

UKIUKI 編集室
 UKIUKI! に広告を載せてみませんか
 〒277-0053
 柏市酒井根5-4-10-3F
 ☎04-7176-2747 FAX04-7176-8931

松戸東版
 UKIUKI! ウキウキする地域生活情報紙 11月3日 第202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

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
 株式会社ユースメディア
 〒千葉市酒井根5-4-10
 TEL:04-7176-2111 FAX:04-7176-8931
 E-MAIL /ukiuki@yusmedia.co.jp

常時接続 ネットワーク 地域密着型の求人情報紙
ユースメディア
 松戸版・柏版・取手版 毎週日曜日発行
 お申し込みお問合せは 04-7176-2111(代)
 株式会社ユースメディア



今回は富山市出身の宮本さんに郷土の味を教えていただきました。

【ぶり大根】
 晩秋から初冬にかけておこる暴風雨や雷といった大荒れの日を「ぶりおこし」と言います。この頃からぶりの水揚げが本格化し、特に富山湾西端の氷見で獲れるぶりは有名です。

◎材料
 ぶりアラ、大根、しょうが、調味料(酒、みりん、砂糖、しょうゆ)

◎作り方
 ①大根は皮をむき、大きめに切ります。しょうがは薄切りにし、すりおろします。酒、みりん、砂糖、しょうゆを混ぜ合わせ、おこし液を作ります。



これからの時季におすすめる「ぶり大根」

目の輪切りにして、15分程下茹でする。
 ②大根を取り出した①の湯でぶりをさつとぐらさせる。
 ③鍋に大根を入れ、ひたひたぐらいの水としょうが、調味料を加え、火にかける。
 ④沸騰したら、ぶりを入れます。

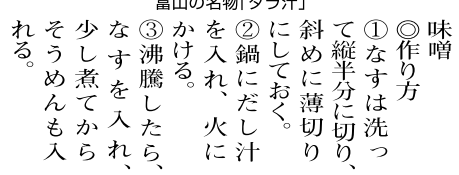


富山県ではポピュラーなおにぎりの「こんぶおにぎり」

【こんぶおにぎり】
 富山県の昆布消費量はほぼ毎年第一位です。昆布の主要産地である北海道とは古くからつながりがあり、通称「コンブロード」といわれる北前船の寄港地であったことから、日常生活に深く溶け込んでいます。宮本さんの子供達がこんぶおにぎりのお弁当を持っていくと、友達から「何?」「それ何?」「と聞かれるので、ぜひ「おにぎり」の味を伝えてください。



富山と新潟の県境にある宮崎海岸は別名「イスイ海岸」と呼ばれています。名前の由来はヒスイの原石が見つけられるからです。また、宮崎海岸



富山の名物「たら汁」

【たら汁】
 夏の定番の味噌汁です。冷たいそうめんとは一味違います。

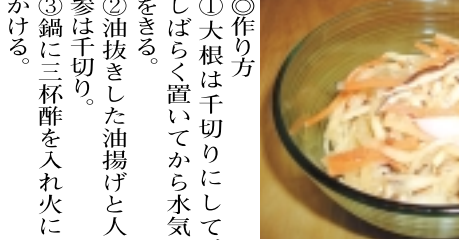
◎材料
 たら、味噌、しょうゆ、だし汁

◎作り方
 ①たらは洗って縦半分に切り、斜めに薄切りにしておきます。
 ②鍋にだし汁を入れ、火にかける。
 ③沸騰したら、たらを入れ、煮込んでいきます。

沖合いはたらの漁場としても有名で、「たら汁」はほとんどのドライインや民宿で味わえます。海水浴シーズンには観光客のお目当ては泳ぐことと「たら汁」だそうなんです。おまけにヒスイのお土産が付くかもしれないなんて夢がありますね。

◎材料
 たら、ねぎ、味噌

◎作り方
 ①鍋に昆布を敷いて水を入れて火にかける。
 ②お湯が沸騰してきたらたらを入れる。
 ③アクをとりながら煮込む。
 ④全体に火が通ったら味噌で味を整える。
 ⑤ねぎを散らして出来上がり。



夏の定番味噌汁「そうめん味噌汁」

【そうめん味噌汁】
 夏の定番の味噌汁です。冷たいそうめんとは一味違います。

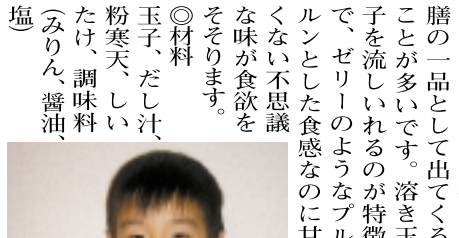
◎材料
 そうめん、味噌、しょうゆ、だし汁

◎作り方
 ①そうめんは洗って縦半分に切り、斜めに薄切りにしておきます。
 ②鍋にだし汁を入れ、火にかける。
 ③沸騰したら、そうめんを入れ、煮込んでいきます。

【お酢わい】
 懐かしい味のする酢の物で、おせち料理にも入っています。

◎材料
 大根、人参、油揚げ、三杯酢

◎作り方
 ①大根は千切りにして、しばらく置いてから水気をきる。
 ②油揚げは千切りにして、油揚げと人参は千切りにする。
 ③鍋に三杯酢を入れ、火にかける。



べっこうは祝儀不祝儀を問わず出されますが、祝いの膳の一品として出てくることも多いです。溶き玉子を流し入れるのが特徴で、ゼリーのようなプルプルとした食感なのに甘くない不思議な味が食欲をそそぎます。

【べっこう】
 べっこうは祝儀不祝儀を問わず出されますが、祝いの膳の一品として出てくることも多いです。溶き玉子を流し入れるのが特徴で、ゼリーのようなプルプルとした食感なのに甘くない不思議な味が食欲をそそぎます。

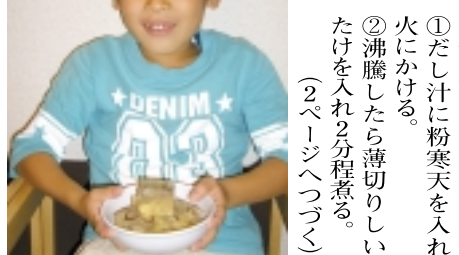
◎材料
 玉子、だし汁、粉寒天、しいたけ、調味料(みりん、醤油、塩)

◎作り方
 ①だし汁に粉寒天を入れ、火にかける。
 ②沸騰したら粉寒天を入れ、火にかける。

【べっこう】
 べっこうは祝儀不祝儀を問わず出されますが、祝いの膳の一品として出てくることも多いです。溶き玉子を流し入れるのが特徴で、ゼリーのようなプルプルとした食感なのに甘くない不思議な味が食欲をそそぎます。

◎材料
 玉子、だし汁、粉寒天、しいたけ、調味料(みりん、醤油、塩)

◎作り方
 ①だし汁に粉寒天を入れ、火にかける。
 ②沸騰したら粉寒天を入れ、火にかける。



ゼリーのような食感がたまらない「べっこう」



ゼリーのような食感がたまらない「べっこう」

大好評! 大感謝祭!!
 11月3(木)・4(金)・5(土)の3日間限定セール!!
 メガネ一式お買上げの方 当店通常特価より更に
店内全品 30% OFF
 ※3日間は下記の割引クーポンはご利用いただけません。

遠近両用メガネセット
 見え心地、かけ心地が快適なメガネです。一日中かけたまま、お買物や家事、パソコン、読書など、これ一本で便利にご使用いただけます。

手元から遠くまでスムーズ、快適。かけはずしのいらないタイプ
遠近両用レンズ

視線の移動で遠く・中間・近くが、とぎれることなくはっきり見える遠近両用レンズ。

フレーム + HOYA 遠近両用レンズ + ケース (ハイビジョンコート)

Men's Sunfit
 S-610 S-612 S-613
 ■当店通常一式価格 10,500円(税込)
 ■3日間限定価格 7,350円(税込)

Ladie's Eyenne
 EL-5157 EL-5155 EL-5160
 ■当店通常一式価格 10,500円(税込)
 ■3日間限定価格 7,350円(税込)

Tis
 ■当店通常一式価格 4,900円(税込)
 ■3日間限定価格 3,430円(税込)

明るい店内

クーポン
メガネ一式割引クーポン券
10%OFF券

クーポン
店内全品 3,000円割引券

クーポン
来店プレゼント
 クーポンご持参で来店の方、お買求めに関わらず、もれなく**クリアファイルプレゼント!**
 ※本券ご持参の方に限り。*お一人様1個限定。有効期限...2006年11月23日(木)まで

メガネ千里
 八柱駅前店 営業時間...10:00~20:00
 松戸市日暮2-5-17 パークハイツ八柱1F
 Tel.047-704-6758
 各種クレジットカードもご利用いただけます。

至新松戸 至新八柱駅前
 至新八柱駅前 至新八柱駅前
 至新八柱駅前 至新八柱駅前

クーポン
メガネ一式割引クーポン券
10%OFF券

クーポン
店内全品 3,000円割引券

クーポン
来店プレゼント
 クーポンご持参で来店の方、お買求めに関わらず、もれなく**クリアファイルプレゼント!**
 ※本券ご持参の方に限り。*お一人様1個限定。有効期限...2006年11月23日(木)まで

クーポン
メガネ一式割引クーポン券
10%OFF券

クーポン
店内全品 3,000円割引券

クーポン
来店プレゼント
 クーポンご持参で来店の方、お買求めに関わらず、もれなく**クリアファイルプレゼント!**
 ※本券ご持参の方に限り。*お一人様1個限定。有効期限...2006年11月23日(木)まで



殿平賀にある「殿平賀第2こどもの遊び場」は、公園なので、子供たちも大きな声で駆け回ると、遊具はもちろん、遊べるスペースの多い公園です。

公園めぐり202 こどもの遊び場

狭い公園では、危険なキヤッチボールや、ドッジボールなどの球技もこの公園では、思う存分楽しめそうです。見晴らし

がよく、日当たりのよい公園なので、子供たちも大きな声で駆け回ると、遊具はもちろん、遊べるスペースの多い公園です。

「殿平賀第2こどもの遊び場」の写真的看板にもあるように、松戸市の公園は土地所有者のご協力によって市が土地を借りて開設しているところも多く、このご厚意に感謝しモラルを守って、きれいに使

ていかなければならないと思いませんか。みんながたくさん利用し、地域の交流が増え、笑顔が増え、土地所有者の方もどこかで微笑んでいることでしょう。

公園は、都市・地域環境の向上、防災、ならびに人々の生活において様々な役割を果たします。市の土地ではないため、宅地などの開発と共になくなってしまった公園も目にしませんが、季節に応じた木々の色、土の匂いや花の匂い、人の心を和ませてくれる公園は、ずっと後世まで残していきたいものです。

朝の冷え込みを感じ、本格的な秋の季節に入ってきました。屋外でのんびり過ごせる時期もあと僅か、秋のやわらかな日

Gallery Cafe Bella advertisement featuring a menu of pastas and salads, and a location map near Gendai Park.

UKIUKI KAWAON advertisement for a cafe with a menu of pastas and desserts, and a coupon for a dessert service.



海の幸をふんだんに盛り込んだ、富山の郷土料理

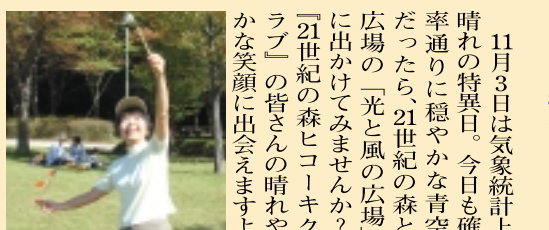
「1ページからのつづき」③味を整えたら、火を止めて流し入れ、火を止める。④型に入れて冷蔵庫で冷やし固める。



※季節ではないので作ることができなかったのですが、「ほたるいか」は世界的に有名です。春になると産卵のために深海から富山湾沿岸に押し寄せ、体長5センチ程の小さなイカは体中に1000個もの発行者を持ち、青白い光を一齐に放ちます。その群遊海面は特別天然記念物に指定されるほどです。春にお出かけの際は是非ご賞ください。(里見 愛)

ENJOYサークル logo and title for the 21st Century Forest Hobbies Club.

21世紀の森 ヒコキクラブ 11月3日は気象統計上、晴れの特異日。今日も確率通りに穏やかな青空だった。21世紀の森と広場の「光と風の広場」に出かけてみませんか? 「21世紀の森ヒコキクラブ」の皆さんの「晴れや飛ば鳥のように自由な集い」に出会えますよ。



クラブの発足の時期は定かではありません。これ10年ほど前、手作りヒコキを愛してやまない先輩がたつたひとりで飛ばしていたそうです。やがてひとり、ふたりと仲間が加わり、今では多い日には20名ほど集まるとか。自然発生的に生まれたこのサークルに会則はありません。ルールはたったひとつ、「光と風の広場」を汚さないこと、ただそれだけです。お天気さえ良ければ毎日活動日ですが、行く行かないはもう自由。誰にも束縛されない、空飛ぶ鳥のように自由な集いなのです。

「散歩に来て偶然見かけた。いや、楽しいね!」時間にとどりのできた熟練の方は「ここでは過去も肩書きも不要。みんな未来と空と緑だけを見ていますよ。たまには愛機が天高く吸い込まれるように旋回して飛んで行ってしまうこともあるのですが「手塩にかけ



- Activity details: 活動日/毎日 (穏やかな日), 時間/午前中, 場所/21世紀の森と広場 「光と風の広場」, 費用/なし, 問い合わせ/現地で直接 (林、杉本)

Shichida Child Academy advertisement for English classes, featuring a 'Right Brain Development' campaign and a coupon for a free trial.

Yuranosato Super Onsen advertisement for a hot spring resort, featuring a 'Daily Event' and a coupon for a bath and massage.

Bakery advertisement for 'Cobayya' featuring wheat flour breads and a coupon for a 10% discount on bread.

Piano Koshigaya 35th Anniversary advertisement for piano sales, featuring a coupon for a 10% discount on piano purchases.

いがぐりくん 講演会



文化講演会

ミニミニ広告

★お店の営業案内「ベック」ト譲ります。希少レコード「希少レコード」など使い方はあなただけです。

合同版1行1200円
松戸全域へ情報発信！問い合わせは編集室へ
☎04-7176-2747

こだわりの三ツ星

ジンギスカン炭火焼肉 翔(しょう)

今回ご紹介するお店はJR・北総線「東松戸駅」から徒歩1分という好立地のジンギスカン・焼肉料理店です。大きな紫色の暖簾をくぐると掘り炬燵、テーブルそしてカウンター席と一人でも大人げます。

17時のディナーになる登場するのが「翔」のセット(2340円)です。北海道直送の生ラムの他、国産牛・豚と野菜がセットになったジンギスカンです。この生ラムは臭みがなく、食感がよく、二人で食べても十分満足できるボリュームです。「翔」では炭火で焼いた肉を2種類のたれ(味噌、醤油)でいただきます。香り高い炭火で肉の食比べはいいかがでしょうか。カルニ

数でも入りやすいお店になっています。11時から始まるランチタイムではラム肉セットの他、牛肉セットや地鶏セット(各850円)、豚肉セット(750円)があり、ご飯、汁物(両方お替り自由)、キムチ、お新香、サラダが付いているのでお腹いっぱい堪能していただけます。

●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です。

チンや鉄分が豊富なラムは、美肌や老化防止にいいと言われており、やわらかく食べやすいサイズで切られていて美味です。「低コレステロールでヘルシーなラム肉は女性にも人気があります。ぜひ召し上がってみてください」と職人気質の店主。

ジンギスカンにはビールがよく合いますが、お酒もカクテルからワイン、焼酎と豊富に揃っています。もちろん、おつまみにも力を入れています。ラムタキ、脂身の少ないラムペーコンやバジル入

『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

発見! 小さなお店

アトリエ加津

ミセスのためのファッション「アトリエ加津」をご紹介します。馬橋立体内り口交差点際に、自宅を改造した店舗をオープン。つい先日、開店7周年を迎えました。

季節の花々が彩りを添えるエントランスを通過して、右手にガーデニングブルとイスを見ながら店の中へと入ります。入口にかかっているエスプレッソのきいたロールスクリー

住所 松戸市紙敷 442-1
☎047-391-1105
営業時間 11:00~14:00 (ランチ) 17:00~24:00 (ディナー)
定休日/月曜日

UKIUKIクーポン
翔(しょう) 11月3日~30日迄
お客様1組に お肉1皿サービス
この券を切り取ってご持参下さい。

住所 松戸市西馬橋幸町 138
☎047-344-5389
営業時間 11:00~19:00
定休日/日・月曜日と祝日

UKIUKIクーポン
アトリエ加津 11月4日~30日迄
お買い上げのお客様へ プレゼント
この券を切り取ってご持参下さい。

ウィークリー情報

◎森のホール21
◆11月5日(日)13時30分 大ホール
劇団カッパ座「ねこときんぎょ」
全席自由 2,000円 ※3歳以上有料 ※3歳未満むぎ上無料
※お問い合わせ、松戸カッパ友の会 ☎047-368-2290

◆11月18日(土)16時30分 小ホール
「朗読活劇 江戸川乱歩」
全席自由 前売2,800円 当日2,950円 ※小学生以下不可
※お問い合わせ、Office Y&Y 森 ☎047-348-4315 鈴木 ☎047-365-7358

今週の上映ご案内(松戸駅西口・西公園前)

◎松戸シネマサンシャイン (1・2・3番館) ☎047-361-6511
「ワールド・トレード・センター」「ブラックダリア」「フラガール」「レディ・イン・ザ・ウォーター」
「涙そうそう」「父親たちの星条旗」「木更津キャッツアイ ワールドシリーズ」「天使の卵」
「地下鉄(メトロ)に乗って」「ただ、君を愛してる」「永遠の法」「デスノート(後編)」
「7月24日通りのクリスマス」
※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)

婦人大きいサイズ クローバーバーゲン
ワコールビッグ バザール
11月1日(水)~11月6日(月) (最終日16時終了)
※お問い合わせ ☎047-364-1111(大代表)

Life

アトリエ加津

「はじめにきたときはちよつと敷居が高かったんですけど、リピーターになってしまいました。と、お客様、良い品物をみを考えていると、つい品数が多くなってしまう」と微笑む加津さん。

「はじめて来たときはちよつと敷居が高かったんですけど、リピーターになってしまいました。と、お客様、良い品物をみを考えていると、つい品数が多くなってしまう」と微笑む加津さん。

アトリエ加津

「それぞ...」
「それぞ...」
「それぞ...」

知っ得! 栄養と健康

第13回

アフリカの聖人として知られているシユバイン博士、レオナルド・ダヴィンチあるいはパンドジャミン・フランクリンなどは、食生活が健康に寄与している。食生活が健康に寄与している。食生活が健康に寄与している。

「食生活が健康に寄与している。食生活が健康に寄与している。食生活が健康に寄与している。」

アジアンフードバイキング

ラストサイゴン

11月30日まで

期間中 デイナーバイキングがお得!

通常価格 ¥1,980 - ¥1,580
クーポン利用で ¥1,280

お子様 ¥1,280 - ¥880
クーポン利用で ¥680

美と健康に~秋の恵みの中華フェア実施中!
青菜とハヤシの味噌炒め、上海チャーハン、ホイコーロー etc...
ラストサイゴンで秋色中華をご堪能ください。

感謝フェア開催中!!

いであ歯科医院

松戸市西馬橋相川町117 ミライ117
☎047-340-3718
http://www.ide-shika.com

診療時間 AM9:00~PM8:00 (月曜のみPM6:00まで)
休診日 PM1:00~PM3:00
休診日/木曜・日曜・祝日

いであ歯科医院

松戸市西馬橋相川町117 ミライ117
☎047-340-3718
http://www.ide-shika.com

診療時間 AM9:00~PM8:00 (月曜のみPM6:00まで)
休診日 PM1:00~PM3:00
休診日/木曜・日曜・祝日

いであ歯科医院

松戸市西馬橋相川町117 ミライ117
☎047-340-3718
http://www.ide-shika.com

診療時間 AM9:00~PM8:00 (月曜のみPM6:00まで)
休診日 PM1:00~PM3:00
休診日/木曜・日曜・祝日



コスモス広場から望む、ふるさと美術館と白雲山

先月の新聞に「内臓脂肪、高所分解!」、「山登りで身も心もスッキリ」の記事を見つけた。...

妙義山は、白雲山(1104m)、金洞山(1081m)、金鶏山(1105m)の3峰を称します。表妙義には、4つの石門、大砲岩、ローソク岩など...

妙義神社は白雲山の東麓にあり、御祭神は日本武尊、豊受大神、菅原道真公、権大納言長親卿です。...



菊の御紋も神々しい本殿

「唐門」など多くの建造物及び宝物が同指定を受けています。このように神社の見どころは、総門の本殿、唐門はもろろんのことですが、宝物殿(入館料200円)...

「一緒に登りませんか」妙義山は前にも述べたように、侮れない山です。経緯の浅い方だけや単独は危険がともない。...



石段と総門

殿柱の龍彫刻、円空作の不動明王座像等々たくさんありますので、ぜひご参拝の節はごゆつくりと鑑賞ください。...

「一緒に登りませんか」妙義山は前にも述べたように、侮れない山です。経緯の浅い方だけや単独は危険がともない。...

Advertisement for 'きぬえ' (Kinue) featuring a cartoon character and text about a mountain trip. Includes '晩秋の妙義山' and '群馬県富岡市妙義町'.

Advertisement for '頑張れ商店会!!' (Ganbare Shoutenkai!!) for UKIUKI. Includes contact information for the editorial office and a list of services.

Advertisement for 'ふとんのうえの' (Futon no Ue no) featuring a cartoon character and text about futon services. Includes a map and contact information.

Advertisement for '感謝祭' (Thanksgiving Festival) at '地域貢献大学フェスティバル' (Regional Contribution University Festival). Includes details about the event, speakers, and ticket information.

Advertisement for 'ふとんのうえの' (Futon no Ue no) featuring a cartoon character and text about futon services. Includes a map and contact information.

Advertisement for Volkswagen cars, featuring 'Eos' and 'Golf GTI'. Includes images of the cars and detailed pricing and specifications.

Advertisement for Volkswagen financing options, including 'VWオートローン' (VW Auto Loan) and 'DUO松戸' (DUO Matsudo). Includes details about interest rates and terms.