミラブルケアに入れ、ポンピングしてスプレーするだけです。

- ※1 ウルトラファインバブル:直径1μm未満の泡の事で、マイクロバブルよりさらに小さく、非常にすぐれた洗浄力を持つ。
- ※2 1億個以上は蒸留水の場合。



電源は不要。化粧水を入れてポンピングするだけです。

### 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10月31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 |