

武州ガスがつなぐ、街・人・暮らし。

武州 **b** ガス

# bGAS 情報

vol. **78** 2021. 3-4

エンタメ企業だから、このこだわり。

## 角川食堂



10名  
さま

今号の  
読者プレゼント



Homasy バスボム  
(入浴剤、12個入り)

bGAS 情報は武州ガスのホームページからご覧いただけます

発行 / 武州ガス株式会社 〒350-1188 埼玉県川越市田町32-12 2021年2月17日発行 発行部数300,000部(年6回/偶数月に発行)





3種のカレーから2種を選べる「あんかけ」  
 (税込1,200円) スパイス煮卵(税込100円)  
 (税込100円)

卵と牛乳、  
 キビ砂糖だけで  
 素材の味を極限まで  
 活かしたプリン!



角川食堂プリン(税込450円)



オムライス、カレーの  
 添えものの野菜などは  
 日々の仕入れで  
 変わります!

エンタメ企業だから、このこだわり。

# 角川食堂

社内のカレーマニアで  
 「カレー部」を立ち上げて開発。  
 様々なスパイスとともに、  
 出版などを行うエンタメ企業ならではの  
 こだわりがぎゅっと集約されています。  
 カレーをよりおいしくいただけるよう  
 オリジナルのお皿までつくる  
 凝りようです!

## あのエンタメのKADOKAWAが食堂?

「あなたは相当な食通と聞いたんだけど、飲食事業をやってみる気はない?」

2016年のある日、突然上司にそう告げられた津々見潤子さんは、KADOKAWAの書籍編集部でエラリー・クイーン\*などの文芸を手がけるバリバリの編集者。仕事場にこもりがちな作家を外に連れ出し、楽しく会話しながらおいしいものを食べることが様々なアイデアの源になると考えていた津々見さんは、実際、おいしいお店探しのために給料の半分を使っていたこともあったほど。飲食店のプロデュースはもちろん初めてのチャレンジでしたが、18年には高級レストラン「INUA」を開店させ、ほどなくミシュランの2つ星の評価を獲得します。ところざわサクラタウン内に昨年8月にオープンした角川食堂は、そんな津々見さんが社内で2つめに手がけた「自信作」です。

「確かに食べることは好きでしたけど、飲食店業界の右も左もわからない私に何ができるんだろうと最初はとまどいもありました。でも、それがかえってよかったのかなとも思っているんです」

角川食堂には、グランドメニューと言われる定番があ



ハンピー卵のオムライス(税込1,200円)

りません。定食も日替わりや週替わりのみで、その日に調達した食材を中心に回していくのは、手間もかかるし、コストもかかります。計画も立てにくいので、この規模の飲食店ではめずらしいそうです。

「その時々おいしいもの食べなきゃダメじゃん!という素人発想。いろいろと学ぶにつれてそれは難しいことだとわかってきたけど、みんなで努力して変えられるんだったら変えよう、新しいことをやってみようという私の考えにスタッフのみんなも共感してくれました」

\*エラリー・クイーン:米国の推理小説家。代表作に「Xの悲劇」など。

株式会社KADOKAWA  
 レクリエーション事業局  
 フードビジネス課長  
 津々見潤子さん



## 武蔵野のおいしさを ダイレクトに伝えたい

元々は社員食堂となるはずだった角川食堂が一般にも開放されることになったのは、武蔵野の食材のおいしさに感動し、「みんなにも食べてもらわなきゃ」と思ったのがきっかけと、津々見さん。「土地に根ざして、地元の人に愛されるお店」をコンセプトに据え直しました。

大きなこだわりは、地元のおいしい食材をおいしいまま提供すること。そのために津々見さんは地元の食材を吟味し、その生産者を軒ずつ訪れては、朝採れで食べてもらいたいとお願いして回ったそうです。所沢市の交流会に顔を出したり、お肉やお米、お茶といった、あらゆる業界団体や、地元で昔から営んでいる生産者の方へおしかけて、いろんなことを教えてもらっているうちに、地域とのつながりが強くなっていきました。「おいしいね、と言われるとうれしいです。でも、(生産



広々とした店内で  
 ゆったりとお食事ができます♪

者)関谷さんや野沢さんが今朝採ってくれた野菜なんだから、それはおいしいさ!という自負もあるんです」土地の恵みや生産者の思いをお客さんに伝えるのは、編集者の仕事にも似ていると言います。「いい書き手に巡り会えたら、その人と仕事がしてみたいと思います。その人に手紙を書いて思いを伝え、こんな本をつくってみませんか?とアプローチします。やがてその作品は人の心を動かしてくれるんです。そんな、小説を読んでじんわり感動するような幸せを、この食堂で分かち合えたらと思っています」

## こんなところに武州ガス



津々見さんにとってシェフは作家と同じ存在。料理人がその才能をいかんなく発揮できるよう厨房機器や動線にも配慮しました。



カレーは、ガス火を使ってスパイスの香りと効能を引き出す工程、テンパリングが決め手です!

料理長  
 小島 学さん

## ところざわサクラタウン

2020年11月にグランドオープンした(株)KADOKAWAによる国内最大級のポップカルチャー発信拠点。同社と所沢市による地域づくりの共同プロジェクト「COOL JAPAN FOREST構想」の拠点施設で、ミュージアム、イベントホール、ホテル、ショップ&レストラン、書店、さらには神社などからなる。



## 角川食堂

所沢市東所沢和田3-31-3 ところざわサクラタウン3階  
 ☎04-2003-7035  
 ♻️平日 8:30~20:00(L.O.19:00)  
 土日祝11:00~20:00(L.O.19:00)  
 ♻️不定休(SNSをチェック)  
 🌐https://kadoshoku.jp



※新型コロナウイルスの影響により営業時間等が変更となる場合があります。SNSでご確認ください。



こだわりの詰まった、  
 地元の特産品や  
 オリジナル食器も販売!

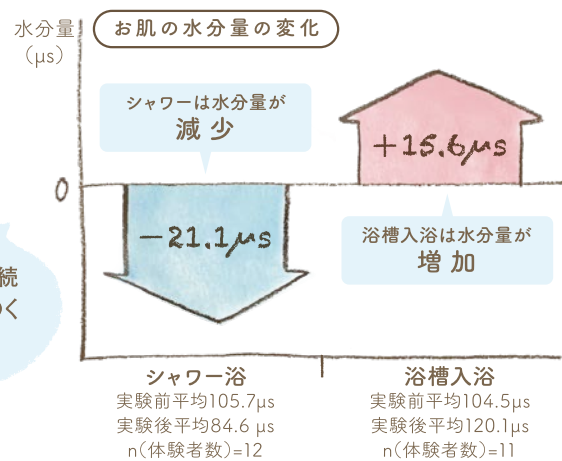


## お湯に浸かって保湿しよう

浴槽にお湯を張っての入浴がシャワーよりも体が温まるのはご存じのとおりですが、見逃せないのは浴槽入浴の「保湿効果」。日常的に湯船に浸かる習慣づけが、お肌の潤いキープにつながります。

浴槽入浴とシャワー浴を2週間続けてもらい、お肌の水分量がどのくらい変わるか調べてみました。

試験条件: シャワー浴40℃、浴槽入浴38℃以上10分以上(肩まで浸かる)で2週間連浴し、前後の水分量を比較(東京ガス都市生活研究所調べ)



## 血行をよくして痛みを緩和

入浴には「温熱」「水圧」「浮力」という3つの作用があります。肩凝りや腰痛、筋肉痛の原因のひとつは血行不良です。浴槽入浴を続けることで血行がよくなり、痛みの緩和が期待できます。

### 温熱作用

お湯はすばやく体を温めてくれるため、手足の血管が広がり、血行がよくなります。

### 水圧作用

お湯に浸かっている部分に圧力がかかるため、血液循環をよくしてくれます。

### 浮力作用

水中の浮力は空気中の約1/10。体重の負担が減り、関節の痛みなどを和らげてくれます。

## 毎日の入浴で免疫力アップ

入浴の効果といえば、血行促進。血流がよくなることで免疫細胞が体内を効率よく循環するようになり、体温の上昇は免疫細胞を活性化するといわれています。熱すぎない40度程度のお湯に肩まで浸かる全身浴で、10～15分が基本。毎日続けることで免疫力アップの効果が期待できます。



## 入浴のススメ シャワーだけだと損してる!?

# 浴槽入浴で美容と健康をキープしよう。

最近、おうちで過ごす時間が増えたという方も多いことと思います。美容と健康維持のためにも、ご自宅でゆっくりバスタイムを楽しんでみてはいかがでしょうか。

ガスの  
じかん

## 質の高い睡眠のためにも入浴

よい眠りのためには、寝たときに深部体温(直腸など体の内部の体温)が下がるのがよいとされています。深部体温は寝る前に上げてやると眠りにつく時に下がることがわかっています。そこで、眠りにつく1～1.5時間前に40℃以下のぬるめのお湯に入るのがおすすめ。寝る直前や熱いお湯は逆に神経を高ぶらせてしまうのでご注意ください。

## マイクロバブルで至福のバスタイム

リンナイ(株)が開発した「マイクロバブルバスユニット」は、ごく微細な気泡をお湯の中に噴射して、温熱や保湿、洗浄、リラックスなど、様々な効果を高めたこれまでにない商品です。気泡だけで温泉のように乳白色のお湯となり、とても気分よく上質なバスタイムを過ごすことができます。



### 武州ガススタッフがマイクロバブルバスを体験してみました! /

スイッチオン!で浴槽のお湯がみるみる白くなりました。入った瞬間肌触りがまるやかなことが分かります。お風呂から出た後もポカポカ感が残ります。しかもお肌がツルツルでしっとり感まで。毎日のお風呂が楽しみになりそうです!

## 浴室暖房でヒートショック予防

寒い冬は暖房でヒートショック予防、暑い夏は涼風で快適入浴が楽しめるのが、「浴室暖房乾燥機」。換気機能はニオイやカビの防止に、さらに衣類を乾燥できる機能もついています。



## お風呂のことならおまかせ!

マイクロバブルバス入浴は、浴槽の交換や複雑な工事は必要なく、給湯器本体と専用の循環金具を設置するだけで楽しめます。マイクロバブルや浴室暖房乾燥機など、お風呂のことならなんでも武州ガスグループの(株)ピージーサービスにご相談ください!

お申し込み・お問い合わせ 「ガス機器みつけるくん」からもどうぞ!→  
(株)ピージーサービス 営業部  
平日 9:00~17:00

0120-49-6611



参考資料:東京ガス都市生活研究所「快適バスタイムのすすめ」(2015年)、「入浴×美容のすすめ」(2018年) リンナイ株式会社「免疫が上がりやすい入浴法」(2020年)



6のり  
お出かけ  
情報

vol.17

【川越】きょうのごはんゆるりCafe

心と体がよくぶランチでいやしタイム。

本日の贅沢プレート



プレートには十六穀米と汁物がつきます!

◀ランチの一番人気は、お肉とお野菜たっぷりの贅沢プレート(税込1,650円)。食材の入荷状況により内容は異なりますが、この日はこんな感じ。十六穀米と汁物がつきます。他に、牛豚鶏がいっぺんに楽しめるお肉プレート、16~20種類の野菜が摂れるお野菜プレート(各税込1,320円)も!

お酢で健康!  
ピネガスパークリング

らくらく  
Cooking



※調理時間は漬け込み時間と冷蔵庫から出して室温に置く時間を除きます。

25min  
cooking

カロリー  
345kcal  
/人

ジャマイカ風  
ローストチキン  
ジャークチキン

材料 (4人分)

- 鶏もも肉……………2枚
- グリーンリーフ……………4枚
- レモン……………1/2個

- A
- たまねぎ(すりおろし)……………1/4個分
  - しょうが(すりおろし)……………小さじ1
  - にんにく(すりおろし)……………小さじ1
  - レモン果汁……………大さじ1
  - オールスパイス……………大さじ1
  - タイム(ドライ)……………小さじ1
  - 粗びき黒こしょう……………小さじ1/3
  - 塩……………小さじ1・1/3
  - 砂糖……………大さじ1/2
  - オリーブオイル……………大さじ2

作り方

- Aの材料を混ぜて、ジャークミックスを作る。
- 鶏肉は余分な脂身を取り、厚みのあるところに切り込みを入れ、皮側を包丁の先で数か所突く。鶏肉に1をまぶして、2時間〜一晩冷蔵庫に置く。
- 2を冷蔵庫から出して30分ほど室温に置いて、グリルに入れて焼く。(片面焼きグリルの場合は8分焼いて上下を返して5分。両面焼きは返さずに12分が目安)
- 焼けた3を食べやすい大きさに切って、大きめにちぎったグリーンリーフ、レモンとともに盛り付ける。



POINT

オールスパイスは大さじ1とたっぷりめですが、辛いなお子さまでも食べられます。



料理研究家/管理栄養士 満留 邦子

つつい塩分や脂の摂りがちに! たまには体にやさしいものを心ゆくまで食べてみたい! そんな方におすすめしたいのが、蓮馨寺の北側、焼だご松山商店さんの近くに2019年11月にオープンした「きょうのごはんゆるりCafe」さんです。オーナーシェフの尾形亮伍さんは京都に修業に出向いていた頃、毎日の食べ歩き飲み歩きで体調をくずしてしまいました。そこで出会ったのが今の奥さま。愛情たっぷり、健康的な手料理をいただくうちに体調はすっかり戻り、それで安心できる食の大切さに目覚めたのだと言います。「脂質、糖質、塩分、それと添加物は極力抑え、食材の栄養をより効率よく摂れるような料理法を心がけています」と尾形さん。例えば、京都で修得した様々な出汁でよく煮含めることで、塩分が少なくても物足りなさを感じない味に仕上げたりと、常に研究を怠りません。とにかく素材が豊富で、見た目にも楽しめるランチプレート目当てに訪れるのは女性客が中心とのことですが、ボリュームもたっぷりなので男性でも満足できるはずです。

▶ランチはソフトドリンクと自家製アイスクリーム「ジェナーコ」のセットがおすすめ。皮ごとひいた京都産黒豆きな粉と大豆きな粉のアイスクリームは、上品な甘み、豊かな香り、口溶けしっとり逸品です。



◀コロナ対策でゆとりをもって席を配置していますが、奥にはテーブル席もあり、17名までゆったりと利用できます。



きょうのごはんゆるりCafe

〒350-1188 埼玉県川越市連雀町32-1

川越駅、本川越駅から東武バス「蓮馨寺前」下車徒歩3分。または本川越駅から徒歩10分。

049-227-9133

10:30~18:00(L.O.17:30) ※ランチは15:00まで

不定休(HPをチェック)

https://www.kyounogohan-yururicafe.com/

※新型コロナウイルスの影響により営業時間等が変更となる場合があります。ホームページでご確認ください。

やっぱり健康がいちばん!  
食事で心と体が満たされる  
「毎日通ってらえる店」をめざしています。

店長の尾形さん

今号の読者プレゼント

エッセンシャルオイルと海塩で楽しむ、12種のカラフルな入浴剤!

アンケートにお答えいただいた方の中から、抽選で10名さまにプレゼント!  
Homasy バスボム(入浴剤、12個入り)

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今号のどの記事に興味を持ちましたか?その感想をお聞かせください。  
②とりあげて欲しい記事はありますか?

武州ガス プレゼント 検索

携帯番号の方は、左記QRコードを読み込むと応募ページにアクセスできます。

応募締切 2021年3月17日(水) 当日消印有効

※応募によって知り得た個人情報、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。  
※状況により、本誌が応募締め切り後のお届けになる場合があります。あらかじめご了承ください。

GRAN(A) J Resort Seibudai

Jリゾート西武台

国道463号、IDC大塚家具跡地に、全33邸のリゾートタウンデビュー!

住協 小手指支店 0120-29-8815

住協 新所沢支店 0120-28-7311

物件概要: 全33区画今回販売18区画<建築条件付土地> ●交通/西武池袋線「小手指」駅徒歩15分 ●土地価格/3,495万円~3,995万円 ●最寄価格帯/3,500万円台(9区画) ●所在地/所沢市北中2丁目 ●土地面積/各150㎡ ●地目/宅地 ●都市計画/市街化調整区域 ●用途地域/第一種住居地域、第一種低層住居専用地域 ●建ぺい率/60%・50% ●容積率/200%・80% ●開発面積/6945.38㎡ ●開発許可番号/R29R020200号 ●造成工事完了予定日/2021年1月末予定 ●接道/6M開港道路(東西南北) ●設備/公営水道・下水・都市ガス ●現況/引渡、更地相談 ●備考/景観条例 ●その他備考/清浄施設持分①約3.42㎡×1/15、②約3.6㎡×1/17持分持分①17.56㎡×1/32、②12.61㎡×1/32 フットバス持分59.95㎡×1/32 ●取引態様/売主【建築条件付売地のご案内】この土地は、土地売買契約締結後三ヶ月以内に当社と建物の建築請負契約を締結することを条件に販売します。この期間内に建築請負契約を締結できなかった場合は、土地売買契約は白紙となり、受領した手付金等の土地代金はすべてお返しします。※紙面と現況が相違する場合は現況を優先とします。※広告中に売却の際はご容赦ください。





浴室をくつろげる空間にしたい!

最新のトイレにしたい!

料理のしやすいキッチンにしたい!



リフォームしたいけど、どこにお願いすればいいの?



© 武州ガス/SAKURAI-P

そのリフォーム

武州ガスグループの  
**(株)ピージーサービスにおまかせください!**

浴室・キッチン・洗面・トイレ等の水廻りのリフォームをはじめ、壁紙・フローリングなどの内装工事から外壁工事、車庫門扉などのエクステリア、介護リフォーム、増改築に至るまで、快適な住まいをご提案します!

お申し込み・お問い合わせ

(株)ピージーサービス リフォームグループ  
平日 9:00~17:00

**0120-129-112**



**武州でんき** を新規ご契約のお客さま限定!

ガスと電気を武州ガスにまとめると、実はとっても便利に!

電気料金の  
電気代、そろそろ  
見直してみませんか?

**3** 基本料金  
ヶ月無料!!

- その1 **ガスと電気の請求をおまとめ!\***  
請求書も引き落としも一括管理。「意外と便利!」とご好評いただいています。
- その2 **「マイ武州ガス」でエネルギー見える化!**  
Webサイトでガス・電気の使用量や請求額を数値とグラフで見ることができます。
- その3 **ガスと電気の検針票が無料で毎月とどく!**  
毎月「紙」の検針票で確認することができます。

※契約時期によらず、今後の新規ご契約者の基本料金が3ヶ月無料となったことを意味します。  
※都合により終了する場合があります。

武州でんき  
新規申込割  
情報はこちら



お申し込み・お問い合わせ

小売電気事業グループ  
平日 8:30~17:15

\*ガスと電気の使用場所・契約者が同一で、ガス・電気料金の合算支払いに同意していることが条件です。

**0120-255-900**

できますか?  
停電時の備え!

武州ガスで**災害に備える!!**

家庭用燃料電池+太陽光発電+蓄電池で  
もしもの停電時でも安心です。



家庭用燃料電池システム

もし、この街に停電が  
起こったら?



太陽光発電システム



家庭用蓄電池

屋内用  
可搬型

お気軽に  
お問い合わせ  
ください!



お申し込み・お問い合わせ

メールはこちらから!

環境エネルギーグループ (平日 8:30~17:15)

**049-241-9027**



ENE・FARM

エネファーム

つけて安心! 警報器

- ① 煙や熱で火災を検知、② ガスもれ検知、③ 不完全燃焼で発生するCO(一酸化炭素)中毒の防止が、警報器の3大機能。1台3役のタイプがおすすめです。

