

Vol.53

2021 SUMMER & AUTUMN



# GASMILE

ガスマイル



## P.1~4 受講生募集

クッキング教室・カルチャー教室

## P.5 こっち楽楽クッキング

「鴨ロース煮」「フォンダンみそショコラ」

## P.6 こっちメール配信サービス

## P.7 Q-SAN SDGs とは

## P.8 介護サービスわかば

「ソフトグリップ伸縮アルミ杖[ベーシック]」

## P.9~10 Q-SANリフォームおがわ

「リフォームシャッター」

## P.11~12 ガス特集

「ガスコンロはリースの時代」

## P.13~14 Q-SANくらぶ通信

・会員募集・イベント予定・イベント結果報告

## P.15~16 写真コンテスト

・第1次募集

## P.17 ショップインフォメーション

「手仕事ハンバーグ ぎゅう丸 飯塚店」

## P.18 イベント・お祭りインフォメーション

## 裏表紙 Q-SANでんき

きたい以上のことを

# Q-SAN

九酸・直方ガス企業グループ

ホームページからご覧いただけます  
<http://www.Q-SAN.co.jp>

九州酸素(株)  
☎0948-25-2134

(株)九酸  
本社・直方営業所  
☎0949-22-5555

飯塚営業所  
☎0948-22-0417

北九州営業所  
☎093-571-0831

宮田営業所  
☎0949-33-4950

医療部  
☎0948-22-0849

(株)小竹ガス商会  
☎09496-2-0425

(株)Q-SAN リフォームおがわ  
☎0949-23-2525

(株)介護サービスわかば  
☎0949-22-0808

Q-SAN ショールームこち  
☎0949-29-1313

直方ガス(株)  
☎0949-22-2496

筑豊団地ガス(株)  
☎0949-24-6752

(株)九酸ガス住設  
本社・飯塚営業所  
☎0948-22-6024

直方営業所  
☎0949-22-0678

北九州営業所  
☎093-632-8523

鞍手営業所  
☎0949-42-1003

(有)筑穂プロパン  
☎0948-72-1225

クッキング教室

カルチャー教室

# 受講生募集

2021年

入会金無料!!

10月

October

11月

November

12月

December

みんなの「こごちい」が  
きょうみつかる。

Q-SAN  
こごち

1 DAY  
COOKING SCHOOL

クッキング教室

※材料の仕入れ状況により、メニューが変更になる場合がございます。

※表示価格は全て税込価格です。

## 10月 11月 手打ちそば

そば打ちの基本と、おいしく食べる為の茹で方を教えます。

I-1 10/16日

I-2 11/20日

・ぶっかけそば



全糖協四段

講師 舩田 浩二

時間 10:00~13:00

受講料 各2,750円(税込)

定員  
各6名



## 11月 四季を感じる日本料理

季節の食材を使った料理を、ご家庭でも簡単に味わえるよう丁寧にご紹介します。

I-3 11/21日

- ・梨のムース 柚子ジュレ掛け
- ・鶏の桑焼き
- ・白身魚の信州蒸し



和料理 蓮花寺さいとう 経営

講師 西藤 数晃

時間 10:00~13:00

受講料 2,200円(税込)

定員  
12名



## 10月 ベジフルライフで 体の中からキレイを作りましょう

スープからデザートまでお野菜を使ったおうちで手軽に楽しめるレシピをご紹介します。

I-4 10/13日

- ・サツマイモのポタージュスープ
- ・鴨のポワレ 野菜ソース
- ・サツマイモのベイクドチーズケーキ

野菜ソムリエプロ、調理師、  
ベジフルビューティーアドバイザー

講師 小野 理恵

時間 10:00~13:00

受講料 2,200円(税込)

定員  
12名



## 12月 季節のおもてなし料理

毎年恒例、残らないお節。手作りお節で新年を楽しく迎えましょう!

I-5 12/16日

- ・ポークリエット
- ・海老メニュー
- 他数品



and \* one Kitchen

講師 藤田ひさみ

講師 石丸 貴子

時間 10:00~13:00

受講料 3,300円(税込)

定員  
12名



## 11月 秋の味噌づくし食卓

福岡県産の手作り生米麹を使って、無添加で簡単ヘルシーな調味料で調理しましょう!

I-6 11/28日

- ・キノコの味噌炊き込みご飯
- ・豚ナスピーマンのピリ辛味噌炒め
- ・簡単!海老の味噌茶わん蒸し
- ・秋のフルーツ、クリームチーズmiso白和え

みそらぼ代表、味噌ソムリエ、  
調味料ジュニアマイスター

講師 安藤 久代

時間 10:00~13:00

受講料 3,300円(税込)

定員  
12名



## 12月 お正月に食べる 特別仕込みの甘味「白味噌」づくり

特別仕込みの米の麹が香るあま〜い「白味噌」。熟成期限も早いので、お正月のお雑煮などにいかがでしょうか?

I-7 12/19日

- ・白味噌1.5kg



みそらぼ代表、味噌ソムリエ、  
調味料ジュニアマイスター

講師 安藤 久代

時間 10:00~13:00

受講料 3,300円(税込)

定員  
12名



アンコール  
教室

全教室共通 申込み期限【10月教室】2021年9月10日まで 【11月教室】2021年10月10日まで 【12月教室】2021年11月10日まで

こちらのQRコードからもお申込みが出来ます→



※表示価格は全て税込価格です。

こころ教室 クッキング教室

# COOKING SCHOOL 1 DAY

## クッキング教室



**10月 パンとちょこっとスイーツ**

たのしいパン作りはじめてみましょう

**I-8 10/29金** **定員 12名**

- ・焼カレーパン
- ・クリームパン
- ・ちっちゃいドーナツ

ホームベーキングスクール  
講師 師範 石松 厚子

時間 10:00~13:00  
受講料 2,750円(税込)



**12月 パンとちょこっとスイーツ**

たのしいパン作りはじめてみましょう

**I-9 12/17金** **定員 12名**

- ・もちり食パン
- ・りんごパン
- ・マーブルケーキ

ホームベーキングスクール  
講師 師範 石松 厚子

時間 10:00~13:00  
受講料 2,750円(税込)



**10月 満永シェフの創作フレンチ**

「おうちでも作れるフレンチ」をテーマに楽しく学びます。

**I-10 10/18日** **定員 12名**

- ・南瓜とさつまいものテリーヌ
- ・ビーフストロガノフ
- ・マロンブリュレ

ザハウスオブリンダマール  
支配人兼 料理長 満永 恵太

講師 満永 恵太

時間 10:00~13:00  
受講料 2,750円(税込)



**11月 満永シェフの創作イタリアン**

気軽に「おうちでも作れるイタリアン」を学びませんか?

**I-11 11/15月** **定員 12名**

- ・ミネストローネスープ
- ・ピッツァマルゲリータ
- ・カルボナーラ
- ・抹茶のティラミス

ザハウスオブリンダマール  
支配人兼 料理長 満永 恵太

講師 満永 恵太

時間 10:00~13:00  
受講料 2,750円(税込)



**11月 自宅で作れる簡単韓国料理**

ご自宅で簡単に作れる韓国料理を作ってみませんか?

**I-12 11/13土** **定員 12名**

- ・キムチの素
- ・みそだれ その他

韓国家庭料理人  
講師 金正淑

時間 10:00~13:00  
受講料 2,200円(税込)



**12月 自宅で作れる簡単韓国料理**

体にやさしいチャチャッと作れる韓国家庭料理を作ります。

**I-13 12/11土** **定員 12名**

- ・チヂミ
- ・キンパ
- ・わかめスープ

韓国家庭料理人  
講師 金正淑

時間 10:00~13:00  
受講料 2,200円(税込)



**10月 季節を感じる和菓子作り教室**

季節の和菓子をお楽しみで楽しく作ってませんか?

**I-14 10/6水** **定員 12名**

- ・芋ようかん
- ・いきなり団子
- ・薯蕷饅頭

大塚菓子舗店主  
講師 大塚 雅士

時間 13:00~16:00  
受講料 2,200円(税込)



**11月 季節を感じる和菓子作り教室**

季節の和菓子をお楽しみで楽しく作ってませんか?

**I-15 11/24水** **定員 12名**

- ・栗ようかん
- ・芋饅頭
- ・秋の生菓子

大塚菓子舗店主  
講師 大塚 雅士

時間 13:00~16:00  
受講料 2,200円(税込)



**11月 季節の和食**

旬の食材で季節を感じる料理を作ってみませんか?

**I-16 11/7日** **定員 12名**

- ・唐芋まんじゅう柚子餡かけ
- ・サーモンオクラとろろ和え

旬季 琳太郎 経営  
講師 茅原 康充

時間 10:00~13:00  
受講料 2,200円(税込)



**12月 季節の和食**

旬の食材で季節を感じる料理を作ってみませんか?

**I-17 12/5日** **定員 12名**

- ・和風ローストビーフ
- ・鯖無蒸し

旬季 琳太郎 経営  
講師 茅原 康充

時間 10:00~13:00  
受講料 2,200円(税込)



**10月 五感で楽しむ秋の絶品イタリアン**

身近な食材で簡単に秋の味覚を楽しむ、絶品イタリアンが「おうち」で作れます。

**I-18 10/23土** **定員 12名**

- ・秋サケとほうれん草のクリームパスタ
- ・ナスのインヴォルティエーニ(ロールナス)

日本イタリア料理教室協会認定校、  
イタリア料理教室「カッセル」La casa di cucina del cuore)主宰、  
イタリア料理研究家、栄養士 (旧姓:若田英子)

講師 おがさ ひでこ

時間 10:00~13:00  
受講料 2,200円(税込)



**11月 違いがわかる大人の極上イタリアン**

クリスマスにもお正月にも使える冬の極上イタリアンが「おうち」で作れます。

**I-19 11/27日** **定員 12名**

- ・ペスカトーレ(海の幸のパスタ)
- ・栗のペーストで作るテリーヌ(デザート)

日本イタリア料理教室協会認定校、  
イタリア料理教室「カッセル」La casa di cucina del cuore)主宰、  
イタリア料理研究家、栄養士 (旧姓:若田英子)

講師 おがさ ひでこ

時間 10:00~13:00  
受講料 2,200円(税込)



**10月 季節のスイーツ**

かわいいハロウィンスイーツ作りましょう

**I-20 10/8金** **定員 12名**

- ・チョコレートテリーヌ
- ・キャラメル洋梨タルトにハロウィンデコレーション

パティシエ  
講師 山田 麻希

時間 13:00~16:00  
受講料 2,200円(税込)



**12月 季節のスイーツ**

お家で手作りクリスマスケーキにチャレンジしてみませんか

**I-21 12/2木** **定員 12名**

- ・miniクリスマスケーキ
- ・チョコレートサラミ

パティシエ  
講師 山田 麻希

時間 13:00~16:00  
受講料 2,200円(税込)



**11月 Daily Dish Cooking**

ポットラックパーティーしよう!

**I-22 11/10水** **定員 12名**

- ・根菜の旨照り煮
- ・とりささみの唐揚げネギ塩ダレ
- その他2種

Coffee & kitchen sketchers  
オーナー Kanaco

講師 オーナー Kanaco

時間 10:00~13:00  
受講料 2,750円(税込)



**12月 Daily Dish Cooking**

ホリデードーナツを作ってみよう!

**I-23 12/8水** **定員 12名**

- ・ポストンクラムチャウダー
- ・ドーナツ(ホワイトチョコとストロベリー・チョコレートコナッツ・その他2種)

Coffee & kitchen sketchers  
オーナー Kanaco

講師 オーナー Kanaco

時間 10:00~13:00  
受講料 2,750円(税込)



【3ヶ月プラン】2021年9月10日まで

●受講生募集中! ●入会金無料! ●写真はイメージです

10月 11月 季節の押し絵を作ってみませんか

**J-1 10/28 木** 押し絵とは、型紙に綿を貼り、生地ですくんで貼り合わせて作る立体感のある作品です。 **定員(名) 10名**

**J-2 11/25 木**

アドリエ心路(こころ)  
講師 駒山 洋子

時間 10:00~12:00

受講料 各2,200円(税込)

※紙用はさみ、布用はさみをご持参下さい。  
※画像はイメージです。



10月 クリスマスの贈り物に♪ ハートのコーヒーカップ&ソーサー

**J-3 10/9 土** 大きめのソーサーはお皿としても使用できます。インシヤルやハートの転写紙を使ってオリジナルのカップを♪贈り物にも最適♡ **定員 10名**


日本ヴォーグ社認定  
ホーセラーツインストラクター

講師 野崎 由美子

時間 10:00~12:00

受講料 1,100円(税込)

※ハンドタオルをご持参下さい。※申し込み時にインシヤルをご指定下さい。  
※画像はイメージです。※焼成するため、作品のお渡しは10/23以降になります。



10月 11月 パンフラワー教室

**J-4 10/30 土** J-4 思わず食べたくなるおいしそうなおイチゴを作りませんか? **定員(名) 10名**

**J-5 11/27 土** J-5 かわいいリースを作りクリスマス準備をしませんか?

アドリエ心路のん  
講師 大鶴 憲子

時間 10:00~12:00

受講料 各1,650円(税込)

※作業用はさみ(先が尖っているはさみ)をご持参下さい。 ※画像はイメージです。



11月 ステンドグラス \*クリスマスツリー\*

**J-6 11/13 土** クリスマスツリーのオーナメントです。\*クリア・グリーン\*の2種類から選んで下さい。初心者さん向けの作品です。 **定員 5名**

ステンドグラスLeaf

講師 重田 紀子

時間 13:00~15:00

受講料 3,300円(税込)

※軍手、タオル、お掃除用の袋と、汚れることはほとんどございませんが、気になる方はエプロンをご持参下さい。  
※画像はイメージです。 ※サイズ:縦15cm



10月 たのしい切り絵教室

同じ下絵で2枚同時に違う切り絵が完成! ゴミがでない省エネ切り絵もあって面白いですよ。 **定員 10名**

**J-7 10/17 日**

切り絵愛好家  
講師 松本 佳代

時間 10:00~12:00

受講料 1,100円(税込)

※画像はイメージです。 ※サイズ:色紙大



11月 縁起物切り絵

年の初めに縁起物の切り絵を作って、福を呼び込みましょう! ※白黒も選べます。 **定員 10名**

**J-8 11/21 日**

切り絵愛好家  
講師 松本 佳代

時間 10:00~12:00

受講料 1,100円(税込)

※画像はイメージです。 ※サイズ:色紙大



11月 フレッシュグリーンのX'masキャンドルリース

**J-9 11/28 日** 忙しい日々にあってもクリスマスやお正月は楽しみたいですね。針葉樹、姫リンド、木の実など全て生の材料で作る置き型キャンドルリースはいかが?クリスマスが終わったら正月バージョンに仕立て替え。一緒に作ってみませんか。 **定員 5名**


ガーデン教室ポクドベール、植物雑貨クリエイター

講師 小野 しのぶ

時間 10:00~12:00

受講料 2,860円(税込)

※はさみ、エプロン、筆記用具をご持参下さい。 ※画像はイメージです。



12月 ミニ門松作り

**J-10 12/19 日** 門松はお正月に歳神様がそれぞれの家に訪れるための依代(よりしろ)と言われていて、手作りの門松を作って良い年を迎えましょう! **定員(名) 6名**

**J-11 12/25 土**


**J-12 12/26 日**

竹細工研究家  
講師 田代 博昭

時間 10:00~12:00

受講料 各2,200円(税込)

※申込多数の場合は抽選になり、初めて受講される方優先になります。何卒ご了承下さい。  
※作成者1名でのご参加をお願いいたします。  
※1対門松を作っていただけます。  
※軍手、エプロンをご持参下さい。



10月 11月 12月 ペン習字 (ボールペン・筆ペン)

**J-13 10/21 木** 手書き文字は毎日の生活に欠かせないもの。オフィスや冠婚葬祭など、手書きする場面もたくさん!ご一緒に気軽に練習してみませんか♪ **定員(名) 10名**

**J-14 11/18 木**


**J-15 12/9 木**

アドリエ心路(こころ)  
講師 駒山 洋子

時間 10:00~12:00

受講料 各1,100円(税込)

※ボールペン・筆ペンをご持参下さい。



10月 11月 12月 歌謡教室

**J-16 10/2 土** 腹式発声法で唄い免疫を高めましょう! ♪「時のしおり」 ※ソーシャルディスタンスを保ちます。 **定員(名) 10名**

**J-17 11/6 土** ♪「かんべんナ」

**J-18 12/4 土** ♪「鴨川の月」

安田歌謡教室講師  
講師 安田 良子


時間 10:00~12:00

受講料 各1,100円(税込)


※筆記用具とハンドタオルをご持参下さい。




新型コロナウイルス感染防止対策を施しながらの教室開催となります。今後、感染状況により、開催内容を変更する可能性があります。お客様には大変ご迷惑をお掛けいたしますが、何卒ご理解・ご了承のほどよろしくお願い申し上げます。




定員を超えた場合の抽選




マスク着用での教室参加




検温のご協力



スリッパの持参



手指消毒・換気・除菌の徹底



飛沫防止対策を行い食事



※表示価格は全て税込価格です。

**NEW** はじめての英会話

基本的な日常会話の聞き取りや声出し練習をして、すぐに使える英語を楽しみながら身につけましょう!

**K-1** 10/7・10/14・10/21  
木曜日 11/4・11/11・11/18  
12/2・12/9・12/16

講師 チャンドラ マイケル 健太  
時間 13:30~15:00 定員 10名  
受講料 総額9,900円(税込)



※筆記用具をご持参下さい。

**NEW** サランヘヨハングル

韓国語を学ぶだけでなく、韓国の歴史・食文化を知って、お互いの文化を理解尊敬する楽しい教室です。

**K-2** 10/2・10/16・10/23  
土曜日 11/6・11/20・11/27  
12/4・12/11・12/18

講師 久尾 星景 定員 10名  
時間 13:00~14:30  
受講料 総額9,900円(税込)



※筆記用具をご持参下さい。

きもの着付け

\*気軽にひとりで着物を着てお出かけしてみたい\* お持ちの着物を素敵に着こなしてみませんか?

**K-3** 10/3・10/17・10/24  
日曜日 11/7・11/14・11/21  
12/5・12/12・12/19

講師 井手 君子 定員 6名  
時間 14:00~16:00  
受講料 総額9,900円(税込)



※着物・帯・すそよけ・肌襦袢・長襦袢・薄手タオル2,3枚・腰紐4本・コーンベルト1本など着装に関するもの一式をご持参下さい。 ※裁縫道具をご持参下さい。

はじめての太極拳

ゆったりとした動作にもかかわらず、筋力アップの効果が絶大です。

**K-5** 10/6・10/13・10/20・10/27  
水曜日 11/3・11/10・11/17・11/24  
12/1・12/8・12/15・12/22

講師 前田 ミユキ 定員 15名  
時間 10:30~12:00  
受講料 総額6,600円(税込)



※室内シューズ(靴底の厚みのないもの)をご持参下さい。

三味線で綴る「民謡・唱歌・歌謡曲」

自習用テープ吹込み差し上げます。すべて曲弾き語り練習で上達が早くなります。

**K-4** 10/2・10/16・10/23  
土曜日 11/6・11/13・11/20  
12/4・12/11・12/18

講師 藤本 秀生雲 定員 5名  
時間 10:00~11:00  
受講料 総額9,900円(税込)



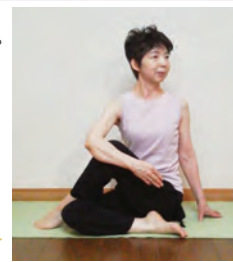
※三味線一式貸します。ご希望の方は申込時にお伝えください。マイ三味線の方、持参歓迎です。

「元気」と「キレイ」をつくる健康ヨガ

呼吸法とやさしいヨガポーズで全身を気持ち良く整えます。初めての方、シニアの方も無理なく始められます。

**K-6** 10/1・10/15・10/22・10/29  
金曜日 11/5・11/12・11/19・11/26  
12/3・12/10・12/17・12/24

講師 インストラクター SHINKO 定員 15名  
時間 10:00~11:30  
受講料 総額13,200円(税込)



※ヨガマットをご持参下さい。

ココちよりお知らせ

定員数

クッキング教室は最大12名、カルチャー教室[1day]は最大10名、[3ヶ月コース]は最大15名となります。

カルチャー

3ヶ月コースをご継続される場合は、再度お申し込みが必要となりますので、お気をつけください。

●受講料のお支払い方法 (クッキング教室&カルチャー教室共通)

お申込み締切後、受講料お支払い用紙を郵送いたします。(応募多数の場合、抽選後に郵送)

◎1dayの場合: 1回分の金額のお振込となります。

◎3ヶ月の場合: 受講料総額のお振込となります。

※入金済の受講料は原則として返金及び振替はいたしませんので予めご了承ください。

※講座によっては、教材費が必要な場合がございます。

※18歳未満の方は、教室への申込みは出来かねます。(ただし、親子教室除く)

[注意事項]  
※食物アレルギーに関して、個別対応はおこなっておりません。  
※応募多数の場合は抽選し、後日当選者のみ発送をもって代えさせていただきます。  
※親子教室を除き、お子様連れの受講はご遠慮ください。  
※講座内容・受講日・受講時間は変更になる場合があります。  
※応募数が一定数に満たない場合は開講を見合わせ場合がございますのでご了承ください。

●お問い合わせ

お問い合わせ受付時間  
休館日を除く  
AM10:00~PM5:30

Q-SANショールーム ここち

☎0949-29-1313 FAX0949-29-1314

〒822-0015 福岡県直方市新町3丁目3-10

Qショールームここち 検索 http://cocochi.Q-SAN.co.jp



●応募方法 TEL FAX ハガキ Web

スマホ・パソコンで簡単応募手続き!

〒822-0015 福岡県直方市新町3丁目3-10  
「Q-SANショールームここち生徒募集係」まで

ガスとくらしのショールーム



- ①希望教室(教室番号) ②名前(フリガナ)・性別 ③生年月日
- ④住所 ⑤連絡先 ⑥職業(主婦・会社員・パート・学生・その他)
- ⑦きっかけ(チラシ・ホームページ・ポスター・知人・社員)
- ⑧Q-SANグループをご利用頂いたことがありますか はい(会社名)・いいえ
- ⑨紹介者の会員番号 ⑩紹介者のお名前

●ペア参加の場合

- ①名前(フリガナ)・性別 ②生年月日 ③住所
- ④連絡先 ⑤職業(主婦・会社員・パート・学生・その他)

はがき裏 または FAX用紙に ①~⑩ の項目を記入 してください。	応募締切 クッキング・カルチャー教室共通	1day 10月教室: '21年9月10日まで 11月教室: '21年10月10日まで 12月教室: '21年11月10日まで	3ヶ月 '21年9月10日まで
		※応募多数の場合は抽選し、後日当選者のみ発送をもって代えさせていただきます。	



個人情報について: 今回の応募に際し、ご記入頂くお客様の個人情報は九股・直方ガス企業グループの内部資料として商品やサービス、イベント情報のお知らせ等に利用させていただきます。機密保持については万全を期しておりますのでご協力をお願いいたします。

【3ヶ月プラン】2021年9月10日まで

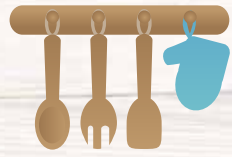
●受講生募集中! ●入会金無料! ●写真はイメージです

第16回 こごち  
**楽楽Cooking**  
らく らく

ガスマイルでは3ヶ月に1度の掲載ですが、メール配信サービスにご登録いただくと月1回配信いたします。詳しくは、メール配信サービスページをご覧ください。



# 低温調理で作る 鴨ロース煮



材料		【付け合わせ】
鴨ロース	1枚	水菜
長ねぎ	1本	味付けゆで卵
濃口醤油	180cc	
酒	180cc	
みりん	180cc	

こちらから作り方の動画をご覧ください。▶▶▶



**point!**  
「温度調節」  
70度を超えないこと。  
温度が下がりすぎると  
火が入らないので温度計  
を使用し確認すること。



- 作り方**
- ① 鴨の下処理スジを取り、皮にくし目を入れる。
  - ② 鍋に醤油・酒・みりんを合わせ70℃近くになるまで加熱する。
  - ③ フライパンに油をひかず弱火にかけ、鴨の表面を軽く焼いて霜降りにする。
  - ④ ②に鴨の皮を下にして30分。上にして20分。煮汁が70℃を超えないように温度計を使い調整しながら鴨肉に味をつけていく。
  - ⑤ 時間になったら鍋を火から下ろし、粗熱を取ったら出来上がり!



## ニビシクッキング フォンダンみそチョコラ



材料:(6個分)

卵	2個	ラム酒(またはブランデー)	大さじ1
グラニュー糖(または上白糖)	50g	里ごころ無添加合わせすりみそ	大さじ1
薄力粉	45g	マフィンカップ(5.5cm)	6個
ビターチョコレート	100g	粉砂糖(仕上げ用)	適量
無塩バター	80g		

- 作り方**
- ① ボウルに卵とグラニュー糖を入れ、湯煎して人肌に温めながら、文字が書ける程度のもったりとしかたさになるまで泡立てる。
  - ② 細かく切ったチョコレートと室温に戻しておいたバターをボウルに入れ、湯煎して溶かす。  
しっかりと溶けたら、ラム酒で溶いた里ごころみそを加える。
  - ③ ①に②を少しずつ加え、ゴムベラでさっくりと混ぜ合わせる。
  - ④ ふるっておいた薄力粉を加え、粉っぽさがなくなるまでさっくりと混ぜる。
  - ⑤ マフィンカップに7分目程度まで流し入れ、180℃に余熱しておいたオーブンで約10分焼く。  
(\*表面が膨れて、ひび割れしてくるまで。さらに2分程しっかり焼けば、ガトーショコラに。)

### 里ごころ 無添加合わせすりみそ



# メール配信サービス受付中!!



こちメール配信サービスにご登録いただくと教室やイベントなどいろいろな情報がもらえるよ!!



申込みはコチラから

こち講師による  
クッキング&  
カルチャー動画

最新の  
教室チラシの  
ご案内

申し込みされた  
教室の  
当落ご案内

オンライン教室  
開催通知  
※条件付き

## こち「オンライン」とはどんなもの?

コロナ禍において教室が中止になったり、定員を減数した際に参加出来なくなった方々へ、オンライン教室を開催しています。

### 《オンライン教室の流れ》

- ①落選した方へオンライン教室開催のご案内
- ②参加を希望された方へ教室のご案内  
(希望者多数の場合、抽選となります)



オンラインの様子♪



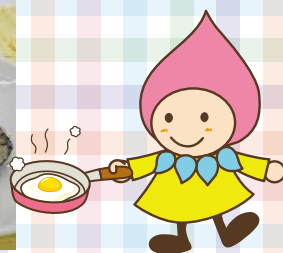
生徒さんとお話中☆



ちゃんと聞こえているかなあ



教室で作りました (\*^^\*)



「私たちQ-SANは持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています」

## SDGsとは

SDGsとは「Sustainable Development Goals (持続可能な開発目標)」の略称です。2015年9月の国連サミットで採択されたもので、2016年から2030年の15年間で達成するために掲げた「持続可能でよりよい世界を目指す国際目標」のことです。17のゴールと、それらを達成するための具体的な169のターゲットで構成され、地球上の誰一人取り残さないことを誓っています。

## 17のゴール

<p><b>1</b> 貧困をなくそう</p> <p>貧困をなくそう</p>	<p><b>2</b> 飢餓をゼロに</p> <p>飢餓をゼロに</p>	<p><b>3</b> すべての人に健康と福祉を</p> <p>すべての人に健康と福祉を</p>	<p><b>4</b> 質の高い教育をみんなに</p> <p>質の高い教育をみんなに</p>	<p><b>5</b> ジェンダー平等を実現しよう</p> <p>ジェンダー平等を実現しよう</p>	<p><b>6</b> 安全な水とトイレを世界中に</p> <p>安全な水とトイレを世界中に</p>
<p><b>7</b> エネルギーをみんなにそしてクリーンに</p> <p>エネルギーをみんなにそしてクリーンに</p>	<p><b>8</b> 働きがいも経済成長も</p> <p>働きがいも経済成長も</p>	<p><b>9</b> 産業と技術革新の基盤をつくろう</p> <p>産業と技術革新の基盤をつくろう</p>	<p><b>10</b> 人や国の不平等をなくそう</p> <p>人や国の不平等をなくそう</p>	<p><b>11</b> 住み続けられるまちづくりを</p> <p>住み続けられるまちづくりを</p>	<p><b>12</b> つくる責任 つかう責任</p> <p>つくる責任 つかう責任</p>
<p><b>13</b> 気候変動に具体的な対策を</p> <p>気候変動に具体的な対策を</p>	<p><b>14</b> 海の豊かさを守ろう</p> <p>海の豊かさを守ろう</p>	<p><b>15</b> 陸の豊かさも守ろう</p> <p>陸の豊かさも守ろう</p>	<p><b>16</b> 平和と公正をすべての人に</p> <p>平和と公正をすべての人に</p>	<p><b>17</b> パートナーシップで目標を達成しよう</p> <p>パートナーシップで目標を達成しよう</p>	

## Q-SAN セブンGOALS

私たちQ-SANは、17ある目標から7つの目標について、事業を通じて実現してまいります。

- (1) **事業領域** : 「生活・産業・医療」を支えるチカラに。
- (2) **スローガン** : きたい以上のことを。
- (3) **存在意義** :
  - ① 現代産業発展の一端を担い、国家の興隆に貢献する。
  - ② ライフラインの一端を担い、国民生活の安定的向上に貢献する。
  - ③ 健全なる事業活動を通じて、地域社会の発展と雇用の確保に貢献する。
- (4) **当社のSDGsの推進** :

ガスを中心としたエネルギーや生活・産業関連資材の供給を主たる事業とし、地域の生活や産業、医療への貢献に努めていく当社にとって、持続可能な資源利用や地球環境の実現、豊かで衛生的で強靱なまちづくりは、事業を通じて貢献すべき重要な社会的課題である。国際的に推進されているSDGsの考え方に当社も深く賛同し、事業を通じて以下のゴールの実現に向け積極的に貢献していく。



# ソフトグリップ伸縮アルミ杖 [ベーシック]

秋の行楽シーズンに新しい杖のご購入はいかがでしょう？加齢や怪我などにより、立っている時や歩いている時のバランスが悪くなったり、長距離の歩行も困難になってきます。そのような時に、杖を使用することにより、歩くことが楽になり、歩行距離を延ばすことや歩行速度を早めることができ、今まで家に閉じこもりがちだった人も、外へ出るのが楽しみになります。



ブルー パープル ブラック ブロンズ グリーン ピンク

## ソフトグリップ伸縮アルミ杖 [ベーシック]

- 株式会社ミキ
- サイズ／長さ71～93.5cm(10段階／2.5cm)、グリップ長さ：13cm、ゴムチップ底径：約3.9cm
- パイプ径／上部：24mm、下部：19mm
- 重さ／430g
- 材質／本体：アルミ、グリップ：樹脂・シリコン・鉄
- ネック形状／細型
- 生産国／中国

『指また』が無理なく握れ、壁やテーブルに立てかけても滑りにくい。軽くて丈夫な杖

首元を細くし、安定感にすぐれた握りやすいグリップ。握力が弱った方でもしっかり握れます。



ワンコインの杖だと杖の長さが足りないし、長く付き合う事になると考えこの商品を選びました。長さ調整ができるから耐久性が低いのかと勝手に想像していましたが、90kgを超える私の体重でも問題無く支えてくれます。ストラップが付属されていたので手がふさがっても落とす心配がありません。グリップにゴムのような加工が施されているので立てかけても滑り落ちずに安定です。

直方市 70代男性

定価：4,180円(税込)のところ…

**2,500円(税込)**

キャンペーン期間：8月～10月

# リフォームシャッターで

比べて  
納得!!

## シャッター・雨戸の防災効果

〈飛来物を想定した検証実験〉 2kg相当の飛来物・衝突速度44km/hでの検証実験

窓ガラス単体や養生テープを貼るだけだと…

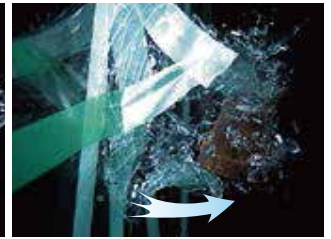
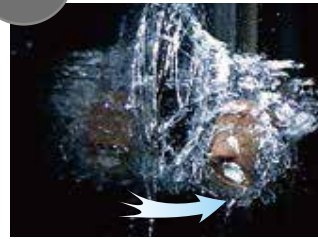
一般的な複層ガラス  
衝突前



養生テープ対策済  
複層ガラス



衝突時



植木鉢のような飛来物でもガラスが割れ、  
室内に破片が飛び散ってしまいます。

シャッターや雨戸を設置すれば!

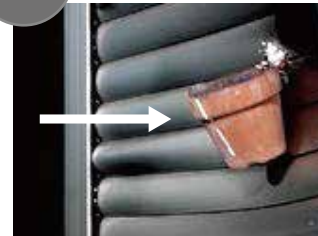
シャッター  
【耐風タイプ】  
衝突前



雨戸  
【断熱タイプ (Danパネル雨戸)】



衝突時



飛来物から窓をしっかり守り、  
**窓ガラスが割れるのを防ぐことができました。**

※シャッターの標準タイプ・採風タイプ、雨戸の標準タイプ(ルーバー雨戸)の場合も、窓ガラスは割れませんでした。



リフォームシャッターで  
窓をしっかりガード!

リフォームシャッター

手動タイプ

サイズ 1,790×2,290

88,600円 (税別)

(工事費別途)

※サイズによって金額は異なります。

# 安心・安全をプラス。

## Q-SAN リフォームおがわ

施工事例

Q-SANリフォームおがわ



BEFORE



AFTER



### お客様の声

直方市 O様

シャッターを取り付ける事で家を留守にする際や、台風などの時に安心感があり大変満足しています。

### シャッター取付工事

1F リフォームシャッター(手動)

サイズ 1,790×2,290

2F リフォームシャッター(手動)

サイズ 1,815×920

**322,000円(税別)**

(撤去費、運搬費、工事費込み)

工期 2日間

# ガスコンロはリースの時代!!



## 低価格でも 機能が充実!



### 1 Rinnai LAKUC<sub>★</sub>IE

リンナイ ラクシエ Siセンサー付/卓上型



3色から選べます!

充実の安全機能で安心!  
ココットプレートでグリルのお手入れが楽になります!

- ・パールクリスタル天板
- ・オートグリル
- ・温度調節機能
- ・炊飯機能など



定価 ¥107,580 (税込) を

月額 ¥ **770** (税込)

6年契約(72回払い)

### 2 Paloma GRAND CHEF PREMIUM

パロマ グランドシェフ Siセンサー付/卓上型



2色から選べます!

今話題のラクックが  
卓上コンロで使える!  
毎日の料理が楽しくなります

- ・ハイパーガラスコート
- ・ラクックオート(魚焼き)
- ・煮込み機能
- ・自動炊飯/湯沸機能など



定価 ¥107,580 (税込) を

月額 ¥ **660** (税込)

6年契約(72回払い)

※リース期間中(6年間)に消費税が増税された場合、現行の消費税を含むリース料金に増税分を加算させていただきます。

# おすすめのビルトインコンロ!

3・4・5の標準取替工事費  
組込み型コンロ **5,500円**

## 3 Rinnai DELICIA



天板色を3色から選べます

リンナイ デリシア Si センサー付/組込型  
3V乾電池・操作部シンプルタイプ

スタイリッシュで豪華!  
専用アプリを使って、プロ監修の  
様々な料理が作れます!  
基本的な安全機能に加え  
・感震消火機能  
・音声ガイダンス  
なども搭載の最高級コンロ!



定価 ¥336,600 (税込) を

**月額 ¥2,530 (税込)**

6年契約(72回払い)

## 4 Paloma FACE IS



天板色を5色から選べます

パロマ フェイシス Si センサー付/組込型

グリルが汚れにくい!  
ラクックを利用した自動調理で  
料理の時短ができます!

・温度調節  
・煮込み機能  
ラクックで食卓を華やかに!



定価 ¥239,800 (税込) を

**月額 ¥1,320 (税込)**

6年契約(72回払い)

## 5 NORITZ Fami



3色から選べます

ノーリツ ファミオートタイプ Si センサー付/組込型

基本機能に使いやすさをプラス!  
シンプル操作で扱いやすい!

・ダブル高火力、ダブルトロ火  
・ダブル温度調節  
・オートグリル機能  
・炊飯機能



定価 ¥184,800 (税込) を

**月額 ¥1,100 (税込)**

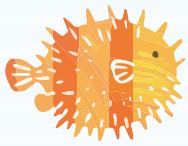
6年契約(72回払い)

お問い合わせ先

●直方ガス株式会社 / TEL.0949-22-2496 ●筑豊団地ガス株式会社 / TEL.0949-24-6752

●株式会社九酸ガス住設 飯塚営業所 / TEL.0948-22-6024 直方・鞍手営業所 / TEL.0949-22-0678 北九州営業所 / TEL.093-632-8523

●株式会社小竹ガス商会 / TEL.09496-2-0425 ●有限会社筑穂プロパン / TEL.0948-72-1225



くらぶ会員限定!

## 2021年9月～2021年11月開催のイベント予定表

(コロナウイルス感染拡大防止の為、日程が変更または中止となる場合があります)

9月

11

[土曜日]

参加費無料!

無農薬野菜を作る・楽しむ・食べる!

### Q-SAN農園(第9期)募集

★大空の下、爽やかに野菜をお世話して収穫を楽しみましょう!  
★初心者、途中からの参加もOKです!

・時間: 10:00～11:30  
(以降、隔週開催予定)



※お子様のみでの参加はできません、必ず保護者の同伴が必要です。  
※汚れてもいい格好でお越しください(長靴、帽子、タオル等)。

場所: Q-SAN農園(直方市上新入)

申込 No.45

定員 20名程度 (お子様・保護者含む) 申込締切 8/31(火) ※申込多数の場合は抽選となります。

11月  
上旬  
予定

参加費無料!

春が待ち遠しい!!!

### チューリップの 球根植え ボランティア

★毎年春に開催される「のおがたチューリップフェア」に向けた事前の活動です。

・時間: 10:00～11:30(予定)



※お子様のみでの参加はできません、必ず保護者の同伴が必要です。  
※汚れてもいい格好でお越しください(長靴、帽子、タオル等)。

場所: 遠賀川河川敷

申込 No.46

定員 20名程度 (お子様・保護者含む) 申込締切 10/30(土) ※申込多数の場合は抽選となります。

## お申込み方法

Web

24時間受付

サイトへアクセス

ID/パスワード入力

会員限定ページよりお申込み



◀ QRコードからでもお申込みできます。

<https://www.club.q-san.co.jp/>

携帯電話・スマートフォンからでも可能です。

TEL 下記の各営業所へお申込み下さい。

- 直方ガス株式会社/TEL:0949-22-2496
- 筑豊団地ガス株式会社/TEL:0949-24-6752
- 株式会社九酸ガス住設 飯塚営業所/TEL:0948-22-6024  
直方・鞍手営業所/TEL:0949-22-0678  
北九州営業所/TEL:093-632-8523
- 株式会社小竹ガス商会/TEL:09496-2-0425
- 有限会社筑穂プロパン/TEL:0948-72-1225

## くらぶイベント 結果報告

## Q-SAN農園第8期

今回から初参加の会員さまも加わり、合計で23名のくらぶ会員さまに参加していただき、苗植え、種まき、間引き、誘引などの作業をすることが出来ました。

新型コロナウイルスの影響により、6月は活動を中止

することになりました。

第9期には、また皆さまと農園作業ができるよう、たくさんのご応募をお待ちしております。



入会金・会費無料!

Q-SANくらぶ

# まだまだ新規会員 大募集!!

## 対象

Q-SANグループ  
(直方ガス・筑豊団地ガス・九酸ガス住設・  
小竹ガス商会・筑穂プロパン)の  
「ガス」または「Q-SANでんき」を  
ご利用のお客様

抽選でオリジナルギフトブックも  
当たるかも!

楽しいイベントやお得な情報  
盛りだくさん!

ぜひ加入してみませんか?



## サービス内容



### 会員限定の優待セール

当社で取り扱っている機器を会員限定価格でご奉仕致します。(ガス機器・エアコン・キッチン・床暖房からリフォームまで)



### 会員限定イベント開催

当社で企画した特別イベントにご参加いただけます。(日帰りツアー等、当社独自のイベントの開催。当社が協賛するイベントの案内)



### 共同農園(Q-SAN農園)参加

ご家族・お友達を誘って、種まきから収穫までの農園体験しませんか?



### こち教室サービス

ショールームこちで開催しているクッキング・カルチャー教室の特別サービスが受けられます。

過去の  
イベントは  
こちら⇒



(※Facebookのページへ遷移します)



お申込みお問い合わせは、左記の方法でお願い致します。

with コロナの新たなライフスタイルの紹介

# フォトジェニック 写真コンテスト

2021



## 作品募集中

応募締切

2021年  
10月10日(日)

アウトドア部門

キャンプ・登山・ピクニック・公園・散歩 など

インドア部門

お家時間・趣味・料理 など



金賞

各部門 1作品

QUOカード  
5,000円分  
+ 筑豊の誇り



銀賞

各部門 1作品

QUOカード  
3,000円分  
+ 筑豊の誇り



銅賞

各部門 1作品

QUOカード  
1,000円分  
+ 筑豊の誇り

Q-SANオリジナル  
ギフトブック  
「筑豊の誇り」  
(3,000円分相当)



ギフトブックに掲載されている  
「おいしい」「たのしい」商品の  
一例です。

## 応募方法

パソコンの場合

ホームページURL

<http://www.q-san.co.jp/contest-apply>

専用サイトから応募できます。弊社にてプリントアウトし、掲載いたします。

スマホの場合

カメラ機能で右のQRコードを読み取り、応募ページへアクセス  
してください。弊社にてプリントアウトし、掲載いたします。



持ち込み・郵送の場合

写真をA4サイズにプリントし、応募用紙にご記入の上写真と応募用紙  
を同封して「こちこち」にご持参、またはご郵送ください。

Q-SAN ショールームこちこち

〒822-0015 福岡県直方市新町3丁目3-10 こちこちビル

プリント頂いたお写真は返却できかねますのでご容赦ください。

## 応募要項

サイズ

A4サイズ (297×210mm)

候補発表

候補作品は応募者宛てに直接通知するとともに、ガスマイル  
紙面、ホームページ、ショールームにて紹介いたします。

応募資格

応募者本人が撮影したもので、未発表のものに限ります。プロ・アマ  
チュア・年齢は問いません。今年撮影したものでなくても構いません。

発表

秋に開催される「こちこち住まいるフェア」にて展示、投票の上、  
部門ごとに金賞、銀賞、銅賞を決定いたします。

入賞作品は2022年カレンダー作成時に掲載いたします。

注意事項:

- お写真は当方で額に入れて展示し、写真・画像データは原則お返しいたしません。
- 応募いただいたお写真は、ホームページ・広報誌などの当方の媒体でご紹介予定です。
- 被写体の方の承認を得てなかったり、他者の作品の無断使用など第三者の権利を侵害しないように  
お願いいたします。その場合の責任は当方は負いかねます。
- 入賞作品の著作権はショールームこちこちに帰属します。その際、作品の電子データもしくは原稿を提出  
していただきます。
- 入賞作品は主催者が催す展示会、制作物に無償で使用する権利を保有します。この使用を承諾して  
いただけない場合は応募できません。
- 合成加工、立入禁止エリアから撮影した写真、日付入りの写真は不可とします。
- 応募作品は各部門につき1人1点、入賞作品は1人につき、1点とさせていただきます。
- 入賞作品発表の際は「作品名」「ニックネーム」を掲載いたします。
- 応募に際してご提供いただいた個人情報、入選通知、展示会等の必要な範囲で利用させていただきます。

フォトジェニック  
写真コンテスト2021

応募用紙

月 日

カナ

ニックネーム ※掲載時はこちらを利用します

氏名

住所

連絡先

※入賞した際に利用させていただきますので必ずご記入ください。

テーマ  アウトドア部門  インドア部門

作品名

撮影場所 ( 県 市 )

エピソード

お問い合わせ・応募先 Q-SAN ショールーム こちこち

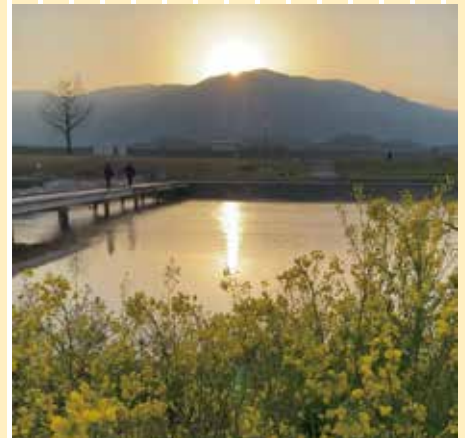
TEL.0949-29-1313 <http://cocochi.Q-SAN.co.jp>



# 第1次応募作品紹介



たくさんのご応募ありがとうございます!  
現在、第2次募集中です!



フォトジェニック写真コンテスト WEBギャラリー

<http://www.q-san.co.jp/contest>



# SHOP Information

Q-SANをご利用くださっているお店をご紹介します。



本当に美味しい  
ハンバーグを  
食べたことがありますか？



**名物**



**名物**

あつあつの  
パン包みステーキ



ハンバーグ&海老フライ  
140g.....1,520円  
180g.....1,720円



ハンバーグ&ステーキ  
140g.....1,850円  
180g.....2,050円



オーダブルは前日までに予約が必要です。

**公式アプリははじめました!**  
ぎゅう丸の最新情報をいつでも  
どこでもあなたのスマホに!  
アプリのダウンロードはコチラから→  
メニューもコチラからご覧いただけます。



**TAKE OUT OK!**  
お持ち帰り

**ご予約 OK!**  
ご予約



手仕事ハンバーグ  
**ぎゅう丸 飯塚店**

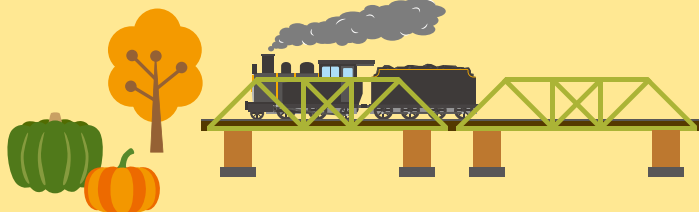
営業時間：11:00～22:00 (L.O 21:30)  
店休日：不定休

**TEL:0948-43-4515**



# イベント情報 Event Information

【所】住所 【時】時間  
【料】料金 【内】内容  
【問】問い合わせ先



## 直方地区

Nogata



### 直方市石炭記念館

【所】直方市直方692-4

【問】☎0949-25-2243



令和3年7月16日(金)～9月26日(日)

### 開館50周年記念企画展『継』(つなぐ)

【会場】直方市石炭記念館 新館2階

【時】9:00～17:00(入館は16:30まで)

【料】一般:100円 高大生:50円 中学生以下:無料

【休】毎週月曜日(ただし8月9日(振)は開館)

令和3年9月18日(土)

### 開館50周年記念講演会

【会場】ユメニティのおがた 小ホール

【時】13:00～14:45

【料】参加無料

#### 基調講演

「直方にとっての直方市石炭記念館」

＜講師＞岡田昌彰(近畿大学教授 景観工学)

【時】15:00～16:30

#### パネルディスカッション

「国史跡を有する直方市石炭記念館の今後」

＜パネリスト＞

○岡田 昌彰(近畿大学教授)

○小島 立(九州大学法学研究院教授)

○八尋 孝司(直方市石炭記念館 館長)

＜コーディネーター＞

田村 悟(直方市学芸員)

令和3年9月5日(日)

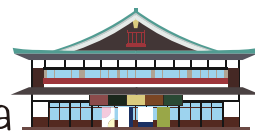
### クリーン・コール・デー

【会場】直方市石炭記念館

【料】入館無料

## 飯塚地区

Iizuka



令和3年7月16日(金)～12月26日(日)

### 嘉飯物語

「嘉飯物語」とは、飯塚市・嘉麻市・桂川町に住む人たち自らが担い手となって実施する体験イベントです。歴史や食、自然、ものづくりなど、嘉飯地域ならではの工夫をこらしたプログラムを集めました。魅力いっぱいの担い手たちが「おもてなし隊」となって紡ぐ物語、あなたも一緒に参加してみませんか?

【参加申込開始日】

7月～ 9月開催 ▶ 7月1日(木)10:00時から受付開始

10月～12月開催 ▶ 9月1日(水)10:00時から受付開始

【申し込み方法】

各体験プログラムはすべて予約制です。

申し込みは各プログラムへお願いします。

詳細は各プログラムのQRコードを読み込むか、申込先へお問合せください。

<http://kankou-iizuka.jp/pdf/kahan2021.pdf>

【問】☎0948-22-3511((一社)飯塚観光協会)

## 宮若地区

Miyawaka



令和3年10月10日(日)

### リコリス子どもまつり

【会場】宮若リコリス周辺会場

【問】☎0949-32-3210(社会教育・文化推進グループ)

令和3年9月25日(土)

### 筑豊フェア2021

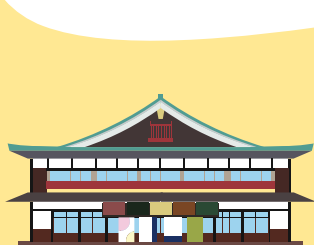
【会場】天神中央公園(福岡市中央区)

【時】11:00～16:00

【問】☎092-643-3180(平日9:00～17:00)

筑豊フェア実行委員会事務局  
(福岡県広域地域振興課内)

※新型コロナウイルス感染症対策の影響で中止等の変更になる場合がございます。



# 賃貸でもご利用いただけます！

電気代 くらべてナットク!  
簡単シミュレーション



## 毎月の電気代が お安くなります！

※契約プランによっては、ご利用にできない場合がございます。  
オール電化住宅は対象外です。

おかげさまで

# ご契約数 2,000件 突破！

ラクラク  
手続き!!

+

かしこく  
節約!!

=

おうちの電気  は  
**Q-SAN**  
でんき

お問い合わせだけでも結構です!お気軽にご相談ください!

でんき専用コール(通話料無料)



**0800-222-9393**

受付時間(平日)9:00~17:00

きたい以上のことを

**Q-SAN**

九酸・直方ガス企業グループ

直方ガス(株)  
☎0949-22-2496

筑豊団地ガス(株)  
☎0949-24-6752

(株)九酸ガス住設  
本社・飯塚営業所 ☎0948-22-6024  
直方営業所 ☎0949-22-0678  
鞍手営業所 ☎0949-42-1003  
北九州営業所 ☎093-632-8523

(有)筑穂プロパン  
☎0948-72-1225

(株)小竹ガス商会  
☎09496-2-0425

Q-SANでんきは(株)サイサンの電気取次店です。2015年10月8日、(株)サイサンは経済産業省より小売電気事業者【登録番号:A0015】に登録されています。