

武州ガスがつなぐ、街・人・暮らし。

武州**b**ガス

b-GAS情報

vol.
66 2019.
1-2

川越 幸すし

めざすは、
食のダイバーシティ



めざすは、食のダイバーシティ

2019年、ラグビーワールドカップ、2020年、東京オリンピック・パラリンピック。外国人旅行者がますます増えてくるなか、食のダイバーシティで地元にも恩返ししたいと考えている老舗の名店が川越にありました。

Pick-up menu
 彩り豊かな野菜寿司。
 「日本でお寿司が食べたかった」というビーガンにも好評です。



人の価値観を学んだ修業時代

「思い立ったらまっしぐら」という長島さんが家業を継ぎたいと思ったのは学生時代。アルバイトでお客さんにすごく喜んでもらえたのをきっかけに「自分の舞台はここにある」と思いました。兄を説き伏せ、両親に土下座してお願いしたときには既に大学に退学届けを提出済み。その後、修業を積むことになるホテルの師匠に「大学は出ておけ」と言われ、慌てて大学に走ったのだとか。ホテルに4年、その後日本料理店に住み込みで2年勤める間に、人には様々な価値観や、その人なりの方法やルールがあることを痛感し、とにかくすべてを吸収しようという心を決めました。

食を通じて、みんなに笑顔

幸すしに戻ってきたのは、14年前。自分ができることに思いを巡らす日々が続きます。「数年前にあるセミナーでハラールのことを知りました。その時はとてもうちにはできないだろうと考えていました。しかし、その後、食の禁忌を乗り越えようと奮闘している方々と知り合い、情報交換を重ねていくなかで、これは「幸せ事業」なんじゃないかと思うようになったんです」

川越を訪れるベジタリアンやムスリムの方に安心して口にしたいだけ、おいしいお寿司と日本料理を提供したい。しかし、それは簡単なことではありませんでした。寿司カウンターを仕切



ムスリムは1日5回の礼拝が欠かせないため、南戸を改装して礼拝ルームを設けました。とても感謝されるそうです。



幸すしが提供するハラールは、食材の情報を開示することで本人に選択してもらえるよう配慮されています。



鮮魚のお寿司やお造りもその時期の旬の食材を厳選し、老舗の技で丁寧に仕上げています。

川越幸すし

- 西武新宿線本川越駅より徒歩15分
東武東上線川越市駅より車5分
※駐車場なし
- 埼玉県川越市元町1-13-7
- 049-224-0333(予約可)
- 月～金 11:30～15:00(L.O.14:00)
17:00～22:00(L.O.21:00)
- 土日祝日 11:00～15:30(L.O.14:30)
17:00～21:00(L.O.20:00)
- 不定休あり
- https://www.kawagoe-kousushi.com
- ※今のところビーガン/ベジタリアンメニューは予約のみ



る箱崎貴徳さんが振り返ります。

「最初は、この人、何ゆってんの?」と思いましたが、それもそのはず、ハラールではアルコールがNGだからです。日本料理では旨みをつくるのに日本酒やみりんなど、アルコール由来の調味料が欠かせませんし、そもそも酢飯に用いるお酢の多くは微量のアルコールが含まれているのです。

「酢飯を納め得る味にするまで1年近く試行錯誤しました。中には、シャリ変わった?というお客さんもらっしやるけど、説明すると皆さん納得していただけます。時代の要請だと思えます」



ハラール酢飯を開発した箱崎貴徳さん

伝統を引き継ぎながら、日本料理も進化しなくてはならないんだと今は思っています」と箱崎さん。

「フードダイバーシティの取り組みはまだ始めたばかりですけど、お客さまが心から喜んでくれるのがわかります。その笑顔は従業員にも伝わるし、この場から幸せが生まれていることを日々実感しています」と長島さん。高校生のときから思い描いていた、人を笑顔にする仕事があったという思いは、いまに確実につながっています。

この先100年の川越のために

昨年、川越市を訪れた外国人旅行者は約20万人。観光客全体はほぼ横ばいなのに対し、外国人は4年で4倍以上に増加しています。「川越を訪れてくれる外国人が増えてくると、ベジタリアン文化が普及している台湾から。それから



PROFILE
長島 貴子

幸すしを運営する株式会社貴響(よしゆら)代表取締役。今年4月、川越一番街商業協同組合の副理事長に就任。10月には南魚沼市でムスリムフレンドリーについての講演を行った。

近年増えているのが、ムスリム。海外からの旅行者の中には、宗教や主義などの理由でNGの食材があり、安心して飲食店に入ることができない方も多いためです。そのため、多様な食文化に対応しながら外国人をおもてなしすることは、国や地域を挙げて取り組むべき喫緊の課題となっています」

そう教えてくれたのは、長島貴子さん。1878(明治11)年創業の老舗、幸すしの四代目です。「140年にもわたって暖簾をたたまずに済んだのは、ひとえに地元・川越の皆さまのおかげです。だからこの先100年、川越のために何ができるか私なりに考えて、フードダイバーシティに取り組みよう」と決めたんです」

ひとくち解説

世界の食事情

ダイバーシティとは?

性別、人種、年齢、性格、学歴、価値観など様々な多様性を受け入れようという考え。誰もが豊かに暮らせる意味でも使われます。フードダイバーシティは、食の多様性。ハラールや菜食のほか、広義には、アレルギーや病気、高齢者に対応した食事も含みます。

ベジタリアン・ビーガンとは?

健康や主義、宗教などの理由で肉や魚を食べない人がベジタリアン。中でも卵、乳製品、動物性油脂、ハチミツまでも口にしない人はビーガンと呼ばれます。

ハラールとは?

ハラールとは、イスラム法で許された物や食べ物。逆に許されていないものは、ハラーム。その代表的なものは豚とアルコール類です。ムスリム(イスラム教徒)の旅行者は、海外で安心して食べられるハラールを探すのに困っているといえます。

武州・入間川プロジェクト

国と有識者、武州ガスの三者がタッグを組んで、入間川や荒川の自然を守っている取り組みをご紹介します。



狭山市立入間川小学校

入間川の自然観察のほか、漁業組合の協力で、かつては盛んだった地引き網を体験。こんな大きなコイがいたなんて、ビックリ！



川島町立出丸小学校

荒川で環境学習を行い、学校に戻って研究発表会。出丸小は今年閉校・統合されましたが、生まれ変わったつばさ南小で活動は引き継がれています。



埼玉県立いずみ高等学校

三ツ又沼ビオトープで、在来植物をおびやかすセイタカアワダチソウなどの外来植物を駆除。ひたすら地道な作業は「大変」の一言。



NPO法人 はとやま環境 フォーラム

唐沢川流域で、絶滅の恐れがあるホトケドジョウなど水生生物を調査。自然を活かした地域づくりに役立てられます。



NPO法人 荒川の自然を守る会

三ツ又沼ビオトープを調査し、自然観察会などを実施。外来植物を駆除し、ユウガキクなど外来植物の植え付けを行っています。



NPO法人 荒川流域ネットワーク

継続的に水質調査を行い、その結果をマップ化。関係団体への配布やインターネットへの公開で多くの人に関心を持ってもらうのがねらい。



「武州・入間川プロジェクト」についておしえてください。

井原 まずはじめに、川についてお話しします。国土交通省では、川を氾濫させないための「治水」、飲み水や農業用水などに利用する「利水」、そして「環境の保全・再生創出」に取り組んでいます。

助成金はどうなことに？

堂本 それこそ草刈り用の鎌から、安全対策用品、調査に使う機器、学校では、講師を招いたり、移動するためのバスの費用など、幅広く活用されています。また、資金援助だけでなく、植物の駆除方法や生物の知識に関する指導など、技術支援も行っています。井原 この活動は子どもたちの環境教育にも役立てられています。継続的に取り組んでいくためには、将来を担う子どもたちには川の大切さを知ってもらうのは重要なことだと思っています。

川を訪れるような機会も少なくなりましたね。

堂本 川は生物を育み、人々に潤いを与えてくれるもの。きちんとした大人の指導のもと、川に親しんでいけば水の怖さを知ることでもできるし、そうすれば浸水などの不測の事態でも冷静な対応がとれるはず。井原 近年は気候変動のせいもあり、洪水による被害が多くなっています。過去より、周辺の住民の方々の安全のため、

interviewee

- 左 荒川上流河川事務所 計画課長 井原和彦さん
- 中 武州ガス株式会社 総務企画部長 大久保忠夫
- 右 公益財団法人 埼玉県生態系保護協会 事務局長 堂本泰章さん

有識者を代表して

国土交通省から

地元企業から

「武州・入間川プロジェクト」助成団体募集!

入間川流域で環境保全活動を行っている市民団体等に対し、助成金の交付や情報提供等を行います。

助成対象	市民団体、学校等の非営利団体による公益的な活動	
助成内容	1団体最大20万円	
募集期間	2018年12月1日 ～2019年3月15日	活動の 対象期間 2019年4月1日 ～2020年3月1日
応募方法	記入要領をよくご確認ください。申請書に必要事項を記入し、事務局宛に郵送またはメールにてご提出下さい。 【申込書ダウンロード・詳細について】 http://www.ktr.mlit.go.jp/arajo/arajo_index049.html	
お問い合わせ先	入間川環境保全支援委員会事務局(公益財団法人 埼玉県生態系保護協会内) TEL:048-645-0570 (平日9:00～18:00)	

曲がりくねった川をまっすぐにし、堤防をつくるなどして、洪水時の水の流れを穏やかにしてききました。荒川上流部の改修工事が始まって、今年からはちょうど100年目になります。引き続き、洪水による被害を防止するための取り組みを進めていきます。これからは武州・入間川プロジェクトのような活動をモデルとして、このような取り組みが全国に広がっていくことを願っています。

堂本 川は環境を守るには国や自治体だけでは手が限られています。そこで市民団体がボランティアで、川の水質や生物、周辺の自然環境の調査や、外来植物を駆除するなどして支えています。大久保 平成22年のこと、荒川上流河川事務所の三橋さゆり所長(当時)から当社の原安会長(当時)に相談がありました。「市民団体が草を刈るための鎌や軍手に困っているのですが、何とかならないでしょうか」武州ガスの設立は入間川流域の治水と深く関係していた(コラム「原次郎物語」参照)こともあり、資金援助することを決めたのです。国 荒川上流河川事務所と有識者埼玉県生態系保護協会、地元企業武州ガス)の三者がタッグを組んだこのプロジェクトは、これまでに累計11の市民団体・学校に助成を行い、河川環境のために役立てていただいています。

学校やNPOの皆さんが地元の川を守っているよ!



ナチュラの
耳より
ガス話

ヒートショックにご用心!

冬場は家の中でも温度の差が大きくなります。急な温度差で血管に負担がかかることを「ヒートショック」といいます。

最悪の場合は心筋梗塞も…



ヒートショックが危険なのは入浴時。暖かいリビング(血圧安定)→寒い浴室(血圧上昇)→熱い湯船(血圧低下)という急激な血圧変動で、脳梗塞や心筋梗塞を引き起こす可能性もあります。

温度のバリアフリーが大切!

気をつけたいのは温度の差をなくすこと。入浴前に熱いシャワーで浴室を暖めておくのが効果的。浴室暖房乾燥機なら温風ですぐ暖められるので、とってもベンリです。



b-GAS healthy!

「生姜風呂で、体の芯からポカポカに」

みなさん、「生姜風呂」に入ったこと、ありますか? 「生姜」は身体を温める食材としてよく知られていますが、食べるだけでなくお風呂に入れても同じ効果が期待できるんです。生姜に含まれる辛味成分と精油成分が血行を促進させ、体を深部から温めてくれるそうです。作り方は、ひとにぎり分の生姜(約80g)をすりおろし、布袋に入れ、しぼり汁と一緒に湯船に入れるだけ。足湯・手湯など「部分浴」だけでも温まるので、風邪などでお風呂に入れない時にもオススメです。

※お肌の弱い方や乳幼児には刺激が強い場合がありますので、加減しながらお試しください。



ぶらり
お出かけ
情報

道の駅 いちごの里よしみ

これから旬を迎える「いちご」にこだわった道の駅をご紹介します! 広大な敷地には遊べる広場もあってお子さま連れに最適です。

いちごのしずくサイダー
▶炭酸ひかえめ、甘さもひかえめ。いちごの風味がふわっと香ります。(税込250円/1本)



いちごカレーうどん
▶カレーにいちご? これ意外と合うんです。吉見町産のいちごピューレがたっぷり! ルーにもいちごを加え甘味と酸味をプラス!(税込770円)



いちご大福
▼大粒いちごがゴロリと入るのは、いちごの里ならではの! こしあんとお白あんの2種類を、12月中旬より期間限定で販売する予定です。



わんぱく広場
▶いちごのお城の遊具やローラーすべり台など、小さいお子さんも楽しめる複合遊具がもりだくさん!



紹介したほかにも、いちご生どら焼き、いちごアイスティ、いちごゼリー、いちごかまぼこ…と、とにかくいちごづくし! な道の駅なんです。

施設内の農産物販売所(JA吉見直売所)では、新鮮ないちごや地元の野菜などを販売しています。
JA吉見直売所
☎0493-54-8727

いちごの里物産館 館内には、ここでしか買えないお土産や、食堂「楽楽庵」があります。



比企郡吉見町 大字久保田1737番地
☎0493-53-1530
9:00~17:00 (食堂:平日11:00~15:00 土日祝日11:00~16:00)
12月30日~1月4日
http://www.ichigonosato.com

＜車(駐車場あり)＞
・関越自動車道東松山ICから鴻巣方面へ約7km
・東京方面から国道17号より鴻巣左折、約8km

＜電車・バス＞
・JR高崎線「鴻巣駅」下車
→バス(東松山駅行)
「比企吉見農協前」下車徒歩1分
・東武東上線「東松山駅」下車
→バス(免許センター行)
「比企吉見農協前」下車徒歩1分

長期不在による凍結防止対策

冬期には暖かい地方でも給湯器や配管が凍結して破損することがあります。凍結防止の処置をして、給湯器や配管を守りましょう。

凍結防止手順
①リモコンのスイッチを押して、電源を「切」にする
②ガス栓を閉じる
③電源プラグを抜く
④給水元栓を閉める
⑤全ての給湯栓(お湯の蛇口)を開ける
⑥給水水抜き栓、給湯水抜き栓を外す

給湯器
給湯水抜き栓
給水水抜き栓
給水元栓
ガス栓

●再度使用するときは給水水抜き栓、給湯水抜き栓、室内全てのお湯の蛇口を閉め、給水元栓を全開にして全ての蛇口から水が出るのを確認し、電源プラグを差し込みガス栓を開けて使用します。 ※メーカーや機器の種類により方法が異なる場合がありますので、詳しくはお手持ちの機器説明書をご覧ください。

FLAVEST 吉見野 TERRACE
フレースト ザ・ふじみ野テラス
総販売戸数 全40棟

ふじみ野駅徒歩15分
全40棟の
ピックアッププロジェクト

資料請求・内覧予約は
0120-959-618

株式会社中央住宅 戸建分譲第一事業部
〒251-0088 埼玉県川越市大宮町1-17-17 TEL.0493-53-1530

FLAVEST 吉見野 TERRACE 総販売戸数 全40棟

アンケートにお答えいただいた方の中から、抽選で10名さまに素敵なプレゼントが当たります。

今号の読者プレゼント
10名さま
手づくりいちごジャム2個 & 手づくりみそ2個のセット

応募方法 はがき、またはホームページから、必要事項をご記入の上ご応募ください。
アンケート: ①今号のよかった記事と感想をお寄せください。
②おすすめのお出かけスポットがあれば教えてください。
③特集して欲しいテーマはありますか?
④b-GAS情報の入手方法は下記のうちどれですか?
(1:新聞折込 2:チラシ 3:ホームページ 4:その他)

〒350-1188
埼玉県川越市大宮町32-12
武州ガス株式会社 企画グループ 行

●ご住所
●お名前
●電話番号
●年齢
●性別
●アンケートの回答

武州ガスプレゼント 検索
携帯電話の方は、下記QRコードを読み込むと応募ページにアクセスできます。

吉見産いちごのジャム、吉見産大豆のおみそをセットで! いずれも無添加です。

応募 2019年1月23日(水) 当日消印有効

※応募によって知り得た個人情報は、プレゼントの発送のほか、マーケティング、弊社のサービスのお知らせ等に利用させていただく場合があります。なお、当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。



コンロを使った美味しいレシピを
武州ガスがお届けします!



カロリー
365kcal
/人

20min
cooking

材料 (2人分)

鶏むね肉(皮なし) …… 1枚(200g)
塩 …… 小さじ1/4
こしょう …… 少々
小麦粉 …… 適量
かぶ(葉つき) …… 1個
ねぎ …… 1/2本
にんじん …… 1/4本
しいたけ …… 3枚
塩 …… 少々

サラダ油 …… 大さじ1
[ホワイトソース]
バター …… 15g
小麦粉 …… 15g
牛乳 …… 150ml
水 …… 150ml
A 顆粒コンソメ …… 小さじ1
酒 …… 大さじ1
みそ …… 大さじ1/2~1

コンロの
ここが
すごい!

最近のコンロは「焦げつき消火機能」でお鍋が
焦げ始めると自動消火します。

b-GAS Information

ガス機器の使用中は換気に注意してください。



ガスが燃えるには、新鮮な空気が必要です。換気が不十分だとガス機器が不完全燃焼をおこし、一酸化炭素中毒の原因になることがあります。台所でガス機器を使用するときは、換気扇を回してください。また、ファンヒーターを使用するときは、30分に1回程度窓を開けて換気をしましょう。

お問い合わせ

保安推進グループ
(平日 8:30~17:15)

049-241-9057

武州でんき

2018年
12月31日(月)
までにお申込の方へ

抽選で**30**名さまに

JCBギフトカード5,000円

プレゼント!



詳しくは
コチラ



世界にひとつ、あなたにひとつ。



みその風味の
やさしいお味

和風シチュー

レシピ・料理 / 満留邦子

作り方

- 野菜を切る。しいたけは石づきをとり半分に、ねぎは3~4cm、にんじんは3~4mm厚さの半月切り(細い場合は輪切り)、かぶは皮つきのままくし形(6等分)、葉は下茹でして3cmに切る。
- 鶏肉はペーパーで水気をふき、筋や残っている脂身などを取り除いて、ひと口大のそぎ切りにする。塩とこしょうをふって、小麦粉を薄くまぶす。
- 深めのフライパンに半量のサラダ油を熱し、かぶの葉以外の野菜を加えて、野菜に薄い焼き色がつくまで炒め、塩少々をふって、取り出す。



- 空いたフライパンに残りのサラダ油を熱し、鶏肉を薄く焼き色がつくまで焼く。3をもどし、バターを加えて溶かし、小麦粉を振り入れて粉っぽさがなくなるまで弱火で炒める。



POINT

小麦粉を直接振り入れます! ホワイトソースをつくらなくて火の通りやすい具材で時短ラクラク!

- Aを加えて、蓋をして弱めの中火で3~4分煮る。

- 牛乳を加えて1~2分煮て、とろみがついたらかぶの葉を加え、みそで味をととのえる。(みその種類によって塩分が変わるので、味を見ながら加減する)



家庭用燃料電池

ENE·FARM
エネファーム

補助金メ切間近!!

2018年度分
補助金交付申請書の
提出期限

2019年2月22日(金)17:00
燃料電池普及促進協会(FCA)必着

「エネファーム」は、
ガスから電気をつくり、
発電時の熱でお湯もつくる。
だからエネルギーをムダにしない!

環境にやさしい
エネファームは国の
補助金対象商品です



お問い合わせ

環境エネルギーグループ (平日 8:30~17:15)

049-241-9027

お気軽に
お問い合わせ
ください!