

UKIUKI 読者限定企画

お得な★割引★★サービス★

# クーポン大得集

3面△GO!

# UKIUKI!

ウキウキする地域生活情報紙 5月30日 第33号

●毎週金曜日発行 ●全てのご家庭に新聞折込と一部宅配でお届け

## 松戸東版

■発行部数 111,500部  
(新聞折込108,000部・宅配3,500部)  
■配布エリア 6号線より東側の松戸市全域  
■発行 株式会社ユースメディア  
千葉県柏市酒井根5-4-10  
TEL:04-7176-2111 FAX:04-7176-8931  
E-MAIL /ukiuki@yusmedia.co.jp

TV・雑誌で話題! 『天然にがり』

カルシウム、マグネシウム、亜鉛、カリウム等50種類以上のミネラルが含まれ、アトピー、乾燥肌、花粉症、高血圧等に有効だと言われています。

1本200ml 800円  
注文3本以上・運賃別代金着払い

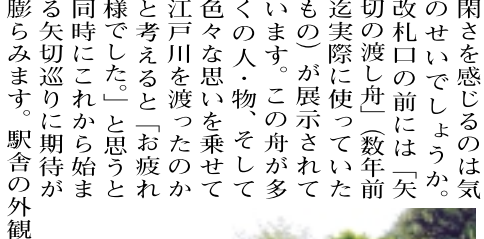
販売元 會あい倶楽部 小売元 やすらぎの里 (千葉県馬場)

お問い合わせ 新松戸3丁目-176  
Tel: FAX 047(346)3348 Tel 047(340)4126



**矢切の散策**

緑まぶしい矢切の散策。北総線矢切駅のホームに降り立つと何となく長い閑さを感じる。改札口の前には、矢切の渡し舟(数年前迄実際に使っていたもの)が展示されています。この舟が多くな人、物、そして江戸川を渡ったのかと考えると「お疲れ様でした」と思うと同時にこれから始まる矢切巡りに期待が膨らみます。駅前には、木製のテラスの交番とも良くマッチしているんですよ。駅前広場には、木製のテラス



は松戸市のお隣市川市です。ここは昔、溜池だった「じゅんさい池」を整備して造られた公園で、四季折々様々な花を咲かせて行き交う人の目を惹きつけてくれます。早春には梅の名所として人気があります。公園の名にもなっている「じゅんさい」とは、すいれん科の池や沼などに生える水草で、茎葉は粘液に包まれていて、若芽は食用になるそうです。しかし現在、「じゅんさい」は一



般には公開していません。新緑の遊歩道を歩き、池の中ほどにある「あづまや」で一休み、水鳥が涼しげに湖面を泳いでいて何とも癒しの光景でした。

「野菊の墓文学碑」は矢切の高台にある西蓮寺の裏に建立されています。

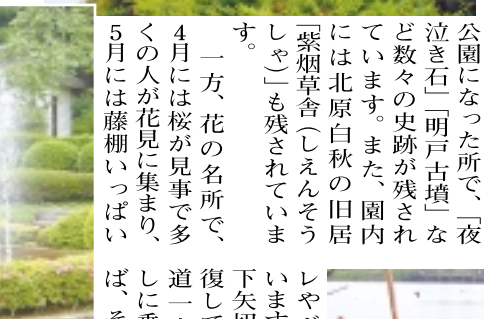
# 矢切に行ってきた

歴史と文学を訪ねて

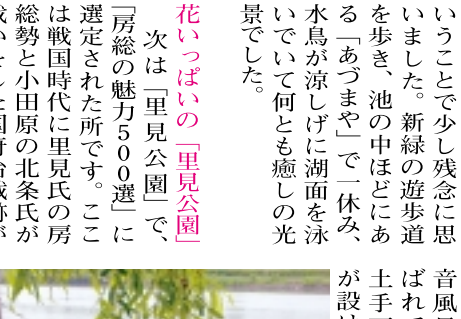
松戸市の西端に位置する矢切地区。その名を有名にしたのは何と見所があります。そこで、今回は矢切の魅力をごくんとご紹介してみようと思います。



一方、花の名所で、4月には桜が見事で多くの人が花見に集まり、5月には藤棚いっぱい染みの葛飾柴又で「寅さん記念館」(柴又帝釈天とこれまた見所満載の所です。矢切の渡しを背に江戸川土手の上から見下ろすと、坂川沿いに「野菊の道」が伸びています。六月には「野菊」が盛りとなり、一味違う風景になるそうです。この「野菊の道」を歩けば10分程で次に行く「野菊の墓文学碑」があります。



「野菊の墓文学碑」は矢切の高台にある西蓮寺の裏に建立されています。左千夫氏はこの矢切の地をこよなく愛したと言われています。この小説は、「民子さんは野菊の花だ」「政夫さんはりんどうのような人だ」と互いに愛を告白した二人だが、反対する親たちに引き離され、別な人と結婚した民子は産後の肥立ちが悪く死んでしまう」という哀しい物語です。そこで今では、文学碑の左右に野菊の花とりんどうが植えられています。秩父連山、その左側には富士山も見ることができると言います。特に夕方、真っ赤に染まった夕焼けの富士山は絵になる美しさと聞きました。境内は狭いですが、茶店もあり一休みできるのも嬉しいですね。



矢切巡りを終えて、駆け足で矢切を巡りましたが、都会の喧騒を離れて自然に包まれたこと、出発前と今では自分の中で何か違うように感じました。巡回バスのルートにはなっていないが、矢切にはまだまだたくさん見所があります。但し「今回のバス運

に藤の花が楽しめるそうです。公園の西端から眺める江戸川の雄大な流れと、天気の良い日に見られる富士山はまさに絶景です。園内をめぐり歩いて森林浴をし、初夏の暖かい日差しの中でしばしば昼寝など最高ですね。



矢切の渡し 至松戸

野菊の墓文学碑

北総開発鉄道

江戸川

市川・松戸線

至市川

矢切バス停

下矢切バス停

郵便局

矢切駅

じゅんさい池

里見公園

047-372-8808

市川市北国分2-2-2

ハーバガーデンに入る

と、数種類のハーブが栽培されていて、見ているだけで癒し。春と秋にはハーブを用いて講習会が開かれ来園者に喜ばれているそうです。ガーデン内のティールームで

でしようか。花と緑に囲まれてハーブティーとホームメイドケーキをいただくだけで、リフレッシュすること間違いなしです。また、ハーブもさることながら、隣接する梅園では、花の観賞だけでなく、収穫した梅を梅干、梅シロップ、梅酒などにして販売しています。無添加なのも安心ですね。

郷タウンミーティングのメンバーで運営されています。荒井氏は「矢切に来て欲しい、矢切を見て欲しい、矢切の街づくりに協力して欲しい」と矢切への熱い思いを語っておられました。休日の一時、是非、矢切へ足を運んでみてはいかがでしょうか。



カーメンテナンスのトータルショップ

# カーコンビニ倶楽部 シマダ

光速デジタル 15分 診断

## ヤマト車検

カーコンビニ倶楽部 45分キズ直し

車のことならおまかせ! 安心・快適 明瞭車検

15分 無料 診断

例えば

ワゴン・ムーブ (軽自動車)	合計 ¥45,740
ウィッツ (1t以下)	合計 ¥67,230
マークII (1t超1.5t以下)	合計 ¥79,830
セルシオ (1.5t超2.0t以下)	合計 ¥92,530

最大事故車も中古部品を使って 最高50%off!

営業 9:00~19:00 年中無休

047-392-4062

キズ・梅雨対策にヘコミ ボディーコーティング など 工賃20% off

# JANOME J-639 COMPACT

全国に広がるミシン大型総合ディスカウントチェーン、全国56店舗のネットワークで夢広がるソーイングのお手伝い、あなたにピッタリのミシンをご自宅へお届けします。

選び方から使い方で、ミシンのことならなんでも相談のつてくれる「ソーイングハウス松戸店」では、シャノMJ-639COMPACT(メーカー希望価格52,000円)を先着30名に9,800円の特別価格で販売してまいります。また、下取りのある方はさらに1,000円引きの8,800円と、とってもお得。今回購入された方には、布をカットしながら切り縫いのできるロックカッターと生地に応じてチョイスする15色ミシン糸の2点セットでプレゼント、専門のスタッフが自宅まで届けて、丁寧にミシンの説明もしてくれますよ。

5/30 金より限定30台

メーカー希望価格 52,000円が

## 9,800円に!!

下取りのある方は さらに1,000円引きに

小さくてしっかいもの!

ミシンの調整サービス実施中!

同店ではミシンの調整を500円(出張費無料)実施中。  
※部品交換、分解整備は別料金。  
工業・特殊ミシンは対象外。  
ミシンのことならどんなことでもお気軽に御相談下さい。

お申し込みはお電話で

### ソーイングハウス松戸店

松戸市小根本39-1(岩瀬十字路交差点近く)

営業時間 9:30~18:30

0120-63-4134

047-363-4134

カーメンテナンスのトータルショップ

# カーコンビニ倶楽部 シマダ

光速デジタル 15分 診断

## ヤマト車検

カーコンビニ倶楽部 45分キズ直し

車のことならおまかせ! 安心・快適 明瞭車検

15分 無料 診断

例えば

ワゴン・ムーブ (軽自動車)	合計 ¥45,740
ウィッツ (1t以下)	合計 ¥67,230
マークII (1t超1.5t以下)	合計 ¥79,830
セルシオ (1.5t超2.0t以下)	合計 ¥92,530

最大事故車も中古部品を使って 最高50%off!

営業 9:00~19:00 年中無休

047-392-4062

キズ・梅雨対策にヘコミ ボディーコーティング など 工賃20% off

**UKI UKI ヘルシーライフ** +HEALTHY LIFE+

花子おばあちゃんの介護保険  
その9

花子おばあちゃんの介護サービス、訪問介護が始まりました。訪問介護の3種類のサービスのうち、身体介護と生活援助の組み合わせで、それぞれ毎日身体介護2回、生活援助1回のサービスが計画されています。(週に1回は身体介護1回、生活援助2回)

**始めて、訪問介護員(A)です。**

訪問介護員(ホームヘルパー)のAさんがやって来ました。予定の30分ほど前のことです。「始めてから、〇〇花子さん、今日からお世話させていただきます。いろいろお困りのことがあったら、遠慮なくおっしゃって下さいね。」

少しでもより良く生活できるようにお世話させていただきますので、ホントに遠慮なしですよ。それが、Aの仕事です。やりがいがありますから。「ありがたいですよ。でも私ももう歳で、手足が不自由で、恥ずかしいことです。」そんなことありませんよ。私だって、いつか花子さんのように長生きして誰かのお世話になって生活しなければならぬのですから。みんな人間は助け合っていかなければいけないんですよ。二有難うございます。お名前は何かとおっしゃいましたか。」「ごめんさい。私もつとばい名前を言わなければいけません。わたくしは、ホームヘルパーの〇〇A子と言います。漢字でどう書きますか。」「〇〇A子さんね。宜しくお願いします。〇〇さんは、うちの嫁の知り合いですか?」「花子おばあちゃんには、少しボケ症状(せん妄)か痴呆の判定できる医師が日本では数少ないのが現状です。」「あり、この後です。」「訪問介護員(A)さん、このようなお話を聞いて、初日の今日、30分ほど前に花子おばあちゃんを訪ねたわけですから、質問も何度も繰り返すので、さきから、「さつき言っただけよ。」といった反論口調はよくありません。これはよく介護保険の各施設で見られる「ちよっと待ってね。」と言って、結局対応できないで終わるようなコトバです。つづく

**◆千葉西総合病院 5月・6月の公開医療・福祉講座**

\*下記講座はすべて入場無料・お申込不要です。皆様のご参加をお待ちいたしております。

30日(金) 13:30~小倉市民センター会議室	SARSについてのお話し	千島義明(中央検査部技師長)
2日(月) 14:00~院内3階東テイルーム	母親学級12月出産予定日1回目	担当助産師
3日(火) 15:30~五香市民センター会議室	ムリの子を介護をめぐって介護保険の話	萬福 裕(保健福祉機構統括)
6日(金) 14:00~八ヶ崎市民センター	SARSについてのお話し	千島義明(中央検査部技師長)
8日(日) 9:00~院内1階、駐車場等	第12回健康祭テーマ聞く、話す!	村山信夫先生(帝国ホテル顧問)、大関旭鷲山が作るちゃんこ試食会(有料)有り

**公園めぐり** 33

旭ヶ丘第三公園

今回は「旭ヶ丘第三公園」を紹介いたします。近くに住んでいる子供達やママさん達からは、ジェーン公園とも呼ばれている場所、国道6号線沿いのサニールランドとジェーンランドの裏側にあります。遊具の広場とフットサルのコートが2面くらい入る広さのグラウンドに分かれています。こちらにある遊具は、ブランコ、鉄棒、滑り台

付きのアスレチック、ぐるぐる回るオールラウンドジムや砂場があります。子供達に人気があるのは、滑り台付きのアスレチックです。こちらは、手足をバランスよく動かすので、3、4歳くらいになると上手に遊べると思っています。

子供会が管理している花壇もあり、キレイな花が咲くので、楽しみにしている方も多いいのではないでしょうか。私ほどでもないにしても、お花を大切にしましょうね!

今は新緑の季節なので、葉っぱが青々として見えています。ただ

**旭ヶ丘第三公園**

至柏 至東京

消防署 国道の号線 サニールランド

旭ヶ丘第三公園

至東京 七割割

**ENJOY サークル**

**俳句同好会 「新樹会」**

新緑から梅雨へと季節は歩を進めています。変化に富んだ日本の四季が育んだ文学、それが俳句です。

今日は新緑を拠点に活動する俳句同好会「新樹会」の例会に参加させていただきました。

発足は昭和56年。会員の句歴は20年以上の方から1年足らずの方までさまざまです。

月1回の例会にはじっくり推敲した作品を5句ずつ持ち寄ります。互選に続いて主宰の望月先生の講評。初心者への温かな眼差しとベテランへのより鋭い指摘が印象的でした。ベテランの方々の応酬からは緊張感が伝わってきます。無駄を削ぎ落とし選び抜かれた17文字。言葉の重みをひしひしと感じました。

望月先生の指導力と人柄に加えて皆さんの向上心がこの会の活力の源なのでしょう。

例会には席間も用意された。日常の視線が変わり観察力が鋭くなった。季節の営みへの感動が大きくなった。電車などの待ち時間が苦にならないようになった。老花防止にも最適!一だそうです。

良いことづくめの俳句。皆さんも一度句会を覗いてみませんか?

望月先生主宰の俳句同好会「新樹会」のほか市内数カ所で開催中。初心者大歓迎。

例 会/毎月第3木曜日  
時 間/午前10時~12時まで  
吟行会/毎月第2火曜日(近郊散策)  
場 所/新松戸サンライストパストラル六番街集会所  
月会費/1000円  
問い合わせ ☎047-345-8272 太田まで

どなたも気軽にお問い合わせを!

**◆新聞未購読の方で「ウキウキ」の宅配をご希望の方(松戸市内に限り)**

「ウキウキ」は毎週金曜日朝刊の新聞折込で皆様のお手元にお届けする予定ですが、現在新聞を未購読の方で宅配をご希望の方は編集部までご連絡下さい。翌週から毎週宅配致します。(お知らせ下さい) お名前・ご住所・電話番号および宅配場所(ポストなど)配布前に投函場所の確認にお伺い致します。

**◆現在、新聞未購読の方で新たに新聞購読をご希望の方(松戸市内に限り)**

「ウキウキ」編集部では、現在新聞を未購読で新たに新聞購読のお申込みを頂いた方に「お楽しみプレゼントキャンペーン」を実施中です。編集部までお申込み下さい。現在購読紙の銘柄変更はお受けしていません。現在未購読の方に限りです。

**「レシピ」募集!**

「おすすめのレシピ」ではみなさんの自慢のレシピを募集しています。手抜き料理、お弁当のおかず、酒の肴、故郷の自慢料理等なんでもOKです。

<宛先> 〒277-0053 柏市酒井根5-4-10-3F  
FAX.04-7176-8931  
E-mail/ukiuki@yusmedia.co.jp  
UKIUKI編集部「おすすめレシピ」係



台湾料理 **85品が2時間** 全品 **食べ放題!!**

女性 **2,200円** 男性 **2,800円**  
+780円で生ビール他50種類 飲み放題

台湾家庭・小皿料理 ★今ならお得なクーポン付き

**東龍門** 松戸店

〒271-0091 松戸市松戸1231 アステシオビル5F  
松戸駅東口徒歩1分  
営業時間/17:00~24:00  
定休日/年中無休  
TEL 047-367-3663



**ウィークリー情報**

Life **くらし**

◆森のホール21  
6月7日(土) 18時00分 小ホール  
来生たかおトリオライブ  
~Acoustic Tracks 2003~  
全席指定 ¥5,775  
※お問い合わせ、ちけっとぽーと ☎03・3357・9999

◆松戸市立博物館・企画展示室  
6月15日(日)  
館蔵考古資料展  
松戸発掘物語  
関連行事: 展示スポット解説  
6月1日(日) PM2:30~  
「小野遺跡」  
観覧料 無料  
※お問い合わせ、松戸市立博物館 ☎047・384・8181

今週の上映ご案内(松戸駅西口・西口公園前)

◆松戸サンリオシアター (シネマ1・2・3・4) ☎047・366・6711  
「8Mile (PG-12指定)」 「あずみ (PG-12指定)」  
「X-MEN2 (字幕版、吹替版)」 「名探偵 コナン」  
「クレヨンしんちゃん」 「トゥー・ウィークス・ノーティス」  
※以上の作品をいずれかの劇場で上映。時間は直接劇場へお問い合わせ下さい。

◆松戸シネマサンシャイン (1・2・3番館) ☎047・361・6511  
「シカゴ」 「魔界転生」 「ボイス」 「めぐりあう時間たち」 「アバウト・シュミット」  
※以上の作品をいずれかの劇場で上映。時間は直接劇場へお問い合わせ下さい。作品等変更がある場合がございます。ご了承下さい。

**人生の記念に、会社や法人の節目に、あなた自身の本を出版してみませんか。自主出版のすべてを応援します。**

~自分史・句集・歌集・詩集・社史・その他~

- 本ができるまでの全てをサポートします。
- 文章が書けなくても大丈夫です。
- 格安の料金で最高の品質の本をお造りします。
- 料金はすぐにお見積り致します。
- 原稿内容によっては、書店販売も致します。

株式会社 **みち書房** ☎ 04(7139)5938  
FAX 04(7139)5939  
〒277-0074 柏市今谷上町 32-22  
http://www.kashiwa-cci.or.jp/home/114343/

UKIUKI 読者限定企画

割引 サービス

# いろいろなクーポン大得集!

全部使って 得しちゃおう!!

※クーポンは切り取ってご持参下さい

## バイクの事で困った時は当店へ(市内引取納車無料)

バンク・不動など困った時は市内引き取り納車無料、代車もある当店へ。脱自慢のお店だから他店でお買い上げのバイクでも喜んで引き受けます。修理代金も低価格

例)スクーターの前タイヤ交換 ¥4,000・バッテリー交換 ¥4,300など。



**Today** EPSILON BLUE METALLIC 車体色:イフシブルーメタリック

展示車放出価格

- トゥデイ ピンク ¥84,800 (1台限り)
- ビーノ シルバー ¥128,000 (1台限り)
- 中古メットインスクーター ¥35,000~
- ジョグ・ディオ・レッツ他多数在庫あり

低金利ローン4.5%・各種カード・各種保険取扱い。

新車・中古車・買取り・修理・車検・保険

修理が得意なバイク屋さん **ドッグファイト**

**Bike House**

〒270-2223 千葉県松戸市秋山757-39 営業時間:10時から21時 火曜定休

☎047-392-7234

松戸店 年中無休 営業時間 16:00~23:00 (22:00までに店内下さい。)

松戸市松戸1231 アスデシオ8F

TEL.047-308-5194

## 美容室 Ai アイ・アネックス

### 新規オープニングキャンペーン

スタイリストカット (カウンセリング・スタイリング付) **¥3,000→¥2,000**

TMT縮毛矯正 (シャンプー・カット・スタイリング付) **¥18,000→¥8,000**

※髪の長さに関係なく全て一律料金です

特別セット料金 (同時にされるとお得!)

2セットの場合 CUT + PERM or COLOR = 通常計 ¥8,300→**¥5,500~** (30% off)

3セットの場合 CUT + PERM + COLOR = 通常計 ¥13,300→**¥7,000~** (50% off)

まつ毛パーマ ¥1,500 まつ毛エクステンション1本 ¥300、両目 ¥3,000 エクステンション (完全予約制) 1本 ¥500 全体 ¥1,500~

5/27 OPEN

美容室アイ アイ・アネックス 047-385-4411 047-311-1850

五香南1-11-7 細川ビル1F・2F 年中無休 AM10:00~

受付時間 パーマ・カラー ~ P M6:30まで スタッフ募集 1Fアイ・アネックス

松戸店 五香南1-11-7 細川ビル1F・2F

UKIUKIクーポン 18:00迄に入店の方 ファーストドリンク98円

3,000円以上お食事の方 **10%割引**

または **1,000円割引**

※他のサービスとの併用はできません ※有効期限/平成15年6月30日迄 ※1名様1回につき1枚限り ※とりでん松戸店・牛角松戸店・牛角松戸店のみ有効

## イタリアンフェア! 大好評! 串家のフェア実施中!!

常時、串ネタ約30種にサラダ・デザート・ソフトクリームまで

今回はイタリアンがいっぱい! 人気のピュッフスタイル

通常食べ放題90分 **¥2,500**のところ

**¥1,980**

小学生 ¥980 3歳以下 無料 4歳以上~小学生未満 ¥480

パスタ・オニオンスープ ティラミス・パンナコッタ リアチーズ、バイクドチーズケーキ エビチリまん 他いろいろ

イートヨーカドー フラワー

三井住友銀行 クスリ屋 本屋 田舎 松戸店

コンビニ マクドナルド 吉野家 (ヒアザ松戸) 松戸駅 至上野

松戸店 年中無休 営業時間 16:00~23:00 (22:00までに店内下さい。)

松戸市松戸1231 アスデシオ8F

TEL.047-308-5194

## The Mother Earth

### インポートのベビー&子供服が低価格で!

ヨーロッパデザインでセンス抜群!! 機能性抜群!! 汗ばむ夏こそコットン100%高品質な肌触りにやさしい洋服を!

お母さん 赤ちゃん お子様

大満足のお店

工場直輸入なので 超お買い得!! **5%off** (平成15年6月末日まで)

商品一例

- ラップアップ (新生児~18ヶ月) 700~900円
- ハーフスリーパーオール (新生児~12ヶ月) 700円
- ハーフスリーパー70号下カバーオール (新生児~12ヶ月) 800円
- サマーワンピース・ロンパース (12ヶ月~24ヶ月) 1,200円
- フロントボタンTシャツ (1才~5才) 800円
- スボン各種 (1才~5才) 500円, 600円, 850円
- 帽子付ワンピース (1才~5才) 2,000円

五香店 047(389)9666 10:30~17:30 年中無休

## 松戸にあります。信用第一をモットーにはや5年

# ブランド品特別セール!!

ブランドクオーレ

ルイ ヴィトン・エルメス・シャネル・グッチ・ディオールなどあなたの地元松戸で売ってます。新品からリサイクル品まで5%~70%引きでご提供!!この機会に是非御来店下さい。

松戸市松戸1839 松戸駅西口徒歩5分 旧水戸街道バス通り沿

只今高価買取実施中、お気軽にご相談下さい。

TEL 047-360-5002 FAX 047-369-5043

“ブランドJOY”に掲載中!

営業時間/AM11:00~PM8:00 定休日/日曜日

UKIUKIクーポン ブランドクオーレ

クーポンで持参の方 **消費税サービス**

有効期限/平成15年6月14日迄

## HAIR SQUALL

Price

- カット ¥3,800 → **¥2,500**
- カラー ¥4,500 → **¥3,500~**
- パーマ ¥7,400 (カット込) → **¥6,400~**
- シャンプー (オート¥200 ハンド¥500)

縮毛矯正 **¥25,000 → ¥9,900**

ストリート(カット込) ※学割 500円引き

営業時間 AM10:00~PM8:00

定休日 毎週日曜日

スタッフ募集!!

予約優先 2週間前から承ります

047-311-1022

有効期限/15年7月末日まで

## 特報

美味しさとお値うちたっぷりの お食事をお楽しみください。

いつでも、牛・豚・鶏・豆腐・うどん・マロン・ライスなど食べ放題でデザート付のコースです。

**食べ放題コース 1,500円**

ランチサービス AM11:00~PM3:00

しゃぶしゃぶ定食 880円 すきやき定食 880円

ズワイガニ・牛肉 食べ放題コース 3,500円

リブロス食べ放題コース 2,500円 特選ロス食べ放題コース 3,500円

落ち着いた雰囲気店内で素敵な時間をお楽しみ下さい。

松戸市金作27-2ガクエン八柱ビル1F TEL.047-389-1241

営業時間 AM11:00~PM3:00 PM5:00~PM11:00 ※開店の時間前までにこ来店下さい。

UKIUKIクーポン 生ビール割引券

●本券持参のお客様に1杯限り生ビールが200円でサービスいたします。 ●お食事のお客様に限り有効です。 ●お一人様1枚限りです。 ●有効期限/平成15年8月31日まで

## ハワイアンフラ 生徒募集

無料体験レッスン6/4水

~FAXもしくはお電話にて申し込み下さい~

10:15~11:00 20代~40代

12:00~12:45 40代以上

レッスン後入会希望の方は曜日・時間・レベルなどのご相談承ります。初めてのの方は、新規開講クラスをお勧めします。

ポーマイ池田フラスタジオ 松戸市常盤平5-24-25 川村ビル1F

TEL.047-386-3799 (電話受付/21:00~23:00)

入会金 ¥3,000のところ **¥2,000 OFF**

有効期限H.15.6.30まで

## 高価買取・激安 リサイクルショップ

家電製品オーディオ パソコン大量に品揃えしております

販売参考商品価格 (売り切れの際はご容赦下さい)

- オーディオセット、海外製高級スピーカー・アンプ他、国産スピーカー・アンプ多数
- パソコンセット、単体、富士通・NEC・IBM、その他、Windows98デスクトップパソコン ¥5,000(セット)からノートパソコン ¥10,000~から
- とにかく、一度お出かけください。

テレビ ¥3,000~ ビデオ ¥4,000~ 冷蔵庫 ¥5,000~ 洗濯機(二層式) ¥4,000~ (全自動) ¥6,000~

家具 石油ストーブ ¥3,000~ エアコン ¥8,000~ コンボ ¥3,000~ コピー機 ¥5,000~ DVDプレーヤー ¥5,000~ スピーカー ¥1,000~ CDラジカセ ¥3,000~ デジタルカメラ ¥8,000~ MDラジカセ ¥5,000~ パソコンセット ¥3,000~ ワンプロ ¥3,000~ 電話機 ¥1,000~ 他多数 ¥3,000~

五香リサイクルセンター本店 松戸市五香西1-33-33 10:00~21:00 TEL.FAX:047-385-8828

中古オーディオ&パソコンショップ ミスターアース 五香店 松戸市五香西2-9-4 11:00~21:00 TEL.FAX:047-386-5995

UKIUKIクーポン 1万円以上お買上げの方 **¥2,000割引**

平成15年6月末日まで

## オイシイ特クーポン!

種類豊富なメニュー

松戸店 TEL.047-394-8929 営業時間/平日 17:00~24:00 土日祝 16:00~24:00 定休日/年中無休

松戸アネックス店 TEL.047-365-8929 営業時間/平日 17:00~24:00 土日祝 16:00~24:00 定休日/年中無休

松戸店 TEL.047-364-8994 営業時間/平日 17:00~24:00 土日祝 16:00~24:00 (金・土・祝前日は3:00まで営業) 定休日/年中無休

●牛角 松戸店 落ち着いた雰囲気でお食事するなら松戸店。ランチもやっています(土日)

●牛角 松戸アネックス店 多人数のご宴会はおまかせ!

●とりでん 松戸店 金・土・祝前日はam3:00まで営業

UKIUKIクーポン 18:00迄に入店の方 ファーストドリンク98円

3,000円以上お食事の方 **10%割引**

または **1,000円割引**

※他のサービスとの併用はできません ※有効期限/平成15年6月30日迄 ※1名様1回につき1枚限り ※とりでん松戸店・牛角松戸店・牛角松戸店のみ有効



野菜、特に葉もの美味い季節ですね。今回は、毎週火曜日に開催される「朝市」へ行ってきました。場所は国道6号線からちょっと入った所にある「JAまつど 馬橋」に隣接した「経済センター」の広場です。

午前7時30分になると、JAの職員さんが会場のセッティング。組合員（農家）の方々も野菜の搬入を始めます。

朝採れたばかりの野菜が、テーブルに積み重ねられてのたくさんのお客さんが見守っています。

この日の主な野菜の紹介をいたします。

かぶ（大120円、小100円、大根菜100円、大根100円、水菜130円、春キャベツ180円、しいたけ1袋100円、ほうれん草150円、さやエンドウ100円、ブロッコリー150円、トマト1袋250円等。珍しい野菜では、ルッコラ100円（サラダに）、おかひじき100円、山椒の実1パック250円。新鮮卵は3種類もありました。「若鶏の小卵（赤）」10個入り300円は、納豆などに丁度よい大きさで人気があり、すぐに売り切れです。

この日の我が家の食卓は、「オー！ゴー！ジャス」でした。

みなさんも、いつもよりちょっと早起きして出かけてみませんか？



毎週火曜午前8時〜  
**朝市**  
もっと野菜を  
たべよう!!  
JAまつど 経済センター(馬橋)

きぬえ が行く!!  
きぬえ どの野菜も新鮮です! 目を凝まして! 見てください!

「ここにある葉ものはほとんどが、有機栽培で無農薬です。そのため「安さ」だけを求めてみえるお客さんの中には、「朝市なのに安くない」と思われる方もありますが、私たちはまず「安全で美味しい野菜を食卓へ」と、野菜作りに励んでいます。

ちよっと落ち着いたところで、「松戸市無農薬栽培研究会」会長の田原さんにお話を伺いました。

「ここにある葉ものはほとんどが、有機栽培で無農薬です。そのため「安さ」だけを求めてみえるお客さんの中には、「朝市なのに安くない」と思われる方もありますが、私たちはまず「安全で美味しい野菜を食卓へ」と、野菜作りに励んでいます。

れ目にも効果的。選び方II 全体的に色が濃く、ツヤのあるものを。茎が細いものほど芯も細く、やわらかくて良品です。

② 枝豆：たんばく質、カルシウム、ビタミンB1、ビタミンB12は、疲労回復や夏バテ防止に。

③ かぶ：ビタミンA、C、カルシウムや鉄分など栄養満点。

④ ほうれん草：ビタミンB1、B2、C、そして鉄分は、野菜の中ではトップクラス!

⑤ キャベツ：ビタミンCは外側の葉が高く、中心は外側より低く、芯のまわりで再度高くなります。

⑥ 大豆：たんばく質、カルシウム、ビタミンB1、ビタミンB12は、疲労回復や夏バテ防止に。

⑦ キュウリ：カロチン、ビタミンCも含み、さっぱりとした味の歯切れの良さを楽しみましょう。

⑧ トマト：βカロチンの2倍、ビタミンEの100倍の酸化能力をもつリコピンがいっぱい。

⑨ 大根：根は消化を助けるジアスターゼが豊富。葉はカロチンやビタミンCがいっぱい。

⑩ さつまいも：ミカンと同じくらい、ビタミンCがいっぱい。食物繊維の整腸作用で便秘も防ぎ、体調を整えます。



選び方II よくしまつていて緑が濃く、白が鮮やかで、境がはっきりしているものを選びましょう。

選び方II 割れ目が入っているものは古く、外側の葉が白っぽいものは葉のいたみや虫に食われていたもの。根元の切り口が新しいものを選びましょう。

選び方II においのもとである硫化アリル類は、ビタミンB1の吸収を助ける役目をする。食欲増進や薬味などに最適。

選び方II よくしまつていて緑が濃く、白が鮮やかで、境がはっきりしているものを選びましょう。

選び方II 割れ目が入っているものは古く、外側の葉が白っぽいものは葉のいたみや虫に食われていたもの。根元の切り口が新しいものを選びましょう。

選び方II においのもとである硫化アリル類は、ビタミンB1の吸収を助ける役目をする。食欲増進や薬味などに最適。

選び方II よくしまつていて緑が濃く、白が鮮やかで、境がはっきりしているものを選びましょう。

選び方II 割れ目が入っているものは古く、外側の葉が白っぽいものは葉のいたみや虫に食われていたもの。根元の切り口が新しいものを選びましょう。

選び方II においのもとである硫化アリル類は、ビタミンB1の吸収を助ける役目をする。食欲増進や薬味などに最適。

選び方II よくしまつていて緑が濃く、白が鮮やかで、境がはっきりしているものを選びましょう。

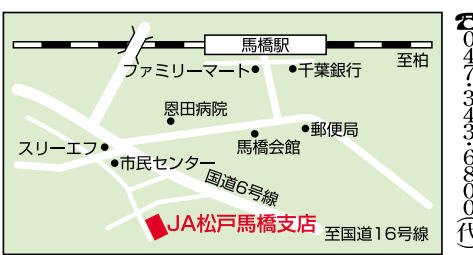
選び方II 割れ目が入っているものは古く、外側の葉が白っぽいものは葉のいたみや虫に食われていたもの。根元の切り口が新しいものを選びましょう。

選び方II においのもとである硫化アリル類は、ビタミンB1の吸収を助ける役目をする。食欲増進や薬味などに最適。

選び方II よくしまつていて緑が濃く、白が鮮やかで、境がはっきりしているものを選びましょう。

選び方II 割れ目が入っているものは古く、外側の葉が白っぽいものは葉のいたみや虫に食われていたもの。根元の切り口が新しいものを選びましょう。

選び方II においのもとである硫化アリル類は、ビタミンB1の吸収を助ける役目をする。食欲増進や薬味などに最適。



選び方II よくしまつていて緑が濃く、白が鮮やかで、境がはっきりしているものを選びましょう。

選び方II 割れ目が入っているものは古く、外側の葉が白っぽいものは葉のいたみや虫に食われていたもの。根元の切り口が新しいものを選びましょう。

選び方II においのもとである硫化アリル類は、ビタミンB1の吸収を助ける役目をする。食欲増進や薬味などに最適。

選び方II よくしまつていて緑が濃く、白が鮮やかで、境がはっきりしているものを選びましょう。

選び方II 割れ目が入っているものは古く、外側の葉が白っぽいものは葉のいたみや虫に食われていたもの。根元の切り口が新しいものを選びましょう。

選び方II においのもとである硫化アリル類は、ビタミンB1の吸収を助ける役目をする。食欲増進や薬味などに最適。

選び方II よくしまつていて緑が濃く、白が鮮やかで、境がはっきりしているものを選びましょう。

選び方II 割れ目が入っているものは古く、外側の葉が白っぽいものは葉のいたみや虫に食われていたもの。根元の切り口が新しいものを選びましょう。

選び方II においのもとである硫化アリル類は、ビタミンB1の吸収を助ける役目をする。食欲増進や薬味などに最適。

**発見! かわいいお店**  
K・Heart  
カントリー雑貨

今回のSHOPは、昨年11月にOPENしたカントリー雑貨のお店、K・Heartを紹介いたします。場所は、新成線五香駅東口より善光寺の交差点五香十字路を右に曲がり500mぐらい行き向かって右側にあります。歩いて駅から7〜8分ぐらいだと思えます。店舗は3階建ての輸入住宅みたいな建物の1階部分にあり、目立つ看板はないのですが、外観は、とてもかわいらしく見えます。店内に入ると、向かって右側には茶色を中心としたアメリカンカントリー、左側は白を中心としたフレンチカントリーで飾られており、お店の広さは10坪とこじんまりとしておりますが、とても広く感じられました。

店主の川島さん「このお店のことについて伺いました。」「自分がカントリーが好きで始めたお店で、特に力を入れているのが、ハート柄やハートの形をしたもので、それを中心に仕入れをしています。その他も家具などはカタログからオーダーも出来ますので、気軽にお越しください。とおっしゃっていました。」

そして、このお店のイチオシ商品はインポートのハート柄のおさらで、小は2280円、大2580円です。あまり見たことがないハート柄。あと、アップル柄の商品も人気があるそうで、4つの引き出しが付いている、ミニチェスト(3000円)はかわいくて目につきました。

取り扱いブランドはア

**こだわりの三ツ星**  
ギャラリー&喫茶 結花

古い土蔵が独特の雰囲気を出す「ギャラリー&喫茶 結花(ゆい)」さんを紹介いたします。

建物は明治8年に、埼玉県所沢市に建築(所沢市教育委員会発行の「所沢昔の建物」にも掲載された薬屋の土蔵を、平成13年に「日本の文化財を簡単に壊してゴミにしないで残そう」と松戸に移築、ギャラリー&喫茶店として再生されたそうです。

したがって、お店のいろんな所に蔵の部分が活かされています。例えば、漆喰の防火扉はテーブルになったり、窓のはめ込み格子や2階への階段や2階の広間(2階は貸しギャラリー)の調度品などもみんな蔵の部品です。店内は照明をお

住所/松戸市下矢切 89-4 (矢切郵便局より2〜3分)  
☎047・361・2103  
営業時間  
平日 10:30〜18:30  
定休日/毎週月曜日と第1・3火曜日

〒270-0092  
松戸市五香1-23-23  
☎& FAX  
047・386・6066  
営業時間  
AM10:00〜PM7:00  
定休日/木曜日

住所/松戸市下矢切 89-4 (矢切郵便局より2〜3分)  
☎047・361・2103  
営業時間  
平日 10:30〜18:30  
定休日/毎週月曜日と第1・3火曜日

倉敷意匠計画室、分室、テイアラ、カントリーリース、パイスなどで、主な商品の絵柄は、ハート、いちご、星条旗、りんご、バラなどです。

とてもかわいらしいお店です。一度覗いてみませんか？

住所/松戸市下矢切 89-4 (矢切郵便局より2〜3分)  
☎047・361・2103  
営業時間  
平日 10:30〜18:30  
定休日/毎週月曜日と第1・3火曜日

住所/松戸市下矢切 89-4 (矢切郵便局より2〜3分)  
☎047・361・2103  
営業時間  
平日 10:30〜18:30  
定休日/毎週月曜日と第1・3火曜日

住所/松戸市下矢切 89-4 (矢切郵便局より2〜3分)  
☎047・361・2103  
営業時間  
平日 10:30〜18:30  
定休日/毎週月曜日と第1・3火曜日

住所/松戸市下矢切 89-4 (矢切郵便局より2〜3分)  
☎047・361・2103  
営業時間  
平日 10:30〜18:30  
定休日/毎週月曜日と第1・3火曜日

**一周年感謝セール**  
味処 子と 料理・飲物 全品 20%OFF  
ご家族連れでお得なランチ650円8時  
6/15 まで  
釜飯・丼物 宅配もあります (地域限定)

月曜定休(祝日の場合は翌日になります)  
常盤平7-31-25  
AM11:30-PM10:00 (PM2:00-PM5:30準備中)  
☎047(388)0246

全国488園以上 園児数23,700人 全国最大級の保育所  
**6% ときわ保育園 開園!**  
生後6ヶ月〜6歳  
体験保育 1人1時間 保育料無料  
★保育日:月〜土7:30〜19:00(相談可)  
★月保育:37,500円〜  
★一時保育(学童保育可):600円〜  
★保育内容:英語・リズム遊び・陶芸など  
※お申し込み、お問い合わせは下記フリーダイヤルまでどうぞ!

**ちびっくらんど**  
☎0120-415-414 (9:30〜17:30) 常盤平1-19-19  
☎047-704-5226 宮澤ビル1F