

いつもあなたの暮らしのそばに

ORANGE cafe[♪]

Vol. 16



【誌面ギャラリー】読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋に、癒しの秋

— Work Shop —

街ネタ



インドカレー&カフェ
サンライズ



オーナーさまは、ネパール出身です。

立岩地区路上で海外の方がプラカードを持ってお店の案内をしているのが気になって、そんな気になるお店インドカレー&カフェ『サンライズ』に出かけてみました。

スパイスで作るカレー（多種類）とナン（香ばしいプレーン、とろろりのびるチーズ、くせになる味ガリック）は、それぞれ種類を選ぶことができ、ランチ・ディナーを問わず同じ料金で楽しめます。

日本人好みのエビフライやトンカツ、チキンカツなどお得セット（サラダ、ドリンク付）メニューがずらり。がつつり食べて、満足して帰っていただきたいというオーナーさまの気持ちです。

インド料理極めつけのカレーを是非お召し上がりください。

テイクアウトもOKなんだから。♪



住所：鳴門市撫養町立岩字七枚136
 営業：ランチタイム 10:00～15:00
 ディナータイム 17:00～21:30
 電話：088 (679) 4989

一度食べたら、 やみつきカレー& 焼きたてナン♪

チーズ好きにはたまらない
とろ～りのびるチーズナンセット
1,000円（税込）

【お好きなカレー・サラダ
チキンティッカ・ドリンク付】



チキンカレー



チーズカレー

今注目の『藍色』

藍のふるさと徳島 “阿波藍” 日本一

神秘的な青の濃淡はさまざまで、青系色だけでもバリエーション多く楽しめる
 藍染め（伝統色）の豊かさは、世界に例がないと言われています。
 歴史ある藍染めは、江戸時代は庶民にまで普及し、明治時代に来日した外国人は
 町中にあふれる青（ジャパンブルー）に驚いたといいます。
 藍によって育まれた徳島。今も受け継がれている上質な天然藍を生活の中に取り
 込みたいですね。

藍は、奈良時代に中国から伝来した
 と言われている植物です。色あせしに
 くく消臭や抗菌効果もあるとされる藍
 染め、染料以外にも薬や食用として古
 くから多種多様に用いられ、日本人の
 暮らしに馴染んできました。
 徳島に住んでいると、学校の授業で藍
 染め体験をされた方も多いと思われま
 す。

藍染めの染料に使われるのは、藍の
 葉から作られる「すくも」藍玉です。
 徳島の藍の品質は別格で藍づくりが
 栄え、藍染めに欠かせない「藍がめ」
 は大谷焼きです。
 このように、藍染めから様々な工芸品
 が生まれ、多数の伝統が継承されてい
 ます。



藍の花
(9月中旬が見頃)

Bluezone 豆知識

- ① 解毒・解熱・消炎などの薬用作用
 - ② 虫食いを防ぐ虫除け効果
 - ③ 下着に最適な消臭効果
 - ④ 肌荒れ・冷え性に良い保湿効果
 - ⑤ 日焼け・雪焼けを軽減
紫外線防止効果
 - ⑥ 糸を強固にする働きで
生地が丈夫に
 - ⑦ アトピー性皮膚炎への予防
抗菌効果（細菌の増殖を抑制）
- 吉野川沿岸地で藍が育ち、丁寧に丁
 寧に染め重ねながら自然の色をいただ
 く阿波藍（徳島ブルー）は、身体を元
 気にしてくれていたのです。♪
 先人の知恵があふれ、驚くほど役立
 つことばかりです。暮らしに欠かせな
 い存在だった藍の力が改めて注目され
 ています。



藍染めの染料『すくも』作り



東京2020オリンピック・パラリンピックが
 藍色に染まるのを楽しみにしています。
 徳島も藍一色で盛り上げよう！



ガス栓

最近、地震など自然災害が各地で起こっていま
 す。徳島でもいつ起こるかわかりません。
 そんなとき、ガス器具に繋いであるゴムホースが
 突然に外れたらどうしようなんて、ふと思うこと
 ありませんか？

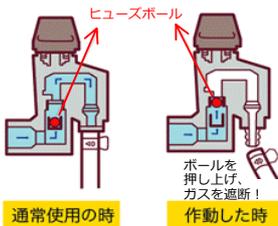
おすすめします『ヒューズガス栓』

普段は特に気にしていないガス栓ですが、ガス
 メーターと同様に大切な働きをしてくれます。
 ヒューズガス栓は、もし、ゴム管がはずれたり、
 途中で切れたりして、一度にガスが多量に流れる
 など異常がおきると、ヒューズボールが押し上げ
 られ、ガスの通過孔をふさぎます。こうしてガス
 漏れ事故を未然に防ぐことができるのです。
 新しく取り付けるガス栓は、ヒューズガス栓に
 なっています。旧型ガス栓をお使いのお客さまは、
 ヒューズガス栓へのお取り替えをおすすめします。

「ヒューズボール」がガスの流れの要！

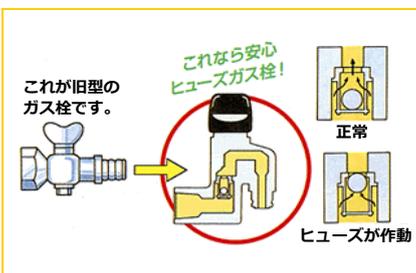
ヒューズガス栓のしくみ

ボールがガスの流れを
 しっかりコントロールします。



通常使用の時

作動した時



これが旧型の
ガス栓です。

これなら安心
ヒューズガス栓!

正常

ヒューズが作動



火加減を確認しながら
楽しくお料理しています。



反対の手は必ず猫の手で、
上手に切れています。

今年で5回目となる鳴門ガス『夏休み親子で料理教室』を開催しました。今回もたくさんの方の親子に参加していただきました。調理を始める前に、鳴門市食生活改善協議会のヘルスマイトさんたちは手づくりカルタで、調理講師の山田純子先生からは「いただきどきに感謝、作ってくれた人に感謝、『ありがとう』『いただきます』『ごちそうさま』、感謝の気持ちを言葉にすることも大事です。」と、食の大切さを教えてくださいました。子供たちは真剣にお話を聞き、周りにいる大人たちにも心に響くお言葉でした。

第5回 親子で料理教室

〜食から学ぶことが
いっぱい〜



包丁を持って食材を切る子供たち、ガスコンロを使って調理する子供たちの側であたたかく見守るお父さんとお母さん。『うまく焼けているかなあ?』とガスオーブンを一心で見つめる子供たちの姿をみて、私たちも確かな手ごたえを感じていました。

食育を通じて、子供たちの成長をサポートできる鳴門ガスでありたいと願っています。これからもご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。



恒例の大感謝祭
10/28 (土)
29 (日)
2日間
9:00~17:00

鳴門ガスのイベント情報

「オレンジカフェ」地域生活情報誌ではお客様のご意見をもとに、よりよい誌面づくりを目指しています。読者アンケートのご協力をお願いいたします!

●ご愛読いただき、厚く御礼申し上げます。
また、貴重なご意見・ご感想をいただき誠にありがとうございます。

2017年10月号 Vol. **16**

ご意見・ご感想等ご記入ください。

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



プレゼント付きクイズ& 読者アンケート

応募方法は裏面をご覧ください。

真っ赤なトマトには栄養がいっぱい!

美肌効果や風邪予防に役立つ**ビタミンC**や**食物繊維**などバランス良く含んでいます。

トマトスープ <親子で料理教室で作ったレシピだよ!>

- 材料4人分—
- トマト (中玉) 1個
 - 玉ねぎ (中玉) 0.5個
 - ベーコン 2枚
 - ジャガイモ (中玉) 1個
 - 青菜 適量
 - A { 水 3カップ
 - 酒 大さじ2
 - コンソメ 1.5個
 - コショウ 少々
 - 塩 少々

- 作り方—
- ①玉ねぎは薄切り、トマトと皮をむいたジャガイモは、1cm角に切る。ベーコンは、1cm幅に切る。
 - ②鍋にAと、①を入れて、柔らかくなるまで煮る。
 - ③青菜は、1cm幅に切っておく。
 - ④②に、③の青菜を加えて、塩とコショウで味を整える。



Ticket PAL チケットパル情報

「お問い合わせ」チケットパル TEL. 088-684-0841



チケット情報は
ここからも
ご覧になれます

鳴門市撫養町南浜字東浜24-21 鳴門ガスショールーム 1F (鳴門文化会館西隣)
■ 営業時間 (平日) 10:00AM ~ 7:00PM (日・祝日) 10:00AM ~ 5:00PM

なるとDeシネマ
『湯を沸かすほどの熱い愛』
去年に公開された、家族の愛の物語です。 <主演は宮沢りえ>
日時: **11/26** (日) ①2:00PM ②6:00PM
会場: 鳴門市文化会館
料金: 前売 (大人・子供共通) ¥900 **発売: 好評発売中**

氣志團 結成20周年記念ツアー「リーゼント魂」
日時: 2018 **1/8** (月・祝) 5:30PM
会場: サンポートホール 高松大ホール
料金: 先輩席¥7,920 後輩席¥6,920 **発売: 12/2 (土)**

一青窈
日時: **12/16** (土) 6:00PM
会場: サンポートホール 高松大ホール
料金: 全席指定 ¥6,500 **発売: 10/14 (土)**

ポルノグラフィティ ~15thライブサーキット~
日時: **12/5** (火) 6:30PM
会場: レグザムホール (香川県民ホール大ホール)
料金: 全席指定 ¥7,500 **発売: 10/28 (土)**

—— 鳴門でないと見られないメンバーの新喜劇です! ——
123! 鳴門deよしもとラフ&スポーツ
吉本新喜劇バラエティ
日時: **12/3** (日) ①3:30PM ②6:00PM
会場: 鳴門市文化会館
料金: 全席指定 ¥3,000 **発売: 好評発売中**

BREAKERZ
日時: **11/8** (土) 6:00PM
会場: 高松MONSTER (香川県) **発売: 10/7 (土)**
料金: オールスタンディング ¥6,500 ※整理番号付・ドリンク代別

島津 亜矢
日時: 2018 **4/21** (土) ①1:00PM ②5:00PM
会場: 鳴門市文化会館
料金: S席 ¥7,150 **発売: 10/28 (土)**

(注) ここに掲載の情報は急遽発売方法が変更になることもありますので発売日の前日にお問い合わせ下さい。公演によっては、先頭にお並び頂いてもお買い求めにならない場合がございます。
*未就学児のご入場は、お断りさせていただきます。*表示価格はすべて税込価格です。

オレンジカフェ クイズ

【問題】 当社は、今年もたくさんの親子に参加していただき『夏休み親子で料理教室』を開催することができました。さて、今年で何回目になるのでしょうか？
ヒント: この情報誌を読んでくださいね♪
—右記のハガキに解答欄があります—

クイズ&読者アンケートにご協力いただいた方の中から
抽選で2名様に
プレゼント!

カセットガス iwatani
スモークレス焼肉グリル“やきまる”
焼肉をしたいと思っても煙がでるのでなかなか…、そんな悩みを解決した焼肉グリルです。煙の発生を少なく抑え、室内で手軽に焼肉が楽しめます。直火なので焼き面温度の立ち上がりが早くお肉がこんがり美味しく焼けます。

本体サイズ: 303×278×149mm
最大発熱量: 1.0kW (900kcal/h)

発表
厳正なる抽選のうえ、当選発表は当選者様へのご連絡をもってかえさせていただきます。賞品は鳴門ガスショールームにてお渡しいたします。(ご連絡は2017年11月下旬頃予定)

オレンジカフェ 次回は12月発行予定です!

キリトリ線

恐れ入りますが、62円切手を貼ってご投函ください。

鳴門市撫養町南浜字東浜24-21
鳴門ガス株式会社
プレゼント付クイズ&読者アンケート
「オレンジカフェ」係 行

772-0003

(ファックス) 088-685-8516

お名前	(フリガナ)		性別	1. 男
				2. 女
生年月日	昭和・平成	年	月	日
ご住所	〒 -			
お電話番号	() -			

※上記の個人情報につきましては、プレゼントの抽選及びご連絡以外には使用いたしません。

オレンジカフェ クイズ
解答欄の正しい方を○で囲んでください。正解者の中から左記を抽選でプレゼント!

解答欄 1. 1回目 2. 5回目 3. 10回目

読者アンケート 該当する番号にシ印をつけてください。

「オレンジカフェ」でもおもしろいと思った記事をお選びください。 <input type="checkbox"/> 1. 街ネタ <input type="checkbox"/> 2. 徳島ブルー <input type="checkbox"/> 3. 親子で料理教室 <input type="checkbox"/> 4. ガス栓 <input type="checkbox"/> 5. レシピ <input type="checkbox"/> 6. チケット情報 <input type="checkbox"/> 7. その他	ご意見・ご感想、お気付きの点があればお聞かせください。裏面に記入をお願い致します。 応募締切 2017年11月10日消印有効
--	---

キリトリ線