

ほとめーる

久留米ガス

ほとめーるに関するお問い合わせ

tel.0942-36-2602
〒830-0003 久留米市東櫛原町1089
月曜～金曜 8:50～17:35

久留米ガス

裏面には料理教室の情報が盛りだくさん!

2023 vol.38

旅に出よう! わたしが行きたい、あの場所この場所

やっと自由にお出かけできるようになって来ましたね!
ということで、皆さんに今行きたい場所をうかがいました。



伊王島アイランドナガサキ

島全体がリゾート!! 海外のリゾート地へ行くのはハードルが高いけど、伊王島だったら近いので、綺麗な海・温泉・アクティビティ・BBQなどリゾート気分を存分に味わいたいです。

「うるわしの島」台湾

観光・グルメ・中国茶はもちろんですが、変身写真を体験してみたいです。着物、ドレス、どれにしようかと考えるだけでワクワクします。化粧で年齢も誤魔化せるかな(笑)

豪華客船クルーズ

豪華客船で優雅な旅をしたいです。アミューズメントや食事も自由に楽しめて、海を眺めながら色々な国を巡るのは夢のようなです。おひとり様専用クルーズに乗り、交流会に参加して素敵な方に巡り逢いたいな～。

いろいろ山賊

山口県の岩国にある『いろいろ山賊』。山道を進んでいると突如として現れる独特の雰囲気のある食事処、ジブリ映画の「平成狸合戦ぽんぽこ」の世界に入り込んだようです。特に夜がお勧めで、屋外席の提灯の下で、山賊焼きや山賊むすびを豪快にいただきたいです。(62才・主婦)

(39才・主婦)

(50才・会社員)

(37才・会社員)

次号掲載 おすすめの手土産♪ (詳細もご記入ください)

応募方法 下記の必要事項を記入のうえ、郵送にてご応募ください。

- ①募集テーマ ②郵便番号、住所 ③氏名、年齢、職業
④電話番号 ⑤その他ご感想など

宛先 〒830-0003 久留米市東櫛原町1089
久留米ガス株式会社
「ほとめーるプレゼント係」

期限 2023年9月15日(金)必着

※個人情報の取り扱いについて
ご記入いただいた個人情報は商品の発送及びご連絡先以外には一切使用致しません。当社が責任を持って安全に管理し、法令に基づき開示を請求された場合など正当な理由がある場合を除き、お客様の個人情報を第三者に譲渡・提供することはありません。【ご注意】抽選や当選に関するお問い合わせはお受け致しません。弊社にご郵送いただいた書類等はご返送いたしません。当選商品の交換、換金、返金には応じかねますので、予めご了承ください。当選発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

次回掲載された方には
**QUOカード
500円分プレゼント!**

※住所・名前は掲載致しません。

体の中から美しく [ナス味噌炒め]

[材料2人分]

- 豚バラ薄切り肉 ……150g
- ナス ……3本(240gぐらい)
- ピーマン ……1～2個(70gぐらい)
- 味噌、酒、みりん ……各大さじ2
- 砂糖 ……大さじ1
- しょうゆ ……小さじ1/2
- ごま油 ……大さじ1

[作り方]

- フライパンにごま油を熱し、豚バラ薄切り肉を炒める。豚肉の色が変わったら、ナスを加えて3分ほど炒める。
- ナスに火が通ったら、ピーマンを加えてサッと炒める。合わせたAを回し入れ、汁気がなくなるまで炒めて完成。

甘みと旨味が最高に美味しいナス味噌炒めの完成です!

時短・簡単・絶品レシピです!



レシピ提供 サクラみそ食品株式会社 緒方 健一さん

今回のナス味噌炒めに使用した「さくら合わせみそ」は中甘口、塩分10%のうす塩みそです。米みその甘味と、麦みその旨味をバランスよく合わせた粒味噌です。どんな食材にもよく合い、香り高い味のある味噌です。



[住] 福岡県久留米市梅満町高海1638番地の4(久留米西田工業団地内) tel.0942-35-3818(代)



久留米ふれあい農業公園は、約1ヘクタールの雄大な耳納連山の麓にある芝生広場です。広場の南側には山からの伏流水が自噴しており、これを活用し水路を整備。大自然をバックに、バーベキューやデイキャンプをお楽しみいただけます。



耳納北麓の自然を満喫!

Let's Camp&BBQ!

in 久留米ふれあい農業公園



- ①ふれあい広場 ②棟施設
③市民ふれあい農園 ④駐車場

ご利用についての詳細は
ホームページにてご確認ください。



ホームページ

ご利用料金

- デイキャンプ・バーベキュー
ふれあい広場の使用料310円
- バーベキューコンロ(4～5人用)
貸出無料!
- ※食材・炭・網(35×40)
食器類は各自ご持参ください。
- ※使用後は所定の場所で各自洗浄していただきます。

申し込み方法

ふれあい農業公園へ利用希望日の
12時までに電話またはファックス
でお申し込みください。

ご利用手続き

管理棟窓口にて申請書・誓約書をご記入ください。許可書を発行いたします。

久留米ふれあい農業公園

連絡先/0942-47-6065
F A X/0942-47-6068
利用時間/9:00～16:00

所在地/久留米市草野町吉木33
休館日/月曜日(祝日の場合は翌日)
年末年始

「非営利活動のための資金調達」相談窓口 開設しました! 久留米市市民活動サポートセンター みんくる

非営利活動 資金調達 O×クイズ

- 講演会・勉強会などで参加費をとってはいけない?
- 出展イベントなどで商品を販売してはいけない?
- 活動はすべて無償ボランティアでなければならない?
- 利益を上げる取り組みをしてはいけない?

久留米市市民活動サポートセンターみんくるでは、ソーシャルビジネスや非営利活動にかかわる資金調達の相談・サポート窓口を開設しています。「非営利活動は利益を上げてはいけない!」巷では、まだまだ、そんな誤解もあるようです。非営利活動への正しい知識を身に付けながら、団体の継続的な運営に要する人件費・ランニングコストの確保など、健全な団体運営に必要な「資金」について、一緒に考えてみませんか?

久留米市市民活動サポートセンター みんくる
指定管理者: 久留米ガス株式会社・くるめ協働CASE PJ 共同体

tel.0942-30-9067
福岡県久留米市六ツ門町3-11 くるめりあ六ツ門6階
mail info@kurume-kyodo.jp
営 平日 10:00～21:00
日・祝日 10:00～19:00
休 毎月第3月曜日(祝日の場合は翌日)



久留米 市民活動

オススメ! くるめのグルメ



slowlyスペシャルコースB 3,000円(税込)

「心と身体に栄養を」「身体の中から美しく」をコンセプトのフレンチイタリアンslowly"Kitchen"です。季節を大切に、素材を活かしたメニューをお届けします。テイクアウトのオードブルやお弁当、ケータリングなどのご予約も承り中。手作りドーナツやキッシュ、お惣菜のテイクアウトショップも併設しています。ランチコースに宮崎産きなこ豚のローストをメインに定番のキッシュや旬のお野菜デリ、パスタやデザート盛り合わせが堪能できるコースが好評です。・slowlyスペシャルコースA…4,000円・slowlyスペシャルコースB…3,000円・slowlyランチ…2,200円・パスタランチ…2,000円

slowly"Kitchen" tel.0942-27-6247

久留米市大手町3-2 大手ビル1階

営 ランチ/11:30～15:00(OS14:00)
ディナー18:00～22:00(OS21:30)
水曜日～土曜日※月に2回日曜日の営業あり
<テイクアウト>水曜日～月曜日11:00～18:00

