

3面に掲載 **集まれ!**
わが家の白慢の
子どもたち!!

UKIUKI!
ウキウキする地域生活情報紙 6月24日 第135号
●毎週金曜発行 ●全てのご家庭に新聞折込と一部宅配でお届け

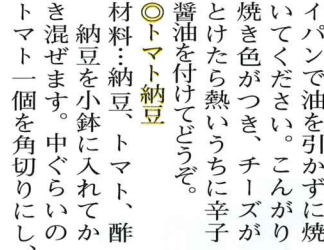
松戸東版
発行部数 111,500部
(新聞折込 108,000部・宅配3,500部)
6号線より東側の松戸市全域
株式会社ユースメディア
千葉県柏市酒井根5-4-10
TEL:04-7176-2111
FAX:04-7176-8931
E-MAIL:ukiuki@yusmedia.co.jp

ホームヘルパー2級 養成研修 受講生募集
(厚生労働省 教育訓練指定講座)
7/2(土)~(少人数制) ◎まずは お電話下さい。
親愛ケアサービス
松戸市串崎南町244-9 松戸台駅より徒歩5分
来春/親愛カトレア館オープン
047-311-2805 <http://sinai.jp>



納豆汁
材料:納豆、エノキ、豆腐、味噌
納豆汁の種類は各家の数だけあるといっても過言ではないでしょう。

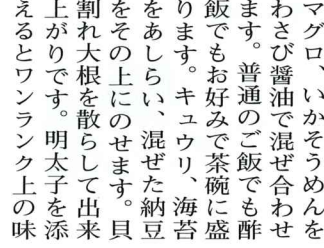
納豆の健康効果として、まず血液サラサラ効果があげられます。朝食は納豆で、という家庭が多いと思いますが、血液の中の血栓は夜寝ている間に多くなることから、寝る前の夕食に摂ったほうがより効果的だそう。また、骨粗しょう症予防に効果も高いとされます。骨粗しょう症予防には小魚と一緒に摂ること、骨太効果が期待できます。さらに腸内のビフィズス菌を増やす効果もあり、便秘予防にもなります。納豆はかき混ぜることで旨みが増しますが、もしネバリが気になる方は大根おろしや酢を混ぜましょう。ただし、心臓病などの治療薬によつては薬効を弱めてしまう場合がありますので、主治医とご相談ください。
(参考:納豆のすすめ)



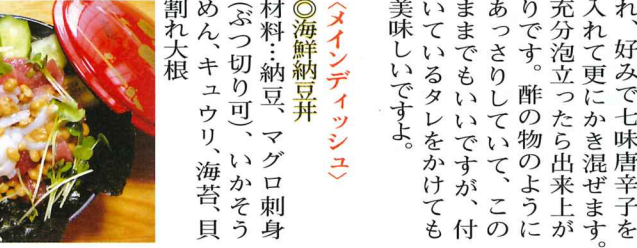
◎トマト納豆
材料:納豆、トマト、酢
納豆を小鉢に入れてかき混ぜます。中ぐらいのトマト一個を角切りにし、



◎前菜二品
◎チーズいなり
材料:納豆、油揚げ、チーズ
前菜のように軽く食べられるおつまみです。油揚げを半分切りに、袋に詰めた納豆とチーズを入れて、爪楊枝で油揚げの口を閉じます。チーズの種類はお好みでいいですが、とろけるチーズがよいでしょう。熱したフライパンで油を引かず、焼いてください。こんがり焼き色がつき、チーズがとけたら熱いうちに辛子醬油を付けてどうぞ。



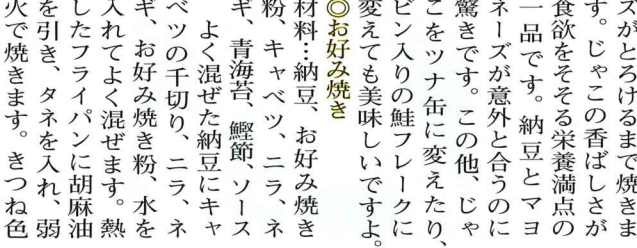
◎メインディッシュ
◎海鮮納豆丼
材料:納豆、マカロニ、刺身(ぶつ切り可)、いかそうめん、キュウリ、海苔、貝割れ大根
納豆、一口大に切ったマカロニ、いかそうめんをわさび醬油で混ぜ合わせます。普通のご飯でも酢飯でもお好みで茶碗に盛り付けます。キュウリ、海苔をあしらひ、混ぜた納豆をその上にのせます。貝割れ大根を散らして出来上がりです。明太子を添えるとワンランク上の味になります。



◎ハンパ三品
◎納豆トースト
材料:納豆、胡麻、じゃこ、マヨネーズ、フランスパン、チーズ
納豆に胡麻、じゃこ、マヨネーズを入れ、よくかき混ぜたものをフランスパンにのせ、チーズをその上にとろけるチーズをのせて、トースターでチートンで焼きます。チーズがとろけるまで焼きます。じゃこの香ばしさが食欲をそそる栄養満点の一品です。納豆とマヨネーズが意外と合うのに驚きです。この他、じゃこをツナ缶に変えたり、ピン入りの鮭フレークに変えても美味しいですよ。



◎お好み焼き
材料:納豆、お好み焼き粉、キャベツ、ニラ、ネギ、青海苔、鰹節、ソース
よく混ぜた納豆にキャベツの千切り、ニラ、ネギ、お好み焼き粉、水を入れてよく混ぜます。熱したフライパンに胡麻油を引き、タネを入れ弱火で焼きます。きつね色の焦げ目がついたら出来上がりです。熱いうちに鰹節と青海苔を振り、ソースをかけてお食べください。豚肉や卵を加えればより美味しくなりますよ。



◎デザート
◎チョコ納豆
材料:納豆、板チョコ、レイト、牛乳
茶碗にチョコレイトと牛乳を少し入れ、電子レンジで温めます。牛乳が煮立ってきたら取り出して、スプーンでチョコレイトを溶かします。味付けしない納豆を入れて混ぜます。そのままでも型に入れても、冷蔵庫で冷やして固まれば出来上がりです。予想外の美味しさに驚きますよ。牛乳が多いと固まりにくいので、少なめにしたい方が作りやすいです。



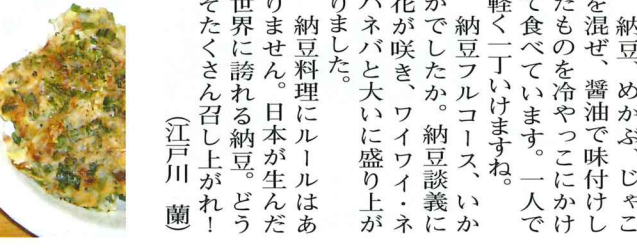
◎記者のお気に入り
納豆、めかぶ、じゃこを混ぜ、醬油で味付けしたものを冷やして、一口で食べます。一人で軽く二丁いけますね。



◎納豆フルコース
納豆フルコース、いかがでしたか。納豆談義に花が咲き、ワイワイ・ネバネバと大いに盛り上がりしました。



納豆料理にルールはありません。日本が生んだ世界に誇る納豆。どうぞたくさん召し上がれ!
(江戸川 蘭)



納豆は健康食品として各方面から注目されています。そこで、7月10日の「納豆の日」を控えて、納豆好き主婦が集まり納豆料理大会を行いました。UKIUKI流簡単納豆フルコースをどうぞご賞味ください。

〈所長のひいちゃん〉
「最近視力に条件のある防衛大学、航空大学、消防士、自衛官、警察官、JR、各私鉄運転士等の受験生、さらに運転免許取得を目指す訓練生を預かり、仕事にも自ら熱が入ります。本人達から合格した喜びの知らせを受ける時、何よりもほっとした気持ちになり、そのことが仕事に対する生きがいと充実感を覚えます。」

27年の経験と実績
近視は訓練で改善できる
松戸視力訓練センター
自宅で訓練できます。

Q1 学校の健康診断で視力検査にひっかかったのですが、メガネをしないと見えないのでしょうか。
A ちよつと待ってください。訓練で視力を回復できるかもしれません。まずご相談ください。

Q2 訓練で良くなるの?
A 五つの視力測定の結果、よくなるか否かわかりません。良くなる方しかお引受けしません。大人の方で視力が0.04以下の方はお断りする人が多いです。

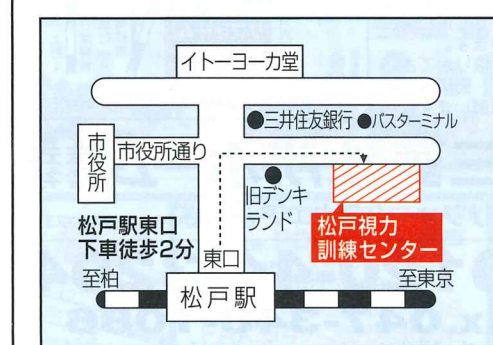
Q3 どういう訓練なの?
A 当センターでは、少し見えにくい凸レンズと厚生省承認の医療器具を使い、遠くの1点を見る、近くの1点を見る、という繰り返しの訓練をします。注射薬は一切使いません。自宅で行っても、センターに通ってきてもOKです。遠視の人にも訓練しますが、凸レンズの使い方が少し違います。医療行為はいたしません。

Q4 どの位よくなるの?
A 初回の視力測定無料の時、どの位まで良くなるかわかりません。その場で説明します。良くなる方しかお引受けしません。

Q5 費用は?
A 費用はコースや期間によって異なります。初回は無料で視力測定、訓練も試して頂けます。その際費用の説明をします。何もお持ちにならないで結構ですので、お電話の上、気軽に御来所下さい。

お答えしたのは所長の茂村靖宣です

〈所長の略歴〉.....
※早稲田大学卒業(昭和59年、平成11年、2つの学部卒業)
※早稲田大学大学院修士課程アジア太平洋研究科国際経営学専攻修了。国際経営学修士MBA取得。(平成13年)
※三菱化学(株)に23年間勤務。三菱化学総合研究所、在籍中に視力の勉強をして、日本視力訓練協会認定の視力訓練士として現在の仕事を20年以上従事している。
◎関東視力訓練協会、理事長。 ◎関東視力研究所、所長。

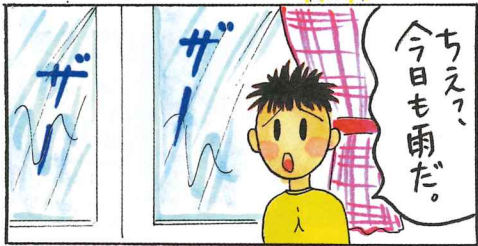


資料即日送付! 相談無料!!
松戸市松戸1241 和興ビル4F ☎0120・012993
<http://www32.ocn.ne.jp/~siryoku/> ☎047・366・0771

いがぐりくん

●雨の日

ふーみん



●レンタルミシン
ロック他各種ミシン、30分
400円自由に使えます
平和台駅前流山文化協会
04-7159-1174

チェロ崎野敏明・
ギター石井弘一
7月26日火 / レストラン
ペンディ / 食事付
3500円 / 食べ放題
047-348-6985
予約・問い合わせ ペンディ

ミニミニ広告

●新聞未購読の方で“ウキウキ”の宅配 をご希望の方(松戸市内に限ります)

“ウキウキ”は毎週金曜日報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願い致します。

●現在、新聞未購読の方で新たに新聞購読 をご希望の方(松戸市内に限ります)

“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ます。

『レシピ』募集!

「私のレシピ」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、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

ウィークリー情報

●森のホール21

◆6月26日(日)14時00分 大ホール
「東葛合唱団はるかな8thコンサート」
指揮: 塚田久江 ピアノ: 戸嶋江美子 ヴァイオリン: 森川翼 他
全席自由 一般1,700円 学生1,000円 子供700円
※お問い合わせ、太田 ☎047-384-4759

◆7月3日(日)18時00分 大ホール
「鈴木雅之コンサート〜taste of martini tour 2005〜"Ebony & Ivory Sweets 25"」
全席指定 6,500円
※お問い合わせ、ちけつとぼーと ☎03-3357-9999

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
「交渉人 真下正義」「電車男」「フォーガットン」「キングダム・オブ・ヘブン」
「戦国自衛隊1549」「バットマン ビギンズ」
※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
「四日間の奇蹟」「サハラ」「ミリオンダラー・ベイビー」「機動戦士Zガンダム」「ザ・リング2」
※以上の作品をいずれかの劇場で上映。時間は直接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。

伊勢丹松戸店 催物情報 (本館10階催物場)

●アクセサリーバーゲン 6月29日(水)〜7月5日(火) (最終日16時終了)
●お中元ギフトセンター 6月9日(木)〜7月18日(月) (最終日18時終了)
※お問い合わせ ☎047-364-1111(大代表)



大人のピアノ ドレミサークル

松戸駅が最寄駅、松戸
図書館の近くの「サ
ラ・ディ・トレ」で活動
しているサークルです。
メンバー構成は、50
代から80代のシニアの
方々。昔、ピアノを習っ
ていた人もいれば、まっ
たくピアノに触れたこと
もない方、80代から習
う方もいらっしゃるそう
です。そのため、それぞ
れ進み方も違いますが、
個人レッスンとは違いグ
ループレッスンなので、
ほかの人の演奏を聞き励
めています。

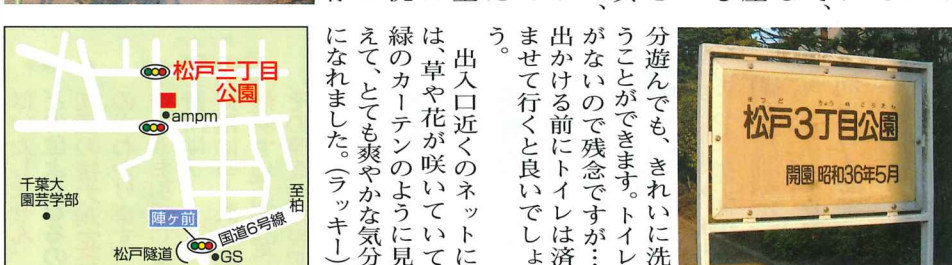
まあいながら和気藹々
とレッスンすることがで
きます。
レッスンは、月2回
毎回鍵盤を上げて8人ぐ
らいのグループで行いま
す。
80代の女性は、ボケ
防止のために始め、1年
半。みなさんご厚意に
より上達することができ
たと感謝しておられま
した。
また、まったくピアノ
に触れたことのない方
でも、3年で「エリーゼ
のために」を弾く方もい
らっしゃるそうです。
結婚式で、腕前を披露
された方もいらっしゃい
ました。素敵なプレゼン
トですね。
曲の内容は、童謡ポッ
プス、ジャズ、クラシッ
クとジャンルは幅広く他
の方の演奏を聞いて弾い
てみたい曲にチャレンジ
しています。

童謡を練習し
てきた方は、皆
さんといっ
しょに歌を歌
つたりするこ
ともあるそう
です。
また年に1回
発表会を催し
ています。
10月の発表会
に向けて練習に
も力が入って
いるようです。
皆
さんの目標に向
かういきいきと
した表情を見
ると、音楽は人の心を
とても豊かに、一つに
してくれることを実感し
ました。
発表会では、きつと日
頃の成果が発揮できるこ
とでしょう。がんばって
ください。
(しんのすけ)

●活動日/毎月第1・3・4水曜日
(月2回)
●時 間/午後1時〜4時30分
●場 所/サラ・ディ・トレ
●月会費/3,500円(入会金なし)
●問い合わせ
☎090-6172-5662 永田

雨が毎日降る梅雨の季
節がやってきましたね。
緑の葉っぱでいっぱい
の木や花を見てみると、雨
の恵みを受けて、なんだか
とても嬉しそうに見えま
す。雨の日に傘をさしな
がら、ちよつと外に出
てみる、何か新しい発見
ができるかもしれません。
今回紹介するのは、「松
戸三丁目公園」です。小
さな公園なのですが、た
くさんの子供たちが遊
んでいて、とても賑やか
です。

地元の人や子供たち
からは、「おにぎり公園」
と呼ばれていて、親しま
れています。公園の中
に、おにぎり型の石の記念碑
があるから、このよう
に呼ばれているそうです。
太陽の光が当たっていた記
念碑を触ってみたら、と
ても温かかったです。子供
は「わあおにぎりだ!」と
言って、記念碑を触った
り、抱きついていました。
場所は、松戸駅より国
道6号線に向かって歩い
て、12分くらいのこと
ろ

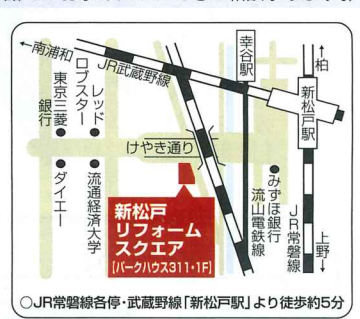


マンション リフォーム 水まわりのリフォームセット 期間限定特別価格 6/27〜7/30

下記商品 バック 合計¥1,721,160(税込) 通常価格 を 50%OFF 特別価格 ¥860,580(税込) にてご提供致します!
(単品でのお求めについてもご相談承ります。)

キッチン	ユニットバス	洗面化粧台	トイレ
リールグロスシリーズ ¥637,665(税込) 通常価格	リノビオシリーズ(マンションリフォーム用) ¥757,995(税込) 通常価格	オフトシリーズ ¥144,375(税込) 通常価格	アメージュV ¥181,125(税込) 通常価格

●施工費につきましては、工事箇所の形状や条件等により異なりますので、詳細は下記までお問い合わせ下さい。
●施工エリアは松戸市・流山市・柏市とさせていただきます。これらの地域以外での施工はご遠慮させていただきます。
●商品には限りがございますので、売切れの際はご容赦願います。



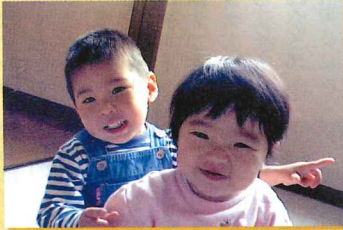
三菱地所ホーム株式会社
新松戸リフォームスクエア 〒270-0034 松戸市新松戸3-1-1 パークハウス311
☎0120-44-3204
FAX.047-348-1086
ホームページ/ http://www.mitsubishi-reform.com/

第1回 集まれ! わが家の自慢の 子どもたち!!

たくさんのかわいい写真をいただきありがとうございました。
応募者多数のため抽選にさせていただきました。
(掲載できなかった方々、申し訳ございませんでしたm(_ _)m) UKIUKI編集部一同



中川紗彩香ちゃん (11ヵ月)
「我が家のお姫さま」



鈴木友瑠くん(2歳)・水彩ちゃん(11ヵ月)
「お兄ちゃん大好き!!」



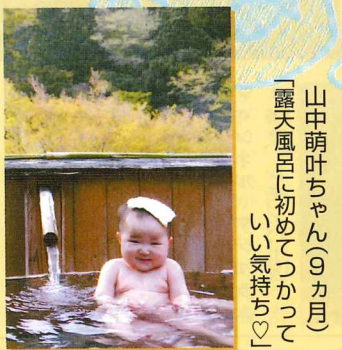
阿蘇晴高くん (4ヵ月)
「暑いね、あおいであげるよ」



傍島維飛くん(4歳)・万純ちゃん(2歳)
「マジレンジャー&プリキュアだ!」



水間理沙子ちゃん(2歳)・航大くん(4ヵ月)
「仲良し姉弟」
(でもお菓子はあげないわよっ...)



山中萌叶ちゃん(9ヵ月)
「露天風呂に初めてつかって
いい気持ち♡」



増田翔くん(4ヵ月)
「我が家の王子さま」



佐々木義将くん(4歳)・歩真くん(6ヵ月)
「我が家のわるガキくん」



児玉昇鷹くん(1歳5ヵ月)
「親子バンダ!?上野で発見!」

UKIUKI! 読者プレゼント

下記掲載の「KID'S STORY」さんよりディズニーストラップ10個、「KID'Sリサイクルわいわい屋」さんよりメロディー歯ブラシ5個をUKIUKI読者に頂きましたので、抽選で15名様にプレゼントいたします。
ご希望の方は、ハガキ・FAX・メールで、住所・氏名・年齢・電話番号・職業・UKIUKIに一言を書いてUKIUKI編集部までお送りください。

UKIUKI 〒277-0053 柏市酒井根5-4-10-3F
編集室 FAX 04-7176-8931
E-Mail ukiuki@yusmedia.co.jp
締切日...平成17年7月1日(金) (必)

子どものことなら なんでもご相談下さい

★おしゃれなママたちに必見のお店がオープンしました★
すべての子供たちひとりひとりが主役になれる!
そんな個性とオリジナリティを大切にしたい。
それが私たちキッズ☆ストーリーの願いです!

「赤きく」格闘家人気最上級スマイルのイエローフェイス! 子供らしく、かわいく、かっこよくそしてリーズナブルな価格で、地元地産地消を、さらに徹底して、お友達もぜひ、お試ください。

出店祝い大特価! スマイルスタイル3点セット ¥1,200

現地価格の30%~80%OFF

インポート子供服ブランド「ジンボリー」のカーターズ「オーレ」のネイビー「ねね」など日本に数店舗しかないブランドや国内未発売のアイテムのお洋服を多数入荷中!! どれも国内で有名なデザイナーが手がけた子供服です。

夏まで待てない大バーゲン開催中!

営業時間 10:00~19:00
定休日 不定休

松戸市小金原7-17-8 ☎047-341-3877

宗族で始めませんか?

子育て中だとおきかめ「環境」なんです。私たちはこの環境をオリジナルのストーリーと通常のラフでは、多言語の自然ラフで24年間研究し続け、赤ちゃんが言葉の自然ラフになるプロセスを真似て、誰にでもよくわかる言葉が話せるようになるコミュニケーション力をつけて、自分自身も一緒に育つ。だから一緒に楽しめ、必要なのは、記憶力や努力ではなく、

「7カ国語で話そう」 参加無料 (託児あり)
講演会のご案内
6/26(日) 10:00~12:00 新松戸市民センター
6/28(火) 10:30~12:30 松戸市民会館
7/2(土) 10:30~12:30 松戸商工会議所
後援: 松戸市、松戸市教育委員会、松戸市国際交流協会、松戸商工会議所

お問い合わせ・お申し込み
言語交流 ヒッポファミリークラブ
0120-557-761 (平日9:00~18:00)
http://www.lexhippo.gr.jp/

TOSHIN INTERNATIONAL KINDERGARTEN
国際英才幼稚園2~5歳児のための楽しいPRESCHOOL
東進国際英才幼稚園園児募集中!!

★英語クラス★ 開園中!!
欧米人の先生と1日6時間、全て英語の教育を行います。英語オンリーの教育で、アイティビティを交えながら楽しくイメージ教育を行います。国際感覚や豊かな人間性を育てます。 ※松戸園ではアメリカの幼稚園教員資格を持つアメリカ人教員がイメージ教育を行い、英語による数・音楽(リズム)・絵本・体育など幅広い分野での習得と、英語のポキブラリーの発展に力を入れています。

★日本語クラス★ 開園中
日本人の幼稚園教員が担当。その他、英語・中国語・体操のお兄さんなどの特別指導が組み込まれています。年齢別の多彩なプログラム(英語・中国語・モンテッソーリ・リズム・絵画制作・ドーマン教育・知能開発・数・絵日記・体育・有名小学校受験指導など)で、お子様の可能性を最大限に引き出します。また、集団生活において、責任感や思いやりの大切さを知り、「協調性」「社会性」などの基礎を築くとともに、個々に応じた対応により、自立心や向上心・探求心を育てます。

★入園金 ¥100,000 (2~5歳児) ★UKIUKI持参の方入園金無料!
◎保育時間/9:00~15:00 早朝保育(7:00~)・延長保育(22:00) ※0歳児からの保育も行ってまいります。
◎授業料 英語クラス ¥48,000 別途授業料あり (週1回からでも) 日本語クラス ¥28,000

「英語であそぼう!!」 無料体験保育実施中!
ネイティブの先生とみんなで、リズムや身近な会話を覚えられ、楽しいレッスンに参加しよう。
◎場所/新松戸園 ※参加ご希望の方は、希望日を電話又はメールにてお知らせ下さい。

東進の夏は好奇心ザクザク
サマースクール園児募集!!
「なんでも科学したい」「世界探検」「空から鳥へ飛べ!」
理科の環境が豊か低下の一因に。東進の夏はサイエンス!!
「なんでも科学したい!」人体・空・電気・光・音・天体・動物・植物
「世界探検!」アフリカ・オランダ・中国・フランス他
「空から鳥へ飛べ!」恐竜は絶滅してはいないってホント?! 6500万年前に突然姿を消した? 身のまわりの不思議を幼稚園の中に取り入れ、事物教育・体験教育を実践します。

対象 2歳児~5歳児
期間 1期 7/18~7/22 2期 7/25~7/29
3期 8/1~8/5 4期 8/8~8/12
5期 8/15~8/19 6期 8/22~8/26
時間 9:00~14:30
受講料 15,000円(教材費・給食費別)
※1日だけの参加も可能です。(1日/4,000円)
保育内容 モンテッソーリ・リズム・絵画制作・ドーマン教育・知能開発・数・言葉・体育・理科実験・英語・中国語
18年度 新入園児募集開始!!
http://www.et-toshin.co.jp/

松戸校 サリオンセンター2F
東進幼稚園 POP KIDS 松戸
松戸市東2-2-1 サリオンセンター2F
松戸駅から徒歩2分
TEL.047-365-0006
FAX.047-365-3006
メール popkids@teacher.interq.or.jp

新松戸校 至松戸
東進幼稚園 POP KIDS 新松戸
松戸市新松戸1-345-2
新松戸駅から徒歩2分
TEL.047-340-3434
FAX.047-340-3433
メール popkids2@teacher.interq.or.jp

6/24 金 リサイクル品 半額セール!!
1日限定 (スタンプカードとの併用不可)

お売りください!!
服・ベビー用品
マタニティ用品
幼児用品・おもちゃ 他

●すぐ着られる、きれいな服 使える物 ●その場で直定・現金払い! ●サイン前のキャンセルOK!
出張買取致します。お電話ください!!

KID'S リサイクル わいわい屋
松戸市常盤3-1-2 岡田ビル1F
営業時間/AM10:00~PM7:00 (土曜のみPM3:30からです。)
☎047-389-5008

UKIUKI! クーポン
クーポンご持参で
お買い上げの、お子様に
お楽しみプレゼント!
平成17年7月8日まで
本券を切り取ってお持ち下さい

幼児教室 新松戸駅
0歳~小学6年生の
右脳開発
夏期体験レッスン
今こそ始めよう七田教育
子どもの可能性は無限大。
潜在能力を引き出し、豊かな感性を育てます。
0歳から6歳の幼児の右脳には「大人の常識」を軽く打ち破ってしまうほどの不思議な能力がたくさん秘められています。七田教育は幼児の右脳が持つ「ひらめきや創造力を中心とする天才的能力」に注目し、様々な能力を引き出し、高めることを目的としています。

夏期レッスンのご案内
幼児 ●全4回(日程はお問い合わせください)
●料金 14,700円(税込)
小学部 ●入会金、教材費はかかりません
●振替のできるチケット制です
英語 ●定員になり次第、締切らせて頂きます

七田チャイルドアカデミー 新松戸教室 ☎047-346-7787

きぬえ
が行く！

きぬえ
は、この春
から、お花見
の準備を……

ほほほほ

ハーブをもっと
楽しもう

先週に続きハーブのお話です。今回は、新松戸市民センターで開催された「ハーブティーを楽しむ」です。

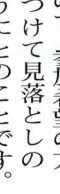
イングリッシュラベンダー

ハーブティーはノンカフェインのティーとして体に優しく、子どもからお年寄りまで、多くの人に楽しんでいただくことができます。食後の爽やかティー：アニス、オレガノ、セージ、レモングラス、ローズマリー、フェンネル、ミント、コリアンダー、タンポポ、シソ。

②お部屋のインテリアと香りのバスタイム

ハーブが茂ったら刈り込んで、お風呂に入れてみると、お部屋にたくさん活けてみませんか。まだドライフラワーやポプリにして楽しめます。

なお、「ハーブを楽しむ」はこれからも開催が予定されています。お知らせは松戸市広報に掲載されますので、参加希望の方は気をつけて見落とすの無いようにとのことです。



レガノ&ゴールデンオレガノ



☆アップルミント、ウインタースボリ、エルサルセージ、オレガノ

ル

【ハーブを楽しむには】
ハーブってなあに？

ハーブには、はつきりした定義はありません。時代と地域によりいろいろな解釈がされてきたが、もともとは地中海沿岸で、古代から香料、料理、薬、染料等で使われた比較的作用の穏やかな花や葉の部分を「ハーブ」と呼んだのが、ハーブの由来です。

ハーブの利用法
楽しみ方を大きく分けますと、

①ハーブティーを楽しむ

*気持ちよさを鎮める穏やか
ティー…カモミール、バ
ジル、ヒソップ、ミント、
ラベンダー、レモンバー
ム、タイム。



ト

*ドライフラワー…ラム
ズイヤー、ニゲラ、ルー
ブルミント、クールミン
ト、スペアミント、パイ
ナップルミント、パイ
ナップルセージ、ヒソッ



カレーブランド

＊色・味・香りを楽しむ
ティール・カモミール、ニ
オイゼラニウム、ハイビ
スカス、バラ、フェンネ
ル、ミント、レモンガラ
ス、ラベンダー、マロウ

キャットミント

プ、ペパーミント、カモ
ミール、ラベンダー、ロー
ズマリー、レモンバーム

ラムズイヤー&カモミール

③料理を楽しむ(キツチンハープ)

*ブルーケガルニ…タイム
パセリ、ローレル。

*ハーブ・チーズ、ハー
ブ・バター…クミンズ、セー
ブ、タイム、タラゴン
チャービル、チャイブ
デイル、バジル、パセリ
フエンネル、マジョラム
メント、レモンバーム。

Three dried herb specimens are shown against a white background. On the left is a specimen of Seaberry (セーボリー), featuring a single, light purple, bell-shaped flower on a long, thin stem, with several green, needle-like leaves at the base. In the center is a specimen of Chaiy (チャイブ), showing a dense, rounded cluster of small, green, oval-shaped leaves. On the right is a specimen of Thyme (タイム), displaying a more elongated, bushy structure with many small, green, rectangular leaves. Below each specimen is its name in Japanese: セーボリー, チャイブ, and タイム.

*卵料理…タイム、タラゴン、チャービル、チャイブ、デイル、バジル、パセリ、フェンネル、ジヨラム、ミント、レモンバーム、ローズマリー。

ボリ、タイム、タラゴン、チャービル、チャイブ、デイル、バジル、パセリ、フェンネル、ローレル、マジョラム、ミント、レモンバーム、ローズマリー。

＊肉料理：セーボリー
タイム、タラゴン、チャー
ビル、チャイブ、バジル
パセリ、フエンネル
ローレル、マジヨラム、ミ
ント、レモンバーム、ロー
ズマリー。

A photograph of a glass filled with a yellow liquid, placed on a matching saucer. The glass and saucer are set on a patterned surface.

※バススタ：セージ、バジル、マジョラム。
※ピクルス、サラダ、スープ、シチューなど他にもハープは大活躍です。
(きぬえ)

※資料提供：(財)松戸みどりと花の基金

☎047・345・9846

発見こんな
お店

エースラケッツ

今年もウィンブルドンの季節がやって来ました。日本選手は？ シャラポバは？ 活躍が楽しみですね。今回ご紹介する「エースラケット」はテニススファラに見えます。

店主の浅賀さんはテニス歴二十数年。テニス好きが高じて、3年前、テニス用品・ストリンギング（ガット張り）専門店を新松戸に開きました。店内にずらりと並んだラケットやシューズはほとんど定価の20〜30%引きで嬉しいお値段。テニス、

バドミントン等各種ケットのガットはテニスが1本、1本心を込めて張りまです。ガットの張りはプレーを左右するほど大事なポイント。張前の状態を一念にチェックし、張り上がり後も得いくまで確認するの浅賀さん流。ストリンギングには並々ならぬ自らがうかがえます。テニラケットのガットには本当たり常時20kgも力がかかり、使用の有にかかわらず日々劣化

ているとか。定期的な更新の替えはレベルアップの第1歩であるとともに、ニスエルボーなどの怪力の予防にも役立ちます。最低でも半年に1度の更新替えがお勧めとのこと『エースラケット』などではのきめ細かなア

⑥

脂質分が少なく、ヘルシーなお肉として注目されているラム肉。最近はこちらが

こだわりの
三ツ星

ジンギスカン
753(ナゴミ)

ナースエフは住宅街のタリアンとして評判の「ダイニング753」(新戸市栄町の佐々木さん)タイプの違う2店舗の経営について「流行とニーズも、時代のニーズに合わせ、店を出したかつラム肉は現代の健康志向にもびつたり。老若男女楽しめます」と説明します。

都内にジンギスカンを掲げる専門店が相次いで登場、一大ブームになっています。今回は、松戸市内では初のジンギスカン専門店「ジンギスカン753」を紹介します。

5月27日にオープンしたばかりのこのお店。オー



か? 「エースラケットでガットを張り替えて「エースをねええ!」

ターサーピスも好評。この日も学生さんがソフトテニスの練習中に折れてしまったというラケットを持って相談に訪れました。真つ二つに折れたラケットを前に頭を抱えた浅賀さん、できるだけこのことをあげたいと預

至新松戸駅 新坂川

かることになりました。
 こうした誠意がリピーターを増やしているのでしょう。

会費無料の会員登録をすれば数々の特典も受けられます。あなたのラケットもそろそろガットの替え時ではありません

レッドロブスター 駅前大橋
 新松戸3 けやき通り
 ゆりのき通り
 流通経済大
 ダイエー サンライト
 あめりかふう通り バストラル八番街
 エースラケット

武蔵野動物園

ありません。このお肉と
たつぷりのモヤシ、キャ



今回は、オープン記念
として、ラム肉と野菜の
盛り合わせ(1300円)につ
ける半額クーポンをつけて
もらいました。この機会
にヘルシーな上にボロ
リユルみたっぷりのラム
肉を是非味わってみて
下さい。(深Q)

1300円
を
550円

お一人様

ベツ、たまねぎなどの野菜を自家製のタレにつけて食べれば、量も味も満足いくこと請け合いです。

また、北海道産のジャガイモを使ったメニューなど一品料理の種類も豊富。「ゴーヤチャンプル」「カツオのたたき」など、日替わりメニューもあり、お肉の間の一品として楽しめます。焼酎をはじめお酒類も多く扱っているので、居酒屋感覚で来店する人も多いとか。今年の夏はやはり、ジンギスカンにビール、これで決まりでしょう。

至南流山

みずほ銀行 ●
三井住友銀行

シンギスカン
753 ■

至柏

JR常磐線 至柏

住所
松戸市新松戸 2-31-2
若しばビル 1 階
☎047-341-9011
営業時間
午後 5 時～午前 3 時

UKUKU

6月24日～7月

通常1人前
の盛り合
半額の6

※1枚につきのみ有効

AGM

展示台数200台

軽自動車・コンパクトカー大集合!!

夏のボーナスセール!

Summer Sale

屋内大展示場の為
雨の日も
ご覧頂けます。

全額
ローン
OK!
6回~60回払い

(ボーナス時3万円)
月々 **8,100** 円
×60回払

お買得車



14年式

65万円

税込価格 682,500円

マックス660

検17年12月 ピンク オートマ
CD フル装備 エアバッグ
ABS

(ボーナス時5万円)
月々 **9,600** 円
×60回払

お買得車



15年式

89万円

税込価格 934,500円

キューブキュービック1400SX

検18年11月 ガンメタ オートマ
CD フル装備 エアバッグ
ABS

(ボーナス時3万円)
月々 **8,900** 円
×60回払

お買得車



14年式

69万円

税込価格 724,500円

YRV1300/バルコス

パール オートマ
フル装備 アルミ エアバッグ
ABS CD&MD 3.3vkm

大型自社工場で安心



株式会社 エーjee-エム オートギャラリー

〒277-0054 柏市南増尾2-16-33

営業時間/AM10:00~PM8:00

☎ 04-7173-9191

自動車公正取引協議会会員/千葉中古自動車販売協会連合会会員/千葉中古自動車販売商工組合会員/千葉自動車査定協会/富士火災海上保険(株)上級代理店/JAF入会取次店●諸費用は別途申し受けます。●広告制作中に販売した商品

[illegible]