

# 炎

ほのお



イメージキャラクター  
モアモアファミリー

暮らしの中の  
ちよつとイイこと  
おすすめわけ！



食の宅配便

チーズ

ガスのことを知っておこう！

ガス浴室暖房乾燥機

インフォメーション

お店紹介！「にいつ駄菓子」の駅+昭和のなつかし屋

教室紹介「冬の薬膳料理」

全国親子クッキングコンテスト結果報告

秋葉つ子ふゆまつり開催

読者投稿コーナー

「今だからこそ言える失敗談」

といえば

今回の写真・瓢湖の白鳥

白鳥を見に行ったら、  
ちよつと餌やりタイムで  
引くくらいカモがいました。  
(新潟市/とりっぴー)

⑦

⑥

⑤

③

④

①

②



あなたの作品が炎の表紙に！

炎では表紙を飾る写真を募集しています。写真又は写真データに作品のタイトルとコメントを添えてお送りください。応募方法、送り先、採用プレゼントはうら表紙面の投稿コーナーと同じです。お待ちしております！

地産地消  
と  
新潟旬素材!



手間と愛情をかけるほど  
おいしい牛乳になっていく

ご家族で酪農に取り組み坂井  
武史さんと美幸さん。取材に訪れ  
たときはちょうど牛たちの食事が  
終わった頃。清潔で心地よい牛舎  
で、のんびりとくつろいでいました。  
「牛は休んでいるときに大事。どの  
ように休むかでおっぱいの質と量  
が変わります」と美幸さん。エサ  
にもこだわり、米やクラフトビール  
の製造工程で出た麦芽カス、坂井  
さんたちが育てた牧草などを、1  
日数回にわけて決まった時間に与

えています。それで牛たちのおな  
かの状態が安定するのです。

牛の数は現在65頭。経産牛と  
いってお乳が出る牛が41頭、子牛  
などが24頭います。たくさん牛乳  
を出してくれる分、ストレスにも  
弱いので坂井さんたちは牛の気持  
ちになってたつぷりと愛情をかけ  
ています。  
「そうする  
と、おいしい  
牛乳を出し  
てくれる」と  
武史さんは  
言います。



生き残りを模索をする中で  
チーズ作りの道が拓く

坂井さんたちが本格的にチーズ  
を作り始めたのは3年前。そこ  
には大きな危機感があったのです。  
15年ほど前、この地域には20軒も  
の酪農家がいてにぎわっていまし  
た。それが時代とともに今では5  
軒に減りました。「どんなに牛乳  
の品質や安心安全にこだわっても、  
消費者に酪農家が直接販売する  
のは難しい。加工品にするなど、何  
かしなければ生き残れない…」  
悩んでいたところ、とあるレスト

ランから「坂井さんのところはチー  
ズはないの?」と言われます。何気  
ない一言だったのでしょうか、ちょ  
うど美幸さんが趣味で家族用の  
チーズを作っていました。「ジェラー  
トやアイスはすでにやっている酪農  
家が多いし、それよりもおいしい  
製品を作る自信はない。だったら  
チーズを商品化しよう!」

チーズを作って販売するには食  
品衛生法にのっとった施設や専用の  
機械が必要でしたが、これまたタ  
イミングよく新潟市南区にアグリ  
パークがオープン。農家の6次産業  
化<sup>※</sup>をサポートする食品加工支援  
センターが併設されており、視察に  
行ったら坂井さんたちが思い描く  
設備がそっくり整っていたのです!  
※農産物を加工して販売し、新たな付加価値を生むこと

お母さんが  
作ったチーズ、  
食べてみてね!



ガス会社から  
食の話題を  
お届けします

# チーズ

LOYALHILL HOLSTEINS  
ロイヤルヒルホルスタインズ

食の定期  
宅配便

# 酪農家発こだわり生乳チーズ

もつと多くの人と出会いたい  
牛乳のおいしさを伝えたい

それから美幸さんは1年半も  
食品加工支援センターへ通いまし  
た。子育て真っ最中でしたが、家族  
で助け合いながらチーズ製造に取  
り組みます。チーズ作りは時間が  
かかるので「試作は夜中にするこ



出産後の牛には味噌汁を飲ませている。疲労回復に効果が  
あり、牛も喜んで飲むという。

とが多かった」と言います。最初は  
「さけるチーズ」を販売し、その後  
は味つけたモッツアレラや飲む  
ヨーグルトなど商品を増やしてい  
きました。



○「酪農は地域のみなさんに理  
解していただかないとやってい  
けない。循環型の酪農を考え  
ながら地域とつながっていき  
たい」と武史さん。



○「最初はただの好奇心でしたが、  
初めて作ったチーズがうまいっ  
て。あれ、楽しい!とはまりました。  
失敗していたら人生が変わって  
たでしょうね(笑)」と美幸さん。

坂井さんたちのがんばりから生  
まれたチーズは今やひっぱりだこ。  
取り扱う店舗も増え、メディアで  
も報道されるようになりました。  
さらに、昨年11月にはいがた6  
次化フェア2017「第3回6次

## チーズレシピ紹介

### さけるロングチーズと 野菜のリボンサラダ



〈材料:2人分〉

- さけるロングチーズ…1袋
- きゅうり…1本
- 大根…1/4本
- 黒オリーブ…2個
- フレンチドレッシングサラダ…大さじ2
- にんじん…1/2本

- 1 さけるロングチーズをできるだけ細く手でさく。  
黒オリーブは薄切りに。
- 2 きゅうり・にんじん・大根などの野菜はピーラーを使い  
薄く削る(すべて幅1センチ程度)。
- 3 チーズ・野菜・黒オリーブをボウルに入れ、  
フレンチドレッシングでサッと和えて器に盛り付ける。

他にも肉の代わりに「ハードモzzarellaでしゃぶ  
しゃぶ」。キムチ鍋や豚汁にもよく合うが、煮込むと  
溶けてしまうので要注意。白玉の代わりに入れる  
「ハードモzzarellaのおしるこ」もおすすめ。



化大賞」で、全国66商品の中から  
グランプリに次ぐ「新潟市長賞」  
を受賞しました。  
「チーズを通じて自分たちの牛  
乳を多くの人に伝えられるよう  
になり、酪農だけでは会えない人にも  
たくさん会いました。地域のみなさ  
んが手土産や贈り物にチーズを使っ  
てくださるのも嬉しい。生活に楽し  
みが増えました」と坂井さん。今後  
の目標は熟成タイプのチーズ作り  
に挑戦することだそうです。

## LOYALHILL HOLSTEINS

新潟市江南区横越東町2-24-2

☎090-4746-6670

(平日10:00~17:00)

<http://www.h-loyalhill.com>



LOYALHILL  
HOLSTEINS

## ◎チーズが買えるお店

LOYALHILL HOLSTEINSに販売所はありません。HPの通販、ギ  
フトサイト「新潟直送計画」、えんではよこごし、ファーマーズ  
マーケットいっぺこ〜と、新潟伊勢丹、セルフ山片山Bandai  
店、ナチュレ片山、そら野テラスなどで買い求めください。

# 寒い季節の浴室が、安心・快適な空間に ガス浴室暖房乾燥機

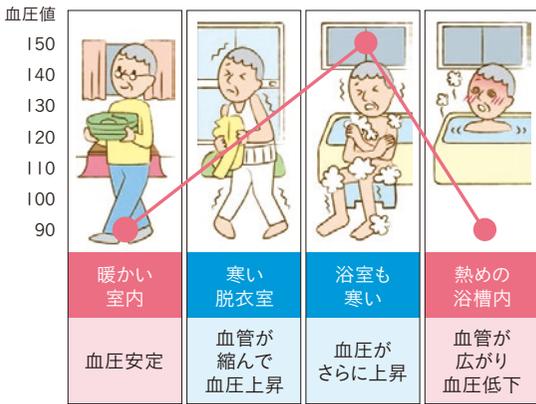
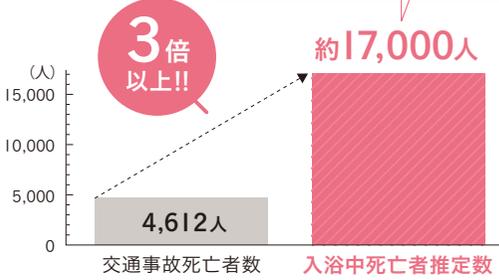
寒さが一段と厳しいこの季節。ブルブル震えて入る浴室にイライラを感じている方も多いのでは？  
「ガス浴室暖房乾燥機」なら、そんな冬の問題を素早く解決。洗濯物も短時間で乾かすことができるので便利です。

## 寒さが原因

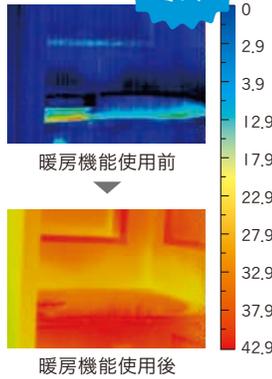
## 「ヒートショック」とは？

冬の入浴では、暖かい室内から寒い脱衣室に入っ  
て衣服を脱いだ時や、寒い浴室で熱めのお風呂に  
入った時に、体が急激な温度変化にさらされて心臓  
に大きな負担がか  
かります。これを  
「ヒートショック」と  
言い、高齢者を中心  
に年間1万7千人  
もが亡くなる入浴  
中の事故の主要な  
因の一つに上げられ  
ています。（東京都健康  
長寿医療センター調べ）

死亡者数比較



冬の浴室はこんなに寒い！

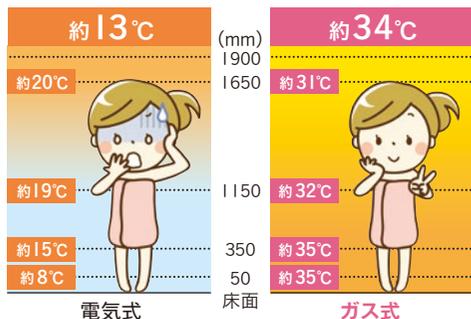


## パワフルな温風が体を守る ガス浴室暖房乾燥機

ヒートショックを防ぐためには、あらかじめ浴室を暖めておくことが効果的です。そこでおすすめなのが、スイッチひとつで暖かい空気が浴室全体に行き渡り、5分ほどで25℃まで暖めてくれる「ガス浴室暖房乾燥機」。

電気式に比べてハイパワーなので15分後には室温が34℃に。浴室の扉を開けて予備暖房をしておけば、脱衣所もポカポカ。安心して冬の入浴が楽しめます。

浴室温度分布を比較(15分後)



条件: 外気温5℃、ユニットバス1坪タイプにて床面から650mm以下平均値 (東邦ガス調べ)





冬の浴室を安全で快適な空間に変えるガス浴室暖房乾燥機。詳しい機能や設置についてのご相談など、弊社までお気軽にお問い合わせください。

ガス浴室暖房乾燥機には、パワフルな温風で入浴後の浴室や洗濯物を短時間でしっかりと乾燥させる「乾燥機能」も付いています。一年を通して洗濯日和の少ない新潟。浴室暖房乾燥機があれば、天候や時間を気にしないで、いつでも洗濯物を干すことができます。しかも、パワフルな温風でムラなく乾かすので洗濯物がシワになりにくく、ソフトに仕上がるので便利。2kgの洗濯物なら約1時間で乾き、部屋干し特有のいやな匂いもなく、花粉の季節にも対応できるのでおすすめです。

浴室も洗濯物も  
スピーディーに乾燥！

TOPIC!

2つの  
設置方法から  
選べます

今お使いのお風呂に設置するなら壁掛型、新築や浴室丸ごとリフォームなら天井埋め込み型がおすすめです。



[壁掛型]



[天井埋め込み型]

地域みんなの  
憩いの駅

プラス  
にいつ駄菓子の駅 +  
昭和のなつかし屋



子どもも大人も  
「懐かしい思い出」の場所。

にいつ0番線商店街にできた駄菓子店。「子どもたちの成長を見守りたい」という店主・原山さんの思いは、商店街の皆さんも大歓迎。午前はお年寄りや親子連れ、午後は学校帰りの学生たちで賑わうみんなの憩いの場です。昭和レトロな展示エリアは触ったり撮影したりと自由に過ごせて、座敷では鉄板焼きやドリンクなど飲食メニューも楽しめます。入り口に続く道を彩る看板にもご注目。

懐かしい&  
初めて見た!?  
300種類以上の  
駄菓子やおもちゃ  
縁日のような店内に  
並ぶ10円〜162円  
の駄菓子の数々。懐か  
しさを買い過ぎて  
しまうので要注意。



これもおすすめ!

もんじゃ焼き

ベビースター入りの駄菓子店らしい一品。ボリューム増、価格据え置きの「学生もんじゃ=学もん」も大人気。500円(学生もんじゃ400円)



DATA

新潟市秋葉区  
新津本町3-7-38  
☎0250-27-3151  
営◎10:00~19:00  
休◎毎月7の付く日  
駐◎なし



●メニューは、蒸し野菜の甘酒ドレッシングがけ、人参ごはん、黒きくらげと重ね煮のポッカポカスープ、米粉ケーキなど計6品。まずは、各食材の効能を聞きながら調理手順を学びます。小麦粉や白砂糖は身体を冷やすから米粉やてんさい糖にすると良い、小エビや乾燥黒きくらげも身体を温める、干し生姜を使うと温め効果が持続するなど、メモを取る手が止まりません。



冬の薬膳料理で血の巡りアップ!  
〜冷え性改善編〜 in  
越後天然ガスショールーム



SHOWROOM EVENT [講師紹介]

ようこそ♪  
ショールームへ!

身体の健康はできることから  
始めましょう♪

中野清美先生

心・身体・食の3つの観点で、身体の中から美しくなりたい女性を応援するサロン「ラ・クルール」代表。「命を育む食」をテーマにマクロビオティックに基づいた料理講座を開催しています。

DATA

ホリスティックサロン ラ・クルール  
〒950-0994  
新潟市中央区上所1-5-8  
サーム上所306  
☎090-9429-2405  
https://ameblo.jp/cocoro-karada-shoku/



●「通り説明が済んだら調理開始です。相談せずとも作業を分担して、調理を始める手さばきの早いこと!」切り方は? 「大きくても食べたいえあつて美味しいですから」、「甘酒入れ忘れちゃった!」「今から入れちゃえばいいんですよ」、「あつ、味見:今更遅いか(笑)」なんて、いい塩梅で楽しく調理が進みます。

●あつという間に完成した料理の数々を、漢方の基本「気血水」の解説とともにいただきます。食材はもちろん食べ方も肝心で、よく噛んで唾液を出すことが一番手軽な健康法。「お金もかからないしね(笑)」と、終始笑い声の溢れる料理教室でした。





主人との初デートの時に、古い油を使ってお弁当を作って行ってしまい。お弁当を食べた主人が、お腹をこわしてしまいました…。結婚15年目の今でも笑い話として、その話で盛り上げられます。本当に申し訳なかったです!!(ばんだ)

初デートでは衝撃的な出来事です!今でも笑い話で盛り上げられるなんて素敵なお夫婦ですね!結婚15周年おめでとございます♪  
(編集部㊿)

家電量販店にて電子レンジを購入。支払を済ませ商品を持った所、想像以上に重く思わず力んだら「ブツ」とでかい尻をこいてしまった。知らんぷりしてくれた店員さん、ありがとう。(かめきち)

想像以上に重たいモノを持った時の発射はわかります!生理現象でどうにもコントロールができませんよね。かわいい失敗談ですよ。経験者は多いのではないのでしょうか?(編集部㊿)

## 読者投稿 コーナー



## 「今だからこそ言える失敗談」といえば



毎回3個のお弁当を作っています。2段重ねで、上におかず、下にごはんです。長女が大学生の時お弁当をあけたら、なんとごはんがからっぽ。入れたつもりで上の段を重ねてしまったみたい。姉に話したら「夫婦げんかした翌日はわざと入れない人もいるよ」と言われました。なるほど!!  
(ぐうたらママ)

毎回3個のお弁当作りお疲れさまです!尊敬します。一度くらい失敗はありますよね。夫婦げんかの翌日も、旦那さまにもしっかり作ってあげてください…(笑)(編集部㊿)

いつもは歩いていく近所のスーパー、その日は雨だったので車で行きました。帰りは晴れていたで車で来たことを忘れて歩いて帰宅。家で家事やご飯作りをしてはっ!と外を見たら車がない!車が盗まれた〜!と家族を巻き込んで大騒ぎ(笑)警察に連絡する一歩手前で鞆の中に入っていた車のキーで思い出しました…。今となっては笑い話です♪(ケリーちゃん)

車の盗難だったとしたら大事件ですね(笑)でも、鞆の中を確認して良かったです。いつも何気なく歩いて行く場所だと同じように帰宅する気持ち、よくわかります。(編集部㊿)

## 次回の 投稿テーマ 「忘れられない無駄遣い」です

投稿コーナーではみんなに知らせたいっておきのエピソードをお待ちしております。送り先は、郵便、PC、携帯どれでもOKです。

**応募締切** 平成30年3月31日(土)の消印有効

**応募方法** 郵便ハガキ、封書又はEメールに、ご住所、お名前を明記(入力)の上、テーマに沿った原稿をご応募ください。  
※掲載される際に匿名やペンネームを希望される場合はお知らせください。

**送り先** 郵便：〒956-0003 新潟市秋葉区新津4516番地 越後天然ガス株式会社  
季刊情報誌ほのお「読者投稿」コーナー係  
PC・携帯：季刊情報誌ほのお専用Eメールアドレス honoo@echiten-gas.co.jp

採用させていただいたお客さまにはクオカード(500円分)を進呈させていただきます。



楽しい  
エピソード  
募集します!