

くらし絵本 エプロン Apron

2025 Winter

12月号

Vol.242

エプロンは東海ガスと
あなたの暮らしを結ぶ
コミュニケーション誌

特集

＼東海ガスのあんしん街づくり／

交通安全の輪を広げよう

第11回出張!しだまち巡り(秋田県にかほ市編) くりっぴーの暮らしにクリップvol.4

クロスワードパズル しだまちグルメ(藤枝) 料理教室 お知らせ

澄んだ空気を胸いっぱい
新しい年に向かってジャンプ!

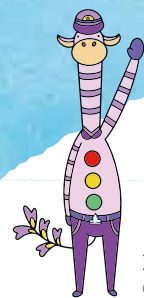
Welcome
to
Nikaho

くりっぴーの冒険 Vol.12

旅するくりっぴーが出会った生き物たちとの
エピソードをお楽しみに!!(→5ページへ)

Chokaisan





東海ガスのあんしん街づくり

交通安全の輪を広げよう



藤枝市 交通安全キャラクター ふじりん
©むらまつけーじ



藤枝警察署、藤枝市、東海ガス株式会社

藤枝市・藤枝警察署と 「交通安全活動に関する協定」を 締結しました！

今年9月、東海ガスは藤枝市・藤枝警察署と「交通安全活動に関する協定」を締結しました。今後、交通事故の防止や運転マナーの向上を目指して、交通安全に関する情報を広く市民の皆さまにお届けしていきます。ガス事業者として地域に密着し、「安心して暮らせる街づくり」を応援します。



くりっぴー

これから「交通安全日本一」の街を目指して、さまざまな方法で交通安全の情報を届けていくよ。ふじりん、どうぞよろしくね！



くりっぴー

こちらこそ。交通事故を防ぐには、市民のみんなの「思いやりと意識」が大切なんだ。実は県内の事故件数は、10年前に比べて半分以上になっているんだよ



ふじりん
©むらまつけーじ

すごいね！ これからも安心して暮らせる街を目指したいな。来年から新しい制度も始まるって聞いたよ



くりっぴー

そう、「自転車の青切符制度」と「生活道路の速度規制」だね



ふじりん
©むらまつけーじ

スマホを見ながら自転車をこいでいる人や、スピードを出して住宅街を走る車に、ちょっとヒヤッとするところがあるもんね



ふじりん
©むらまつけーじ

そうだね。次のページでわかりやすく説明していこう！

東海ガスの取り組み



東海ガスの社用車にステッカーを貼って、交通安全の輪を広げます！

公式LINEやInstagramで、交通安全・事故情報を随時発信！

年末は事故に要注意！

- 夕方や夜間に歩くときは反射材を身につけて目立つ工夫を
- 自転車に乗る時はヘルメットを着用し、安全第一で出かけましょう

2026年から新しい交通ルールが始まります！



2026年4月開始

自転車にも 「青切符制度」が 導入されます！



来年4月から、自転車で交通違反をした場合に反則金が科される「交通反則通告制度（青切符制度）」が始まります。全国で年間約7万件発生している自転車事故を減らすため、危険運転の取り締まりを強化して街の安全を守ります。

事故につながる危険運転や、警察官の警告に従わない悪質な行為が取り締まりの対象です。「酒酔い運転」などは、従来通り「赤切符」で刑事罰の対象になります



©むらまつけーじ

ルールを守って安全運転を心がけよう！

対象年齢 | 16歳以上

主な違反と反則金額

スマートフォンなどの使用（ながら運転）	12,000円
車道の右側通行	6,000円
ヘッドホンなどの使用	5,000円
並進運転	3,000円



2026年9月開始

生活道路の法定速度が 時速30キロに！



生活道路（主に、地域住民が日常生活に利用する中央線がない道路）の法定速度が、これまでの時速60キロから時速30キロに引き下げられます。速度を引き下げることによって、歩行者や子どもを車から守り、重大な事故を防ぎます。

道路標識・標示によって別の速度が指定されている場合、その標示速度が優先されます



ゆっくり走ろうね！

国際電話番号にご注意を！
サギ電話が急増しています！



最近、国際電話を利用した特殊詐欺の被害が、高齢者を中心に増えています。電話番号の最初に「+（国番号）」が表示される場合は特に要注意！心当たりのない番号には出ない・かけ直さないようにしましょう。

3分でできる！ 国際電話の着信拒否手続き

国際電話を使わない方は、発信・着信を休止することができます。
※固定電話に限りです。

窓口 最寄りの警察署で手続きができます
電話 国際電話不取扱受付センター

0120-210-364

24時間自動音声対応・年中無休

WEB 詳細はこちら



お題
「暮らしの整理・収納術」
読者の皆さんからの
おたよりアイデアを
紹介します！

いろいろなものにキャスターをつけています。そうすると重いものもスムーズに動かせるので、隅々まで掃除機がかけられます。
マトリョーシカ様／焼津市／31歳

Tシャツなど古くなったら切ってボロ布にして捨てます。
ヒロ様／藤枝市／61歳



シャツや上着など、2年間1度も使わなかったものは捨てることにしています。今まで捨てられなかったものも思い切って捨てています。
I.F様／焼津市／66歳

イライラした時は断捨離します！部屋が整うと心も整います。
ありい様／島田市／45歳

3月号掲載！

おたより募集！

募集テーマ

私の休日おうちごはん

休日にさっと作れる丼やワンプレートメニューのアイデアを教えてください！



採用された方に
QUOカード 500円分を
プレゼント！



④ 蛸満寺

ここから見た景色が俳句となった

かつては象潟を眺める絶好スポットであり、芭蕉も訪れた寺院。境内で芭蕉像や西施像、芭蕉句碑を見られるほか、江戸時代に建てられた壮大な山門も見応えがあります。



▲芭蕉が歩いたとされる旧参道。スタッフもここから九十九島を眺めました

汐越や鶴はぎぬれて海涼し
松尾芭蕉

松尾芭蕉が旅した

「おくのほそ道」 最北の地を巡る



今回は東海ガスのグループ会社「にかほガス」がある、秋田県にかほ市へ！

ここは「おくのほそ道」最北の地であり、かつて松島と並び称された景勝地・象潟(きさかた)を有するまちです。
芭蕉ゆかりの地を俳人になった気分で取材してきました♪



① 九十九島

小さな島々が点在する象潟の絶景

100を超える小島が点在する絶景スポット。地震により陸地化する前は、入り江に島々が浮かぶ景勝地で、「東の松島、西の象潟」と称されていました。現在、島々は国の名勝および天然記念物に指定されています。



▲展望台から九十九島を一望できる道の駅象潟「ねむの丘」



▲象潟橋とも呼ばれる欄干橋。かつては舟着場があり、島巡りも楽しめました。芭蕉もここから鳥海山を眺めたそう



▲秋田県と山形県にまたがる鳥海山。この山の山体崩壊で九十九島が誕生しました

象潟や雨に西施がねぶの花
松尾芭蕉

② ねむの花

芭蕉を魅了した
にかほ市を象徴する花

雨の象潟でこの花を見つけた芭蕉は、中国四大美人の一人「西施(せいし)」が憂いに沈みうつむく姿になぞられました。



歴史のおさらい「おくのほそ道」とは

松尾芭蕉が元禄2年(1689年)に江戸を発ち、東北・北陸を経て大垣(岐阜県)へ至る約2400kmの旅を記した紀行文。名所旧跡で感じた情景を詠んだ多くの名句が収められています。芭蕉は弟子の曾良を連れ、各地で古人の詩心に触れようとしていました。

象潟郷土資料館にて開催中

企画展
「おくのほそ道
最北の地・象潟」
2026年5月24日まで

松島は笑ふが如く、 象潟はうらむがごとし

象潟は「うらむ」景色？

芭蕉は、明るく晴れやかな松島の景色を「笑ふ」、雨にけぶる象潟の景色を「うらむ」と情景の対比で表現しました。華やかな松島と、静かに憂いを帯びた象潟。対照的な美を見事に言い分けたのです。



芭蕉の憧れ、 能因法師が住んだ 伝説の島

③ 能因島

平安時代の歌人・能因法師が3年を過ごしたと伝わる島。芭蕉は能因に憧れ、この島を訪れました。島からは雄大な鳥海山を望めます。



一句詠みたくなる！ 現地スタッフが推す！ にかほグルメ＆ 絶景スポット

湯の合食堂のラーメン

行列必至の人気店。「すべて手作り」「素材を生かす」ことにこだわった中華そばを提供。旬の食材を使った限定メニューもおすすめ！



天然岩ガキ

ミネラル豊富な湧き水で育つ岩ガキは、みずみずしくて濃厚！旬を迎える初夏にぜひ味わいたい逸品



渥美菓子店のかりんとう

にかほ市名物といえばこれ！薄焼きのかりんとうは、まるやかな甘さで、一度食べたら病みつきに！



金峰園の和スイーツ

金峰神社にひっそりと佇む風情ある甘味処で、あんみつや和パフェがいただけます



にかほ市の魅力に触れて旅心地
編集室心の一句



▲ 仁賀保高原南展望台

西に日本海、南に鳥海山を望む展望台。360度のパノラマが気持ちいい！



▲ 元滝伏流水

苔むした岩肌から湧き出す鳥海山の伏流水。立ち込める水飛沫で、一年中冷涼な空気に包まれます

▼ ニカホアウトドアベース (モンベルにほか店)

カヤック体験や、登山用品のレンタルを行うアウトドア拠点。施設内のモンベルにかほ店は東北最大級の品揃え！



取材協力・写真提供 にかほ市役所・象潟郷土資料館

「ちょっと息ぬき」 くりっぴーの冒険 vol.12

しんしんと積もる雪
とびっきりの寒さを
楽しもう

氷の上をそろりそろりと歩いて、クルクルと回る黒い影。「ジャン！トリプルアクセル！」ペンギんくんの見事なジャンプ！すいすいと氷の上を滑って、あっという間に姿を消した。まるで冬を待ちわびた雪の精に出会った気分だ。



頼んで安心、管理もお任せ♪ 防災のおきぐすり で備えよう！



防災用品をそろえるのって意外と大変だね。
 東海ガスの「防災のおきぐすり」なら、
 手間なく安心して備えられるよ！

1 「うっかり期限切れ」を防ぐ 保存食セット 月額 150円

3日分の保存食がまとめて届くセットだよ。保存期限を迎える前にお知らせするサービスがついていて管理が楽♪ 5年間保存できて、とってもおいしいんだ。

- 【内容量】3食×3日分(1人分)**
- 非常用保存水500ml 6本
 - 尾西食品ひだまりパン 3種(チョコ・プレーン・メープル)
 - LA・PITAもちりつや炊きおにぎり 3種(うめしそ・こんぶ・五目)
 - サタケマジックライス 3種(わかめ・梅じゃこ・チャーハン)
 - 井村屋えいようかん 1箱(5本入)



スタッフが試食してみました！

えいようかん
 高級感のある味わい。
 腹持ちよく、おやつにも◎

もちりつや炊きおにぎり
 おすすめは五口味♪
 開封してすぐ食べられます

ひだまりパン
 驚きのふんわり食感！
 チョコ味はぜひお子さまに

マジックライスシリーズ
 芯まで軟らかいご飯に感動！
 スプーン付きで便利

2 必要品がギュッと詰まった 防災セット 月額 330円

持ち出しやすいリュックタイプで非常時も安心！

- 【内容品】**
- スマホ対応ダイナモライト
 - ウォーターバッグ10L
 - レスキューシート
 - トイレONE(3枚入り)
 - エイドチーム2
 - レインコート(ポンチョタイプ)
 - マスク(1枚入り)
 - メッシュポーチ
 - 蓄光ホイッスル
 - 軍手
 - 目かくしポンチョ
 - レスキューライス3種
 - 天然水500ml 4本



※内容は状況により変更する可能性があります。

3 カセットボンベで使える！ 発電機 月額 2,100円

燃料はカセットボンベ！ 900Wまで使えて、持ち運びも簡単。実物をくりっぴープラザで見られるよ。

- 900Wシミュレーション**
- 炊飯器500W+スマートフォン15W
 - +テレビ(33型)220W+電気スタンド40W



ガス料金とまとめてのお支払いでラク！
防災のおきぐすり
 お申込み
 お問い合わせは **054-647-7153**
 (平日9:00~17:30)

内容品の詳細
 Web申込みはこちら



SHIDAMACHI しだまち グルメ GOURMET 焼津・藤枝・島田

今月号のお店
OKEIKO cafe (おけいこカフェ)

ワクワクの気持ちふくらむ ものづくり体験カフェ

陶芸や木工、洋裁などのものづくりが楽しめるカフェ。理科の先生だったオーナーが、お客さんの「作ってみたい」を一緒に形にしてくれます。柱の上に小さな人形が座っていたり、屋根裏部屋があったりとお店の中は遊び心がいっぱい。カフェのみの利用もでき、手作りの焼き菓子とドリンクでひと息つけます。「何を作っているの?」の会話が自然に生まれる、温かな雰囲気が魅力です。



ブレンドコーヒー 500円
パウンドケーキ 200円

ものづくり体験をした方は
 体験料にドリンクと焼き菓子代が
 含まれます

ふわっとほのける生地にやさしい甘さのパウンドケーキと、焙煎専門店がブレンドしたコーヒー。心がホッと和む味わいです。



店内の95%はオーナーの手作り！



かわいい陶器の置物を作れます

OKEIKO cafe (おけいこカフェ)

- 住所／藤枝市藤枝1-3-7
- 電話／054-643-3970
- 営業時間／11:00~18:00
- 定休日／火・水曜日
- 駐車場／有り
- アクセス／藤枝駅から北へ車で10分

地図はこちら



LINEでクーポン
 配信予定！
**クーポンの
 ご使用について**

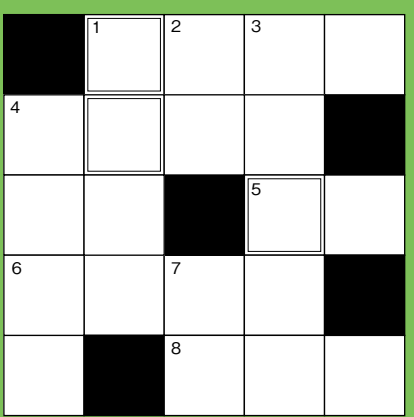
※右上のクーポンを切り取って店頭にてご提示ください。カフェ体験のご利用で陶器のミニオブジェをプレゼントいたします。

LINEのお友達登録で人気店のクーポンが定期配信されます。



家族で チャレンジ！ クロスワードパズル

Q. 二重枠に入った、文字を並べ替えてできるカタカナ3文字の言葉は何でしょう？



ヨコのカギ

1. 物事をおおげさに言うこと。針小○●●○。
4. 冬至に食べます。かぼちゃの別名は？
5. 第一次産業は農業、漁業、○○業などを言います。
6. 日本のお酒は日本酒。西洋のお酒は？
8. サグラダファミリアは○○○イが設計しました。

タテのカギ

1. 除夜の鐘は108回。何の数？
2. 1年で一番雨の多い時季を○○と言います。
3. リマン海流は寒流。対馬海流は？
4. 小学生女子向け雑誌と言えば、ちゃお、りぼんと？
7. 琵琶湖があるのは何県？

PRESENT

ハガキもしくは
 応募フォームに
 答えを書いて
 応募してね！



正解者の中から

5 抽選で
名様に
 QUOカード
 500円分をプレゼント！



参加者募集

応募締切

開催日の3週間前必着

東海ガスショールーム

くりっぴープラザ

料理教室

場所 東海ガスショールーム(2Fキッチンスタジオ)

時間 10:00～13:00 定員 各回16名

講師 ●フードエデュケーションジャパン／望月幹生(専門調理師)
●(株)食の学び舎くるみ／大石麻衣里(管理栄養士)
●ナチュリン／平林睦美(栄養士・製菓衛生師)・大石さち乃(調理師)
●Diamant／杉浦奈緒(パティシエ)

※お申し込みいただきました結果は、当選、落選、いずれの場合も開催日の2週間前までにハガキでご連絡いたします。
ご不明な点は、お気軽にお問い合わせください。

※料理教室は高校1年生以上が対象です。

※親子教室の場合は、小学1年生～中学3年生、保護者1名に対しお子様1名での応募となります。

※時間・定員・料金については講座内容により異なりますので、下記をご確認ください。

※一定人数に達しない場合は開講することがあります。

※5日前からキャンセル料が発生します。 ※お持ち帰りの袋は有料になります。なるべくご持参ください。 ※写真はイメージです。

2/3 参加費／3,000円 定員／16名
講師／Diamant 杉浦奈緒

フォンダンショコラ風フィナンシェ

フィナンシェの中からチョコレートがとろける♪
バレンタインにぴったりな焼き菓子です
●フォンダンショコラ風フィナンシェ(1人5個)
●マドレーヌ(1人4個) ※個数は変更になる場合があります



2/13金 3/13金 4/24金

参加費／初回9,500円(カゴ付き) 定員／16名
講師／ナチュリン 平林睦美

初心者大歓迎!【3回講座】 ゼロから始めるスイーツレッスン

初回はお持ち帰りカゴをプレゼント

単にレシピ通りに作るだけでなく、材料の特性や製菓理論が学べます。
プレゼントにも♪

【第1回／小麦粉米粉】●シフォンケーキ食べ比べ(バレンタイン仕様12cm2台)

【第2回／卵の泡立て】●憧れのマカロンにチャレンジ!(10個)

【第3回／砂糖の変化】●カラメルプリン(6個)



2/6金7土 参加費／3,000円 定員／16名
講師／望月幹生

ザッハトルテ

ザッハトルテはオーストリアの代表的なチョコレート
ケーキです。バレンタインに特別なケーキを贈ろう!
●ザッハトルテ(1人15cm1台)



2/17火 時間／10:00～13:30 参加費／2,500円
定員／16名 講師／ナチュリン 大石さち乃

ハムロールパン

ロールパン生地にハムを挟みます。
お総菜パンの定番!ランチにもぴったりです!
●ハムロールパン(1人12cm丸型5個)



2/27金 参加費／3,000円 定員／16名
講師／望月幹生

基本の洋食教室

寒い時期に、ほっと温まる洋食レシピはいかが?
●ミラノ風チーズはさみカツレット
●かぶのポタージュ●スコーン(1人4個)



くりっぴープラザ イベント&セミナー

場所 東海ガス藤枝ショールーム

2/10火 参加費／無料 定員／8名
講師／東海ガスショールームスタッフ
時間／10:00～11:30

最新コンロの使い方講座

最新コンロの購入を検討している方、買ったけど使いこなせていない
方必見!
アプリとの連携方法やアプリ人気メニューの作り方を実演します。



東海ガスのinformation♪

ホームページがリニューアルしました!

のぞいて
みてね!



東海ガスのホームページが11月
にリニューアルしました。
ガスの開閉栓や支払方法の変更
などがインターネットから申し込
めます。

エプロン
のお問い合わせも
こちらから!



ご応募・お問い合わせ

■料理教室・セミナーのお申し込み

東海ガスショールームくりっぴープラザ
054-646-2711 10:00～17:00水曜定休

スマートフォンからのご応募
こちらのQRコードを読み取ってご応募ください。



■ガス展への沢山のご来場誠にありがとうございました。

先日は当社イベントにご来場いただき、誠にありがとうございました。
今後のイベント運営やサービス向上の参考とさせていただきます。アンケートのご協力
をお願いいたします。

ご回答いただいた方から抽選で20名様に
「くりっぴーオリジナル缶バッジ」を
プレゼントいたします

アンケート回答はこちらから
こちらのQRコードを読み取ってご応募ください。



コテージ1泊2日 写真／ならこの里コテージ 掛川

平日限定 今ならふたたび 8900円～

キャンペーン期間 2026年3月31日必まで

※月曜日～木曜日(祝日除く)

貸別荘で過ごす、大人の自由時間。

藤枝 写真／びく石山静かな夜のキャンプ場 コテージ ワイルドヒリー

大人の平日貸別荘ライフ 静岡