みんなで作る暮らしのマガジン

エプロン APRON

TOKAI Group Presents Life Magazine “Apron”

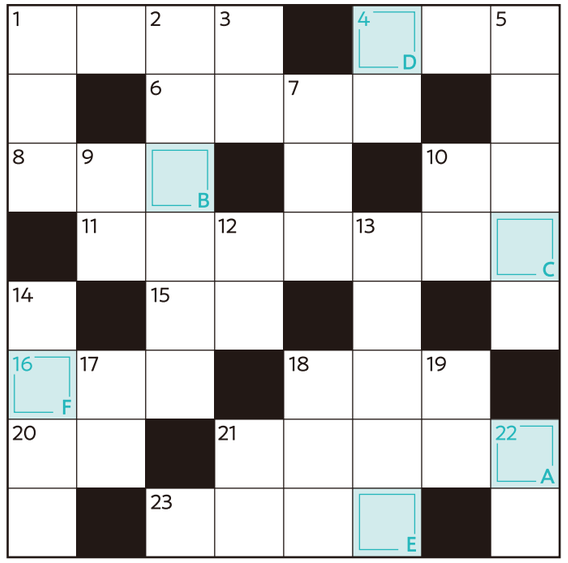
Vol.192
APRON 2021

TOKAIグループ



あたまの体操 クロスワード

Q A～Fの順に並べてできる言葉は何でしょう？



こたえ	A	B	C	D	E	F

正解は次号及びエプロン公式Instagramに掲載（予定）！

前回号（vol.191）のこたえ　A）ミ　B）チ　C）ノ　D）エ　E）キ

タテのカギ

1 都会を離れここでの暮らしを憧れる人が増えています。
2 ドライブをしながら紅葉を楽しむなら伊豆〇〇〇〇〇〇がおすすめです。（ヒント：本誌8P）
3 タピオカについで話題になったヘルシーで栄養価が高いスイーツの〇〇イモボール。
4 車を英語で言うと？
5 御厨酒場えびすは自宅でも楽しめるこれの種類が豊富です。（ヒント：本誌13P）
7 損失の反対語は？
9 新豊根〇〇は紅葉と橋などとのコラボレーションを楽しみながら周遊できます。（ヒント：本誌9P）
10 電車に乗るときはここへ行きます。
12 ビール、ワイン、カクテルなどの種類があり、多くの人を酔わせます。
13 買い物をするとき、どれがいいかなと〇〇〇〇〇しよう。
14 合掌造り集落で有名な〇〇〇〇郷は世界遺産に登録されています。（ヒント：本誌9P）
17 〇〇⇔守り。
18 イタリアンを中心とするフュージョン料理が楽しめる「Fiorita（フィオリータ）」は〇〇〇市にあります。（ヒント：本誌12P）
19 忍者といえば、〇〇と甲賀が有名です。
21 『赤毛の〇〇』は、世界中で読まれている児童文学です。
22 カトレアやシンビジウムは何科の植物？

ヨコのカギ

1 エプロン公式SNS の〇〇〇〇グラムも更新中！（ヒント：本誌15P）
4 高知県が有名ですが、漁獲量・産出額・輸出量の日本一は静岡県です。
6 薬膳カフェZEN の薬膳料理は口〇〇〇〇なので、食べて健康を目指せます！（ヒント：本誌12P）
8 何事も〇〇〇評価しすぎないように気をつけましょう。
10 安土・桃山と明治の間。
11 『源氏物語』の作者。
15 童謡『どんぐりころころ』でどんぐりがはまった場所は？
16 柱を中心につるまき状に曲線を描く階段を〇〇〇階段と言います。
18 「たがた」の魅力の味が詰まった「〇〇〇天ぷらともり蕎麦セット」は「うまい飯TAXI 配」の協力のもと、タクシーでの宅配も可能です。（ヒント：本誌5P）
20 千年は鶴、万年は？
21 私と彼は何でも話せる〇〇〇〇〇です。
23 今回のアレンジ術レシピは棚の奥などであまりがちのこれを使います。（ヒント本誌2P）

パズル制作協力：エッグハウス

It's Now Online!
警備 TOKAI SECURITY Supported by ALSOK

高品質なハイビジョンカメラで
お客様の安心を支えます。

防犯対策に！

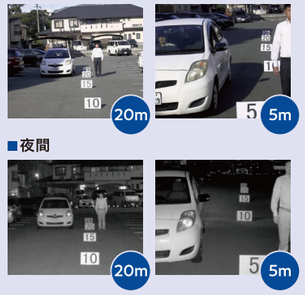


赤外線照明搭載
4メガAHDハウジング型
デイナイトカメラ

PC・スマートフォンから遠隔監視
■スマートフォンの場合
専用アプリをダウンロードすることで、遠隔モニタリングできます。



高解像度でクリアな映像
■昼間
■夜間



設置簡単
簡易型カメラもございます。



資料請求をご希望の方は同封ハガキまたは右記QRコードよりお申込み下さい

お問合せ　TOKAIセキュリティ部 セキュリティお客さまセンター
フリーダイヤル 0120-788-959　TOKAI セキュリティ　検索
受付時間：10:00~12:00／13:00~19:00（平日及び祝日）※但し年間数日のお休みをいただきます。

TOKAI GROUP TOKAIグループ

エプロンは毎年、年3回（2月・6月・9月頃）発行いたします。

あまりがちな食材の魅力を見直そう！

アレンジ術レシピ

使いきれない食材は眠っていませんか？捨てるのはもったいないし…
フードロスを減らすためにも、新たなレシピからその食材の魅力を再発見してみませんか？

vol.2
缶詰編
Canning



あまりがちの定番！缶詰を使ってあっと驚くアレンジメニューを堪能♪

お中元にもらって、防災の備蓄として、特売で買いだめて…お家になんとなく溜まっていく缶詰。食事のメニューに一品足したり、ちょこっと晩酌のお供にしたり、とっても便利ですよね。その反面、うっかりすると引き出しの奥に眠りがち…なんてことになってしまってはいませんか？

缶詰は食材そのものにしっかり味がついているので、アレンジ次第で無限の可能性を秘めている食材です。

前回に続き、今回も栄養士の高野さんに、あまりがちな定番の缶詰を使った、誰でも簡単にできる缶詰のアレンジレシピを教えてもらいました。

食欲の秋、棚の奥に眠っている缶詰で、心もお腹も満たされる、あっと驚く美味しい缶詰料理を食べちゃいましょう♪

教えてくれるのは



coucou mai kitchen
高野 麻衣さん

学生時代に栄養士免許を取得。“美味しい食事は心の宝”を信念に、料理をもてなす楽しさを伝える自宅料理教室を開催。現在はレシピ開発や料理スタイリングなど、フードコーディネーターとしても活動中。



ツナ缶で中華メニュー!?

スープぎょうざ

【材料(2〜3人分)】



餃子のタネ
- ツナ缶(さばでもOK)… 1缶
- ひき肉 …… 50g
- ごま油 ……小さじ1
- 酒 …… 小さじ1弱
- しょうゆ ……小さじ1弱
- 餃子の皮 …… 8枚

スープ
- トマト ……中1個
- しょうが …… 5g
- 卵 …… 1個
- 水 …… 500cc
- 鶏がらスープの素‥ 小さじ2
- ごま油 …… 小さじ1
- 塩…… 小さじ1/4
- 黒こしょう …… 少々

【作り方】

1. ボウルに油を軽く切ったツナ、ひき肉、ごま油、酒、しょうゆを入れてよく練る。餃子の皮のふちに水をつけ、タネを乗せて半分に折りたたみ皮同士をくっつける。



2. トマトはへたを除いて8等分のくし切り、しょうがは千切りにする。卵は溶きほぐす。
3. 鍋に水、鶏がらスープの素、ごま油、塩を入れて強火にかけ、沸騰したら1の餃子を入れて茹でる。浮いてきてからさらに1分ほど茹でたら取り出し、器に盛る。
4. 残ったスープにトマトとしょうがを加えて1分ほど加熱し、溶き卵を回し入れて触らずに固まるまで待つ。卵をほぐすように全体を混ぜたら、餃子の上から注いで黒こしょうをふる。

食べてみた
編集部レポート



レシピ難易度 ★★☆

タネを包む時にヒダを作らず閉じるだけなので簡単！不器用でもできちゃいました♪

アレンジ度 ★☆☆

スープにきのこを入れても秋らしく仕上がっていい感じ！他にも好きな野菜をいれてみて♪

Point

餃子をゆでる時は、
餃子同士がくっつかないように
ひとつずつ餃子を入れてみて！

地域応援企画

灯しビト

Vol.03

地域に元気を灯してくれる
方を応援したい！
そんな想いから、TOKAIは
地元でがんばるお店や人を紹介します！



お話を伺ったのは

Data

Benefitea
株式会社
代表
西沢広保さん

飲食店自慢の料理をタクシーが宅配します！

新型コロナウイルス感染拡大の中、手打ち蕎麦「たがた」さんと飲食店の支援が何か出来ないかと考えていたというBenefitea代表の西沢さん。当初は静岡市と静岡県庁の協力のもと、まずは役所の職員に昼の出前を配達する取り組みを始めました。ところが、同社が配達業務を継続していくことが困難に…。そのことを千代田タクシーの加藤社長に相談したところ、この取り組みに賛同。また、同時期に政府がタクシーによる貨物の運送業務を業界の支援策として特例で認めたことも手伝い、「うまい飯TAXI配」としてのサービスがスタートしました。

千代田タクシーの加藤社長の声かけにより、ひかりタクシー、エムタクシー、静鉄タクシーなど複数のタクシー会社の協力を得られたことで、サービス提供の範囲はどんどん広がっていきました。さらに「日本料理うおかね」「手打ち蕎麦たがた」「食関係者の旬の会岩澤様」など様々な方の協力を得て「おいしい料理を食べて喜んでもらいたい」という飲食店が多数参加。サービス開始と同時に、地元で大きく報道されたこともあり「うまい飯TAXI配」は大きな反響を呼びました。立ち上げ人でもある西沢さんが何よりも強く感じたのは、お客様の地元支援への強い気持ちだったと言います。現在も、県庁職員様向けの配達を中心にサービスを継続。7月には、松坂屋静岡店とコラボし「うまい飯TAXI配」飲食店のお弁当を企画。今後は静岡県産の食材を利用したお弁当でもっと静岡県食材の素晴らしさを伝えていきたいそうです。

「タクシーが配達するという安心の中で、自宅で美味しい料理を。」コロナ禍で新しく生まれた「うまい飯TAXI配」の思いは、今後も地元支援の強い気持ちと共に様々な形で広がっていきそうです。

灯しPoint!



手打ち蕎麦たがた
野菜天ぷらとろ蕎麦セット　1,400円(税込)
※宅配代は別途

「たがた」魅力の味を詰め合わせた限定セット。自慢の自家製粉石臼挽き手打ち蕎麦は細打ちで強い香りと食感が魅力です。

うまい飯TAXI配 ご注文のながれ



詳しくは公式サイトへアクセス

ご注文方法・配達地域・参加店舗など詳細は公式サイトにて紹介しています。一度のぞいてみてください。



おしゃれメニューに大変身！

さば缶 de キッシュ

【材料(12cmの型1個分)】



さば缶 …… 1缶
玉ねぎ …… 1/2個
塩、こしょう …… 各少々
サラダ油 …… 大さじ1

生地
- 卵 …… 2個
- 生クリーム …… 100cc
- 牛乳 …… 50cc
- 粉チーズ …… 大さじ2
- 塩、こしょう …… 各少々

【作り方】

1. 玉ねぎは繊維に逆らって薄切りにする。さばは汁を切って身をほぐしておく。
2. フライパンにサラダ油を入れて中火にかけ、玉ねぎを5分ほどじっくり炒める。さばの身を加えてさらに2分ほど炒め、塩、こしょうで味を調えたら、そのまま粗熱がとれるまでおく。
3. ボウルに生地の材料をよく混ぜ合わせ、2を加えて合わせる。オーブンシートを敷いた型に静かに注ぎ入れ、200℃に予熱したオーブンで25～30分ほど焼く。
4. 冷めてからお好みの大きさに切る。



食べてみた 編集部レポート



レシピ難易度 ★★☆

オーブンを使用する一手間はありますが、パイシートを使わないためお手軽にキッシュが作れます♪

アレンジ度 ★★☆

粉チーズに合うアスパラガスなどの野菜で彩りをプラスしてもOK！サバ缶の魚臭さがないので苦手な方も美味しく食べられます。

Point

オーブンシートから取り出す時は、冷めてから。ゆっくりと慎重に！

みなさんの“あまりがち食材”を募集します！

ご自宅であまりがちな食材はありませんか？エプロンでは、みなさんから寄せていただいた意見をもとに、あまりがち食材のアレンジレシピをご紹介します！

みなさんからいただいた意見を次号レシピ企画の参考にします♪

QRコードからラクラク入力▼

応募方法 「同封のハガキ」もしくは「Webフォーム」の、「TOKAIへのご意見欄」に記載の上、ご応募ください。



黄色に色づく季節を歩く

心も体もスッキリ！ もみじさんぽ

おさんぽ感覚で楽しめる紅葉スポットを紹介。
現地だけでなくおうちでも
紅葉を楽しむことができるよう
ライブカメラでの紅葉の映像も
あわせて紹介します♪



紅葉を見ながら歩いて健康に

-What's Momijisanpo?

「もみじさんぽ」のポイント



❶ハイキングより気楽に

「山歩き」の準備が不要。おさんぽ感覚で出かけて景色を堪能できる。

❷お子様からご高齢の方まで

整備された場所で、自分の体力に合わせたお散歩を楽しむことができる。

❸自宅にいても秋気分

各スポットの紹介文に掲載されているQRコードをスマホで読み込めば
自宅からライブカメラの映像が確認でき、気軽に紅葉散策ができます。

ライブカメラの見方



STEP1
カメラ機能を立ち
上げて、QRコードに
ピントを合わせます。



STEP2
読み取るとリンク先
にあるカメラの映像
が表示されます。

秋を彩る紅葉の中 色づく季節をおさんぽしよう

暑さも和らいで季節はすっかり秋。あちこちが赤や黄色に染まる秋の美しさは格別ですね。東海地方には紅葉の名所が多く、皆さんもお気に入りの紅葉スポットがあるのではないでしょうか？今回はその中でも「ライブカメラ」のある紅葉スポットを集めました。行ってみたいけれど少し遠い場所でも、設置されたライブカメラの映像で自宅に居ながら気軽に紅葉散策ができます。また、紅葉のタイミングがわからない方にも、色付きの様子が確認できるので便利ですよ♪

紹介したスポットは整備された場所が多いため、気軽なお散歩感覚でお出かけOK！行楽シーズンのこの季節、新しい場所へお出かけしてみませんか？

読者の皆さまとつながる

vol.2 エプロンVOICE





読者のみなさまとTOKAIをつなぐお便りコーナー♪
ハガキやWEBフォームに寄せられた様々なご意見にエプロン編集部がお答えします。

01 ガス設備の点検について



最近ガス設備の点検を受けました。
4年以内に1回、点検や調査を行うと聞きましたが、そんなに期間を空けて大丈夫でしょうか？

定期点検は「４年に１回以上の頻度で点検・調査を実施する」と法律で定められていますが、日々のご利用の中で気になることがあれば、いつでもご連絡ください！

02 水ボトルの注水部品が届きました



災害時に水を使用できるように
TOKAI宅配水ボトル用注水部品が
届きました。水の確保は大変だと聞きますので、とても助かります。

お役に立ててよかったです。弊社では災害時、停電時でもお水をご利用いただけるバルブを用意しております。
詳しくはアクアお客様センター（0120-979-113）までお気軽にお問合せください。

03 LPガスマイページって？



結局「LPガスマイページ」ってどんなサービスなんですか？

TOKAIのLPガスご契約者様専用の、便利なweb会員サービスです。
❶毎月のガス使用量・利用料金を確認できます
❷使用量をグラフで見える化、前年との比較ができます
❸料金・ご契約に関するお知らせ、イベントのご案内などを確認できます
❹支払方法の変更など、各種お手続きができます

04 ソフトクリーム特集よかったです！



先月号の「ご当地ソフトクリーム特集」
コロナが収まったら是非行ってみたいと思いました！毎号表紙の家族の笑顔の写真を見るのも楽しみにしています♪

ありがとうございます。編集部一同の励みになります♪表紙の家族写真癒されますよね。エプロンでは、毎号表紙モデルを募集していますので、読者の皆さま是非応募してくださいね。

05 TOKAIさんのSDGsの取り組みは？

TOKAIグループでは、以下の3つの取り組みに力を入れています。



❶Green戦略
CO2排出量を事業活動においては70%、
家庭向けガスにおいては50%削減を目指します。
❷ワークスタイル改革
社員の積極的なテレワーク導入、女性管理職の増加、介護離職率0%を目標に掲げ、多様な人財の活躍推進を図ってまいります。
❸ガバナンスの強化
取締役の指名・報酬等に係る評価、決定プロセスの透明性及び客観性を担保すること等を目的として、指名・報酬委員会を設置しました。コーポレート・ガバナンスの有効性・透明性の向上に努めてまいります。

06 レシピの紹介楽しみにしています♪



いつも楽しく読ませていただいています。
季節に合ったレシピの紹介は食事を担当するばあばにとっては嬉しいです♪これからも簡単で美味しいレシピをお願いします。

嬉しいお便りありがとうございます。
今月は自宅にストックされている「缶詰」を使用したレシピ特集！是非作ってみてくださいね。
エプロン編集部ではご自宅の「あまりがち食材」を募集しています。レシピ企画の力になりますので皆さん協力お願いします♪
応募はおハガキでもwebからでもOK！（詳細はP04）

愛知で一番早い秋を
昼も夜も楽しめる



愛知県　おさんぽ強度 ★★☆

茶臼山高原（ちゃうすやまこうげん）

愛知県で一番早い紅葉

愛知県で最も早く紅葉する茶臼山高原。例年、10月下旬ころ見頃を迎えます。レストランや売店、展望台などもあり、快適に紅葉さんぽを楽しむことができます。土日祝に行われる紅葉ライトアップも魅力ポイントです。

- 開 10月～11月頃（予定）
- 〒 愛知県北設楽郡豊根村坂宇場字御所平70-185
- P 1,000台（無料）※芝桜まつり開催時は有料
- 時 8:00～17:00 休 木曜日※紅葉中は無休

ライブカメラ

お問い合せ ／ 0536-87-2345（一般財団法人茶臼山高原協会）

ダムと紅葉の
共演が壮大！



愛知県　おさんぽ強度 ★☆☆

新豊根ダム（しんとよね）

みどり湖を囲むさまざまな紅葉スポット

ダムによって形成された「みどり湖」の周りは、秋になると各所で葉が色づきます。アーチ式のダムはもちろん、湖にかかる橋などと紅葉のコラボレーションを楽しみながら周遊することができます。

- 開 10月下旬～11月中旬頃（予定）
- 〒 愛知県北設楽郡豊根村古真立月代1-3
- P 25台
- 時 8:30～17:15 休 土日、祝祭日、年末年始

ライブカメラ

お問い合せ ／ 0536-85-1336（新豊根ダム操作室）

ここだから見られる
葡萄の紅葉



静岡県東部　おさんぽ強度 ★☆☆

中伊豆ワイナリーシャトーT.S（なかいず）

約10ヘクタールの葡萄の紅葉

秋には約10ヘクタールの広大な葡萄畑が秋色に色づき、富士山とあわせて景色を楽しむことができます。お酒や食事、ショップや乗馬など様々な施設も盛りだくさんなので、家族連れにもおすすめです。

- 開 11月～12月頃（予定）
- 〒 静岡県伊豆市下白岩1433-27
- P 300台（無料）
- 時 10:00～16:00 休 不定休
- Q https://www.shidax.co.jp/winery/

ライブカメラ

お問い合せ ／ 0558-83-5111（中伊豆ワイナリーシャトーT.S）

富士山、駿河湾
伊豆半島も一望



写真提供：静岡県観光協会

静岡県中部　おさんぽ強度 ★★★

薩埵峠（さったとうげ）

東海道一の絶景紅葉

駿河湾越しの富士山の眺めで名高い薩埵峠。秋には木々が色づき、一層美しい姿を見ることができます。車で展望台近くの駐車場まで行くだけでなく、ハイキングコースもあるので、体力に合わせて紅葉を楽しむことができます。

- 開 11月～12月頃（予定）
- 〒 静岡県静岡市清水区由比西倉澤
- P 10台（無料）※大型車・マイクロバス不可

ライブカメラ

お問い合せ ／ 054-221-1353（静岡市 広報課）

町並み丸ごと
満喫



岐阜県　おさんぽ強度 ★☆☆

飛騨高山 宮川周辺（ひだたかやま　みやがわ）

紅葉を背景に歴史ある町並みを歩く

観光地としても名高い飛騨高山。山肌に見える紅葉を背景に、江戸時代の面影を残す町並みで情緒あふれるさんぽを楽しむことができます。宮川沿いでは朝市も開催されているので、早い時間のお出かけもおすすめです。

- 開 10月中旬～11月中旬頃（予定）
- 〒 岐阜県高山市宮川中橋周辺
- P 近隣に有料駐車場
- 時 ライトアップ／10月1日（金）～11月30日（火）18:00～22:00

ライブカメラ

お問い合せ ／ 0577-36-1011（飛騨・高山観光コンベンション協会）

世界遺産で楽しむ
紅葉さんぽ



写真提供　岐阜県白川村役場

岐阜県　おさんぽ強度 ★☆☆

白川郷（しらかわごう）

秋色に色づく世界遺産

合掌造り集落で有名な白川郷。秋になると暖かみのある赤や黄、オレンジに色づき、美しい姿を堪能することができます。夜には合掌造り民家園のライトアップが5日間行われ、一層幻想的な様子を楽しむことができます。

- 開 10月下旬～11月中旬頃（予定）
- 〒 岐阜県大野郡白川村荻町
- P 240台（有料）
- 時 8:00～17:00

ライブカメラ

お問い合せ ／ 05769-6-1311（白川村役場 観光振興課）
05769-6-1231（野外博物館 合掌造り民家園）

歩いて乗って
楽しむ紅葉



三重県　おさんぽ強度 ★★☆

御在所岳（ございしょだけ）

ひと月かけて楽しむ紅葉の姿

御在所岳の紅葉は、山頂から麓へ約1か月かけて徐々に降りてきます。整備された散策路や展望台からも、紅葉を楽しむことができます。体力に自信のない方はロープウェイでの散策も可能です。

- 開 10月中旬～11月下旬（予定）
- 〒 三重県三重郡菰野町湯の山温泉
- P 300台（有料）　時 9:00～17:00
- 休 不定休 ※強風などの荒天時、運休の場合あり（9月9日～16日は設備点検工事の為運休）

ライブカメラ

お問い合せ ／ 059-392-2261（御在所ロープウエイ）

富士山や駿河湾
相模湾も見える！



静岡県東部　おさんぽ強度 ★☆☆

伊豆スカイライン（いず）

ゆっくり楽しむ紅葉ドライブ

ビューポイント満載の伊豆スカイラインでは、紅葉の風景も楽しむことができます。自動車専用道路なので“さんぽ”というより“ドライブ”ですが、途中のパーキングで休憩しながらゆっくり風景を堪能することができます。

- 開 11月～12月頃（予定）
- 〒 静岡県田方郡函南町桑原1400-61（熱海峠IC）～静岡県伊豆市冷川1524-1444（天城高原IC）
- P あり（無料）※道路通行料金は有料
- 時 6:00～22:00

ライブカメラ

お問い合せ ／ 054-254-3424（静岡県道路公社）

ライブカメラは、ご利用の機種や接続環境により、上手く読み込みができない場合がございます。Wi-Fi環境下での視聴をおすすめします。

気兼ねなく

ガスと電気を賢く使い分け！

お湯がたっぷり使える暮らし

“お湯は極力使わない”“多少寒いのは我慢する”などの節制をしている…。
そんな方にオススメしたいのが、「お湯や暖房を使うほどおトク」
という夢のようなを暮らしを実現してくれる給湯器「エコワン」です。





お湯を作り、部屋を暖め、光熱費を抑える「エコワン」

給湯器や暖房機器は、どれを使っても大差がないとお思いですか？選び方次第で1年間の光熱費にけっこうな差が出るもの。家庭の消費エネルギー量において、給湯と暖房の割合が、多くを占めるというデータもあるのです。

リンナイの新たな提案は、家計の光熱費を大きく左右する給湯と暖房を「ガスにするか、それとも電気にするか」ではなく、ガスと電気をどちらも効率的に賢く使うハイブリッド給湯・暖房システム「エコワン」が実現する、お財布にも環境にもやさしい暮らしです。

エコワンなら、パワフルにお湯を沸かすガスと空気熱を利用してお湯を沸かすヒートポンプを使い分け、家族構成や使い方に応じて、もっとも効率的な給湯を行います。多くの人が憧れを抱く床暖房など、エコワンのお湯を使った温水式の暖房は、おトクな上に空気を汚さないメリットも。自然な暖かさが、部屋全体を包むのです。

タンクの大容量化とシステムの見直しによって、さらにエネルギー効率を高めた新しいエコワンが、おトクで快適な暮らしを約束します。

PRODUCT INTRODUCTION

熱源機・タンク一体160Lタイプ
熱源機：RHBH-RJ245AW2-1(E)
ヒートポンプ：RHP-R222(E)
タンクユニット：RTU-R1600
インターホンリモコンセット：
MBC-301VC(B)
メーカー希望小売価格
¥940,500(税込)
※詳しくは担当者に
お問い合わせください。



エコワンでできる3つのこと

お湯をつくる
パワフルでスピーディーにお湯を沸かすガスのエコジョーズと、空気熱を利用して電気でお湯を沸かすヒートポンプを使い分け、省エネ給湯を実現。

部屋を暖める
作ったお湯を暖房に利用する「エコワン」。温水を利用した床暖房やルームヒーターは、空気を汚すことがなく、家中に自然な暖かさを提供します。

光熱費を抑える
家庭のエネルギー消費量の多くが給湯と暖房。給湯も暖房も省エネできる「エコワン」を活用すれば、光熱費の節約につながります。

教えて！

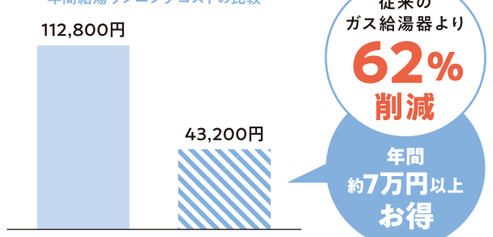
わが家に「たっぷりお湯が使える幸せ」を。
エコワンのメリット！

merit 1 従来給湯器と比べて約62%カット！



エコワンは、従来型のガス給湯器と比べると年間の給湯コストを約62%削減（160Lタイプの場合）。1年間で7万円以上の給湯コストを抑えることができます。エコワンなら、財布と環境にやさしい低燃費な給湯ライフが実現します。

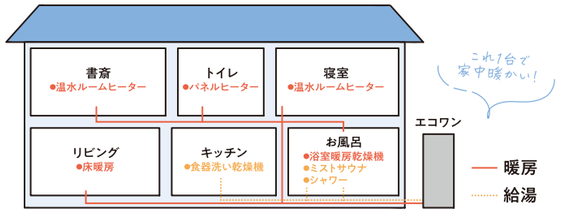
年間給湯ランニングコストの比較



※年間給湯＋追いだき負荷18.3GJ、LPガス料金：従来ガス給湯器、エコワン(160Lタイプ)共に通期450円/㎥　電気料金：25.6円/kWh（基本料金を除く平均単価）/建築物のエネルギー消費性能に関する技術情報　国立研究開発法人建築研究所（協力：国土交通省国土技術政策総合研究所）、エネルギー消費性能計算プログラム(住宅版)Ver.2.3.1(6地域)に基づき試算［2017年12月現在］

merit 2 家中どこでも暖か！

お湯を使った暖房は、陽だまりのような健康的な暖かさ。給湯で光熱費が節約できるから、暖かいリラックスできる快適暖房が気兼ねなく導入できます。



merit 3 外出先でもアプリで操作できる！

お風呂のお湯はりや床暖房の操作は、外出先から専用のアプリで操作OK。専用リモコンのハイブリッドモニターでは、ガスと電気の使用割合や消費エネルギー量をチェックできます。



賢く、便利に

「お湯の使いこなし」度チェック！

食器洗い編　節水になる食器洗いの方法は？

A お湯を使って洗い桶の中で洗う



B お湯を出しながら1つずつ洗って流す



正解は □

洗い桶に30～40℃のお湯を溜め、中性洗剤を混ぜます。桶の中で食器を洗ったら外に出し、終えたら桶のお湯を捨てて食器を桶に戻します。すすぎは桶の上で行うと効率的！

野菜洗い編　しなびた野菜を蘇らせる方法は？

A 20℃のぬるま湯に浸す



B 50℃のお湯に浸す



正解は □

お湯により野菜の気孔が開いて水分を吸収するんだとか！みずみずしくなり、アクも流れます。温度が低いと菌が繁殖する危険性もあるので、48～52℃というのがポイント！

［こたえ］ 食器洗い編→A、野菜洗い編→B

資料請求をご希望の方は同封ハガキ
または右記QRコードよりお申込み下さい➡

商品に関するお問い合せ
【TOKAIお客さまセンター】
0120-987-242
（受付時間 年中無休 9:00～17:45）



読者さんに聞いた

がっかりな話 VS ほっこりな話 Vol.4



お料理好きだけど、少し反抗期も混じっている中2の娘。手作りデザートを作るたびにさり気なく**高校生の兄のお弁当のデザートの分まで作って**そっと持たせてくれます。ちょっぴり素直に渡せない妹の、兄想いの優しさに嬉しくなります。



ジュリオさん（牧之原市）／40代男性

【編集より】素直になれない娘さんの気づかいにキュンとしてしまいました♡素敵な兄妹愛ですね。

「母の日のプレゼント自分のは要らないから、お母さんの用意して」と奥さんから言われ、母の分と一緒に、**内緒で奥さんの分を用意しました。**自分のは無いと思ってたのに、子供から渡されて照れながら喜んでました。



芹澤さん（裾野市）／30代男性

【編集より】こんなサプライズをされてしまったら、とっても嬉しくなってしまいますね♪

ずっと家にこもっていて美容院にも行っていなかった私。主人が**「切ってあげようか？」**と。結婚して32年あまり、そんなことは初めてでしたがお願いしてみました。できあがりにビックリ！とても上手なカットです。これからもカットしてもらいたいなぁ～とほっこりな話でした。



赤えんぴつさん（可児市）／50代女性

【編集より】旦那様の新たな才能発見ですね！そんなお二人を想像して、編集部もほっこりしました！

地域の幼稚園児に梅干し作りを指導して15年目になりました。第1回目の園児は今年高校生になりました。今でも会うと**「じいちゃんの梅干しは最高においしい」**と言ってくれるのが本当に嬉しいです。

梅干じぃちゃんさん（磐田市）／70代男性

【編集より】15年経った今でも「おいしい」と言ってくれるなんて、よほどおいしかったんですね。食べてみたい！

毎日電動自転車に乗ってグラウンドゴルフに行っている97才のおじいちゃん。先日、**優勝したとトロフィーをもらってきました。**パワフルなおじいちゃんです。



アンパンマンさん（富士市）／70代男性

【編集より】すごい！優勝おめでとうございます！これからもパワフルな活躍に期待です♪

我が家の玄関先に子猫がいました。近所や近くの公園で聞いても情報は何もなく、今は**家の中で一家の一員として家中走り回っています。**横になっていると、体をすり寄せて安心したように寝ていてとても可愛いです。今はコロナ禍でなかなか外出できませんが家の中で癒されています。



ヤマダチヨエさん（御殿場市）／60代女性

【編集より】姿を想像してほっこりしてしまいました。素敵な家族の一員になれて猫ちゃんもきっと喜んでますね♪

玉ねぎをいただいたので、張り切って飴色になるまでじっくりと炒め、オニオンコンソメスープを作ってみました。初めて作ったにしては、上出来！いそいそとお皿に盛り付けたところで、**味付けしてなかったことに気がつきました…。**



マスミさん（富士市）／60代女性

【編集より】せっかく飴色になるまで手間暇かけたのに…。頑張ったぶんショックが大きいですね（泣）

ビールを飲んで酔っ払い、ふらついた先にあった洗濯カゴ。体重をかけたら**無残に壊れました。**別の日には同じように扇風機に体重をかけてしまい、**根元が折れてしまいました。**アルコールも程々にしないといけませんよねぇ…。

ぱぁ子さん（輪之内町）／50代女性

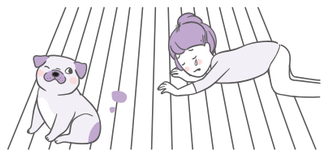
【編集より】まるでコントのような一連の流れにフフッと笑ってしまいました（笑）。

自転車であちこち出掛けているのですが、15ｋｍ先のイベントに出掛けた際、**帰り道にタイヤがパンク…。**ショックで疲れがドッと出ました。

高畠さん（三島市）／60代女性

【編集より】近場ならまだしも、15㎞先は…相当キツイ…。自転車を引っぱっての帰宅お疲れ様でした。

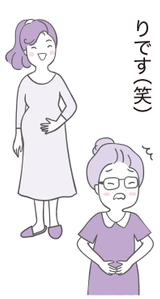
天気のいい日にフローリングの水拭き。玄関まで拭き上げ、終了～！と思った矢先、目の前にトコトコ現れた愛犬に**トイレでもないところに用を足されました…。**「やめて～！」の声もなんのその、出すものの出したらまたトコトコとリビングまで戻って行きました。念入りに掃除し直しましたが、なぜそこに？の事件でした。



ひなさん（掛川市）／40代女性

【編集より】わざとでは？と疑ってしまうほどバッドタイミング！かわいいわんちゃんだと許せちゃうもんでしょうか…（苦笑）。

娘が里帰り出産のために帰ってきました。もうすぐ臨月を迎える娘のお腹。鏡を見てみると、そのお腹よりも**私のお腹のほうが出ている…。**追い打ちをかける「お母さんもはやく産まないと！」の娘の言葉にがっかりです（笑）



りんどうさん（伊豆市）／60代女性

【編集より】娘さんの厳しい言葉が胸に刺さりますね…。我が家の父もずっと妊婦さんです（苦笑）。

新築に入居し早26年、いろんな所が老朽化してきた為、昨年思い切って浴室、洗面所、トイレ、ガスコンロをリフォームして大満足！ところが**半年後に単身赴任の転勤…。**私はガッカリ、妻はニンマリ！



キュー父さん（御殿場市）／50代男性

【編集より】快適になった自宅で悠々過ごす奥様の姿が思い浮かびます（苦笑）。早く戻れるといいですね！

Apron Coupon〈御厨酒場えびす〉

当店自慢の「えびすの美味しい♪」が詰まった和オードブル **10%OFF**

※1枚のクーポンで1商品のみ

予約時にクーポン利用とお伝えください

有効期限：2021年10月31日

Apron Couponを使ってお得に食事♪

※コピー不可　※ほかの割引と併用不可
※本クーポンの換金・譲渡・転売等禁止
※詳しくは店舗にお問合せください

Apron Coupon〈Fiorita〉

テイクアウトメニュー100円OFF

予約時にクーポン利用の旨をお伝えください

有効期限：2021年10月31日

Apron Couponを使ってお得に食事♪

※コピー不可　※ほかの割引と併用不可
※本クーポンの換金・譲渡・転売等禁止
※詳しくは店舗にお問合せください

Apron Coupon〈薬膳カフェZEN〉

食前酢サービス or お会計より100円引き

※ランチセットorプレミアムコースランチご注文の方限定
※他県業用不可

来店時にご提示ください

有効期限：2021年10月31日

Apron Couponを使ってお得に食事♪

※コピー不可　※ほかの割引と併用不可
※本クーポンの換金・譲渡・転売等禁止
※詳しくは店舗にお問合せください

静岡県 岐阜県 一押しグルメGuide

各エリアのテイクアウトができるオススメのお店をご紹介！
掲載したお得なクーポンを使ってお店に行ってみよう。新しい発見があるかもしれませんよ♪

御厨酒場えびす

shizuoka East





地消地産にこだわり、厳選された食材で作られる料理。ここでしか出会えない味が自宅でも楽しめるオードブルも種類が豊富です。

静岡県御殿場市新橋1936-5　☎0550-82-8822　［定休日］火曜日
［営業時間］16:00～24:00（金・土・祝前日は25:00まで）

TAKE OUT
［予約］必須　［予約方法］電話（前日まで、受付時間14:00～24:00）
［受渡し時間］営業時間内
［メニュー例］和オードブル 松5,000円／竹 4,000円／梅 3,000円

Fiorita（フィオリータ）

shizuoka Central





コンセプトは「Fioritaでしか食べられない料理」。日本各地の旬の食材を使用した、イタリアンを中心とするフュージョン料理が楽しめます。

静岡県焼津市駅北4丁目7-11（8/27移転OPEN）　☎070-3158-0135
［定休日］不定休　［営業時間］昼 11:30～14:00／夜 18:00～21:00

TAKE OUT
［予約］可能　［予約方法］電話（前日21:00まで）、公式LINE、InstagramのDM
［受渡し時間］12:00～21:00
［メニュー例］Fiorita晩酌BOX 2,200円など

薬膳カフェZEN

gifu Akanebe





厳選された薬膳を使用したこだわりの薬膳料理。外食でも罪悪感のないローカロリーなメニューで、食べて健康を目指せます！

岐阜県岐阜市茜部菱野2丁目24-1　☎058-278-2124　［定休日］日・月曜日
［営業時間］昼 11:00～15:00（L.O.14:00）／夜 18:00～22:00（L.O.21:00）

TAKE OUT
［予約］必須　［予約方法］電話（前日20:00まで）、@LINE▶
［受渡し時間］11:00～15:00、18:00～20:00
［メニュー例］栄養満点♪薬膳カレー&サラダセットなど

APRON
読んで楽しい
参加で楽しい
MAGAZINE TOPIC

エプロンからのおしらせ

読者のみなさんと一緒に作る暮らしのマガジン「エプロン」では、
みなさんからのお便りやご応募をお待ちしています！

お便り・ご応募 募集中

プロカメラマンが撮影！ エプロン表紙モデル大募集

家族の思い出に「エプロン」の表紙を飾りませんか？

モデル特典
撮影写真のデータ（CD）をプレゼント！

応募方法
下記「Webフォーム」もしくは「お手紙」から、必要事項を記載いただき、お写真を添えてご応募ください。

送り先住所
〒420-0034 静岡市葵区常磐町2-6-8
株式会社 TOKAI エプロン「読者モデル募集」係

記載事項 ①お名前 ②ご住所 ③年齢 ④電話番号 ⑤ご家族の紹介（エピソードなど） ⑥お写真

※お送りいただいた個人情報は、冊子づくり・プレゼント発送以外の目的には使用しません。
※お送りいただいた写真などは返却できません。ご了承ください。
※撮影をお願いする方には、後日詳細をご連絡差し上げます。

今号のモデル



薫矢（あつや）さん
樹菜（じゅな）さん
芙羽（ふう）ちゃん（2歳）

普段は人見知りをしてしまう芙羽ちゃん。
初めは緊張気味の表情でしたが、撮影をしていくうちにスタッフにも慣れて明るい笑顔を見せてくれました。

がっかりな話 vs ほっこりな話

「がっかりな話 vs ほっこりな話」に掲載する、読者のみなさんのエピソードを大募集！

採用特典
エピソードが採用された方に、「図書カード」をプレゼント！

応募方法
「同封のハガキ」もしくは下記「Webフォーム」から、必要事項とエピソードを記載の上、ご応募ください。

ココをチェック！
エプロン公式 インスタグラム 更新中!

エプロン公式インスタグラム更新中！
ぜひチェックしてみてください♪

Follow Me! apron01tokai



WEBフォーム **応募はこちら!**

各企画や表紙モデル、読者プレゼントへの応募はWebフォームのご利用が便利です！

apron01tokai.com
QRコードからラクラク入力▶

読者プレゼント

ご希望のプレゼントを同封のハガキの「読者プレゼント」欄にご記入いただくか、上記Webフォームよりご応募ください。
※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

応募締切 2021年10月15日（金） 当日消印有効

1

ヤマカ水産 干物詰合
5名様

2

※写真はイメージです
【冷凍】世界の山ちゃん 油で揚げる幻の手羽先 10本入×2袋
5名様

3

住吉屋 とろけるチーズ・とろけるショコラ 食べ比べセット
5名様

4

QUOカード1,000円分
10名様



TOKAI LPガスマイページ
10月本格スタート!!



LPガスのご使用量・ご請求金額が 10月よりWEBで確認できるようになります！

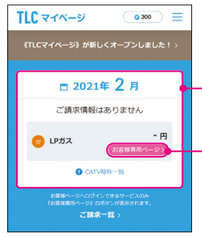
LPガスマイページについては、10月以降、郵送でのご案内を予定しています。ご案内がお手元に届きましたら、ぜひご登録をお願いいたします。
※一部のお客様には先行してご案内をお送りしています。ご了承ください。

LPガスマイページは、TOKAIグループの会員サービス **TLCマイページ** **TLCポイントサイト** **TLCポイントアプリ** からご利用いただけます。

TLCのサイト・アプリをはじめて使う方

「TLCマイページ」にてアカウント登録後、LPガスマイページの設定・利用をお願いします。

TLCマイページ



TOKAIグループのサービスの請求金額がまとめて見られて便利！

LPガスマイページ連携でガスの使用量など、詳しい情報を確認できる！

「TLCポイントサイト」「TLCポイントアプリ」をすでにご利用いただいている方

いつもの画面から簡単にLPガスマイページの設定・利用ができます。

TLCポイントサイト



クリック

TLCポイントアプリ



便利な機能がたくさん！

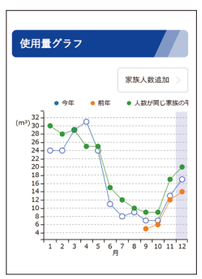
「TOKAI LPガスマイページ」の利用設定をしていただくと、家計のガスまるわかり！

1 ガス使用量や料金をカンタン確認！



使用量や料金をダウンロードすることもできる！
月毎のガス使用量や料金を確認でき、保存しておきたい場合もカンタンにダウンロードすることが可能です。

2 前年や他世帯との比較をグラフで表示！



1年間の使用量をわかりやすいグラフで見える化！
ガス使用量の“前年度比較”や“家族人数が同じ世帯との比較”を同じグラフ上で確認でき、節約のヒントにもなるかも！

ほかにも！
- 支払方法の変更など各種お手続き
- ガスに関する情報をお知らせ
- TOKAIイベントなど最新情報をお知らせ



「TOKAI LPガスマイページ」のご登録・ご利用いただいたお客様全員に

もれなく300 TLCポイントをプレゼント！



★ ほかにも特典をご用意しております！詳しくは郵送でお届けするご案内をお待ちください ★

「TLCマイページ」「TLCポイントサイト」「TLCポイントアプリ」に関するお問い合わせ
TLC会員サービス事務局 0120-934-039 [受付時間] 10:00～17:00（日曜・祝日を除く）

「LPガスマイページ」に関するお問い合わせ
0120-949-442 [受付時間] 9:00～17:45（土日祝を除く）