

UKIUKI VOICE **みなさんのおハガキ募集!**

みなさんが、日頃見たり感じたりしていること、身近なニュースをUKIUKI編集室にハガキで送ってください。「UKI UKI VOICE」コーナーで紹介させていただきます。掲載の方には図書カードをプレゼント!

〒277-0053 柏市酒井根5-4-10
UKIUKI編集室 「UKI UKI VOICE」係まで
※住所・氏名・年齢・職業をお忘れなく!

松戸東版

発行部数 111,500部
(新聞折込 108,000部・宅配3,500部)
■発行エリア 6号線より東側の松戸市全域
■発行 株式会社コースメディア
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

ウキウキする地域生活情報紙 10月5日 第247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

UKIUKI に **広告を載せてみませんか**

UKIUKI編集室 ☎04-7176-2747
〒277-0053 柏市酒井根5-4-10-3F FAX04-7176-8931



海外から伝わったサツマイモ。豊富な栄養素が含まれており、美容と健康にはうってつけの食物です。

容と健康には打つてつけの食材とい

知る
*ルーツ
和名は甘藷(かんしょ)、ヒルガオ科サツマイモ属の植物。原産国は中央アメリカで、日本には17世紀初めに伝わり、薩摩藩から日本各地に広がったため「サツマイモ」と呼ばれるようになりました。



紫イモの花

*品種
一番多く出回っているのが、ホクホクとした食感と鮮やかな紅色が特徴の「ベニアズマ」、その次に「なるとう金時」「紅小町」などが続きます。最近では「紫芋」もよく見かけ

切ったときにでてくる白い乳液は「ヤラピン」という成分で、便秘や大腸がん予防にも役立ちます。その他、カリウムも多く含まれていて体内の塩分バランスを調整する作用があり、高血圧にも効果があります。もちろん食物繊維もたっぷり含まれており、まさに美容と健康には打つてつけの食材とい



元気がいっぱい育ったサツマイモ。今年の出来は…?

秋の味覚“エース登場!”
絶品 さつまいも
今日からあなたもイモの達人

ただ今最盛期をむかえているサツマイモ。今回は成分からおいしい味わい方まで、サツマイモについていろいろと理解してみましょう。

「掘る」
さあ、サツマイモの素晴らしさを学んだら、次は実際に収穫してみよう!
ということですが、サツマイモ畑にお邪魔してきま

たサツマイモは、洗わずそのまま、スーパード買ったビニール袋のまま保存するのもよくありません。
◎取材協力/土屋農園



スイーツポテト

***保存方法**
掘りたても、もちろん美味しいですが、上手に保存すると水分が抜けて甘みが増します。サツマイモは寒いのが苦手なので、決して冷蔵庫に入れたり、ペラペラに置いたりしないで下さいね。新聞紙に包んで、段ボール箱などに入れておくのがベストです。掘

さて、実際に掘ってみると、土はやわらかく簡単に土の中から出てきました。大体、1株に5本くらいついています。葉の色が少し黄色くなつたら、葉の栄養が根に行きたるしなのだそうです。

おふとんのプロに
季節も夏から秋に変わりがやってきました。今回は「おふとんのうえの」さんにおふとんの疑問、悩みを解消すべく足を運んでみました。

店主の上野さんは「寝具製作国家検定1級技能士」の資格を持つふとんのプロ。実際のお客様が持つ疑問、悩みを聞いてきました。

Q1 綿のふとんが重いんです。軽くしたいのですが、どうすればいいですか?
A はい、できますよ! ふとんは毎日コップ1杯分の汗を吸い込んでいます。リフォームすれば、汚れや湿気を取り除くだけでなく、サイズや重さもご希望に合わせて仕立て直

Q2 羽毛ふとんもリフォームできるの?
A もちろんできます。専門工場1枚ずつ手作りでリフォームします。写真のように新しい羽毛ふとんによみがえります。「最近ふとんが重たい感じがする」とか「羽毛が吹き出し」という時は特に危険な症状です。お早めにご相談ください。

Q3 不用ふとんの下取り処分はしてもらえますか?
A ご注文のお客様に限りですが下取り処分をいたします。また、新しいお布団をご注文の場合は、

Q4 リフォーム料金はどのくらいですか?
A シングルサイズ・羽毛リフォームは2万円9800円(税別)、綿ふとんはデラックス加工7800円(税別)です。**Q5 家で取りに来てくれるの?**
A もちろん! 都合に合わせて喜んでお伺いいたします。お客様の手を煩わすことなく無料診断し、御見積りします。

UKIUKIクーポン
ふとんのうえの
クーポンご持参の方
打ち直し1枚につき
500円割引
ふとん買替時は古ふとん1枚2,000円で下取り割引
平成19年10月31日(水)迄

ふとんのうえの
松戸市新松戸3-358
営業時間...10:00~20:00
定休日...年末・年始
☎047-343-8248

★おさつステック
大学芋もいいですが、これはスティック状に切って揚げるだけ。フライドポテト風なら塩味で、(2ページへつづく)

ビックリするほど上手くなる!
魅惑の30分
ボーカル無料体験!
「USボーカル教室」松戸駅前校

10月の7日間限定セール!!
5(金)・6(土)・7(日)・8(月)・12(金)・13(土)・14(日)
メガネ一式お買上げの当店通常特価より更に
店内全品30%OFF
※有名人気ブランド品もレンズ無料で全て30%off
●地域最大級の品揃え ●広々とした店内

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。

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。

Men's Sunfit **Ladie's Eyenne** **Tis**
商品満載 商品満載 商品満載

■当店通常一式価格 10,500円(税込)
7日間限定価格 7,350円(税込)

■当店通常一式価格 10,500円(税込)
7日間限定価格 7,350円(税込)

■当店通常一式価格 4,500円(税込)
7日間限定価格 3,150円(税込)

メガネ千里
快適な視生活をお約束!
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
水曜定休 Tel.047-704-6758
http://senri-megane.com

UKIUKIクーポン
メガネ一式割引クーポン券
500円割引券
有効期限 2007年 10月18日(木)まで

UKIUKIクーポン
メガネ一式割引クーポン券
1,000円割引券
有効期限 2007年 10月18日(木)まで

超お買得セット 近視・遠視・乱視・老眼用

セット内容
HOYA フレーム + ハードマルチコートレンズ + ケース

■当店通常一式価格 4,500円(税込)
7日間限定価格 3,150円(税込)

※メーカー在庫範囲外のセットレンズは特注料金がかかります。※ツートンポイントフレームは別途加工料金がかかります。※写真の商品は一例です。一部掲載商品とデザイン、色柄が異なる場合もございます。※表示価格は全て税込み価格です。



おさつスティックとフルーツきんとん

を楽しめるのも芋焼酎ならではの特徴です。そこで、「はたや酒店」社長お墨付きの芋焼酎を教えたいただきます。



紫芋のモンブラン(パティスリーマーサ)

【ページからのつづき】
大学芋風ならハチミツや黒蜜、ピリッと辛みのきいた黒胡椒、ちよつとおしゃれにシナモンシュガーといういろいろ用意してお好みの味付けを楽しみたいというのはいかがでしょう？

★フルーツきんとん

パイン缶を缶汁ごと使うと簡単。さらにキウイなどを加えると、甘酸っぱくて、軽やかな仕上がりに。

★いつものジャガイモ料理をサツマイモに変えるだけ



ずらりと並ぶ芋焼酎

【例】コロッケ(ひき肉もいですが、ベーコンの塩味がとつてもマッチ、肉じゃが(甘みがある)、ポテトサラダ(リンゴやレーズンを加えても美味しいです)、きんぴら(芋切りにしたら、さっと手早く炒めるのがコツ)

③鉄幹(オガタマ酒造) ライトなタイプより、芋の濃厚な味を望むならこれ。芋らしい香ばしさが自慢。
④種子島 紫種子島酒造 紫芋のほのかに甘い穏やかな香りのサラリとした飲み心地。ブルーの瓶が見た目にも綺麗。
◎はたや酒店
松戸市五香2・6・1
047・387・3835



芋焼酎「縁」(本坊酒造/取扱:はたや酒店)。「芋焼酎」とは、サツマイモをベースに蒸留して作られた焼酎のこと。

UKIUKIクーポン
パティスリーマーサ
10月5日~31日迄
1000円以上
お買い上げの方
クッキー
プレゼント
この券を切り取って
ご持参下さい。

サツマイモを堪能しつづいた筆者のお腹は、大満足。
さあ、この秋は、サツマイモを食べて、心も体も健康になりましょう!
(杉ちゃん)



※ ※ ※
サツマイモを堪能しつづいた筆者のお腹は、大満足。

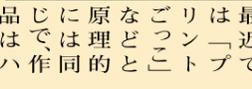


松戸シルク スクリーンの会

ディズニ映画「眠れる森の美女」の背景画は、アメリカのシルクスクリーン作家アイベンローによるものだそうです。映画は見えていなくても「シルクスクリーン」で、どんなものが想像していただけるか。ただ、絵の具「オペック」を筆に付け、透明な「マットフィルム」に同じ色の所だけ原画を描き写して版下を作ります。つまり、描かれている色の数だけ版下を作るのです。木枠にスクリーン(テトロン



最近では「プリント」は一枚目の版下を焼き付けます。この後、いくつもの工程を経て、すり台の上に紙を置き、絵の具(主に油性)をスクリーンの上にのせ、「スクイージ」という板で一度発行され、現在会員17名で活動しています。初心者には丁寧な指導が受けられます。



当日のメンバー

製を張ったものに感光剤を塗り、光を当てて一枚目の版下を焼き付けます。この後、いくつもの工程を経て、すり台の上に紙を置き、絵の具(主に油性)をスクリーンの上にのせ、「スクイージ」という板で一度発行され、現在会員17名で活動しています。初心者には丁寧な指導が受けられます。

- ◎活動日/第1と第3水曜日 午後6時~9時
第2又は第3日曜日 午後1時~6時
- ◎場所/女性センター
- ◎入会金/3,000円
- ◎月会費/1,000円
- ◎問い合わせ 047-345-8199 松本

公園めぐり 247 つくし公園

春の季語にもなり、また春先の代名詞としても親しまれている「ツクシ」の「つくし公園」を吉井町の閑静な住宅地で見つけました。
公園正面の標柱には「土筆児童公園」という銘板が埋め込まれています。が、さすがに児童公園での「土筆」はちょっと難読語すぎるのか、お隣の公園銘板には「つくし公園」と書かれていました。周囲を背の低い植え込

38年頃には、あの筆の形をした「つくし」が土の中をニョキニョキと頭をもちあげた姿が見られたのでしようか。しかしこの境界もご他聞にもれず、今ではつくしを探すが、ちよつと難しいかも。中ほどにある公園入口から入ってみましょう。右手側の広場は、ブランコやスベリ台などお馴染みの遊具がまとまって置いてあるあそび場です。公園の周囲にはしゃれたマンションも多く有り、今日もママさんに連れられたお子さんが、そのブランコで楽しそうに遊んでいました。左手側はゲートボールなども楽しめる多目的広場となっています。そして公園のほぼ中央の所には、親子で手をつなぐと届くほどの太い幹をしたユーカリが一本そびえ立っていました。木の皮がプルプルと剥けたアバタ肌の太いユーカリ。その上の枝木には小さな葉っぱがびっしりとつき、大きな筆状の「葉の群生」となっています。もしかしこれぞ当公園のシンボル、今様の「ツクシ」なのかもしれない。



春先には本物のつくしを探するのは困難かも知れませんが、この「巨大つくし」がいつでも見られる。そんな空想的な楽しみは、森のホール21に紹介しました。(ゴッちゃん)



六間川をきれいにする会



馬橋高校に隣接する六間川沿いの通りは、数年前までゴミが散乱する殺伐とした場所でした。今は桜並木の花壇が250mも続く遊歩道が整備され、夜は太陽光発電を利用した看板の灯りが優しく照らします。川沿いの心地よい遊歩道は、近隣の方々の散歩道として、また高校生のランニングの走路の一部としても利用されています。六間川は、旭町小付近から古ヶ崎五差路までの3km余りの川。平成6年で発足した「六間川をきれいにする会」は、現在会員数54名。六間川のほぼ北半分の流域の清掃活動が、おもな活動でしたが、平成15年、馬橋高校南側に花壇が設置され、以降の活動はさらに活発になりました。花壇ができてから直

無料 生命保険個別相談会 森のホール21にて開催

現在加入している自分の保険の内容が分からないという方、保障を見直したいけど、どうしたらいいの?という方、ファイナンシャルプランナーの資格を持つ「森のホール21」が、保険に関する素朴な疑問から仕組み、考え方まで、丁寧に説明いたします。場所は森のホール21 3階会議室で開催します。

日にち	時間	場所
10月8日(月)	①10:00~	森のホール21
10日(水)	②13:00~	3階会議室
13日(土)	③15:00~	
16日(火)		

主催 ソニー生命保険株式会社 TEL:043-297-8920 No.SL07-345-061
千葉ライフプランナーセンター第1支社 No.SL07-345-061
千葉県美浜区中瀬2-6 WBGマリブエスト31階 担当ライフプランナー/唐沢久保田
0120-030-969 (平日・土日共に9~18時受付)

アルバイト募集
時給/1,100円
資格/35歳位迄で安全運転出来る方、要普免
時間/13:00~21:00(残業有)
勤務/月曜日~土曜日
休日/日・祝日
株式会社 ユースメディア
柏市酒井根5-4-10
04(7176)2111

面した課題は水やり。六間川の水をくみ上げるのは大変な作業です。これを解決するため、県の「魅力ある高等学校づくりチャレンジ支援事業」の一環として、平成17年末、馬橋高校「六間川をきれいにする会」が協同で校庭に雨水タンクを設置。散水用の管の埋設は馬橋高校の生徒さんを中心に行いました。おかげで重労働だった水やりが格段に楽になったそうです。その後、馬橋高校と旭町小の間を流れる中屋堀への桜の植樹や、太陽光発電の電灯を取り付けた看板の遊歩道への設置など環境美化はさらに進んでいます。チュウリップの球根1500個やパンジーの苗の植え付けには、旭町小の5年生や馬橋高校の2年生が総出で協力。小学生や高校生にとっても、地域の大人とともにボランティア活動を体験できる貴重な機会であったようです。残念ながら、この夏の異常な暑さの影響か、花壇のコスモスの勢いはあまり良くありません。この花壇が一番輝くのはやはり春。来年も、パンジー、桜、チュウリップ、ジャーマンアイリスの季節には、地域ぐるみで育てた花が遊歩道を彩ることでしょう。(Nono)

こだわりの三ツ星 餃子のまんぷく



今年の8月にオープンした餃子の美味しい中華料理店を紹介しします。国道6号線を柏方面から松戸方面へ向かい、「根本内」の交差点を過ぎて少し行くと、左手に「福」という文字が目印です。座席数は約50席あり、ゆったりとした空間です。

お得意メニューは、一品料理(16種類)、お得意セット(22種類)、お得意餃子(一品)が並び、種類豊富に取り揃えてあります。餃子はお肉がたっぷり入って、ジューシーな旨みがあります。

お得意メニューは、一品料理(16種類)、お得意セット(22種類)、お得意餃子(一品)が並び、種類豊富に取り揃えてあります。餃子はお肉がたっぷり入って、ジューシーな旨みがあります。



たまりたお座敷席もあるのでご家族連れにもおすすです。メニューは、一品料理(16種類)、お得意セット(22種類)、お得意餃子(一品)が並び、種類豊富に取り揃えてあります。餃子はお肉がたっぷり入って、ジューシーな旨みがあります。

たいという欲張りさんにおすすです。たつぷり野菜で栄養バランスの良い食欲の秋を満喫させてくれるメニューです。

一品料理に、ライス・スープ・お新香などをセット(210円)で付けることもできます。お

曜日は、なんとビール＆サワーが半額です。食欲の秋、リーズナブルな価格で美味しい秋の味覚を思う存分味わってみませんか。(しんのすけ)

住所 松戸市小金きよし丘4-6-3
電話 047-341-1122
営業時間 11:00~23:00 (LO22:30)
 年中無休
駐車場 18台

UKIUKIクーポン
 餃子のまんぷく
 10月5日~31日迄
 ご飲食の方、餃子を1人前無料
 他券併用不可
 この券を切り取ってご持参下さい。

三ツ星 広告

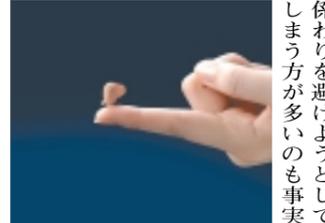
★「お店の営業案内」を「ベッ ト譲ります」希少レコード「10時~15時(雨天の場合、10月21日(日)に振替有料駐車場有場所/常盤平5丁目やまぶき公園 連絡先/加藤 047-389-8424

いがぐりくん
 ●秋の夕暮れ2

頑張れ商店会!!
 UKIUKIは松戸市内の商店会を応援します。
 [商店会の世話役の方へ]
 ●商店会の名称 ●連絡先 ●商店会の自慢できるところをご記入の上、ハガキ・FAX・メールでUKIUKI編集室までお送りください。抽選にて取材の上UKIUKIに無料掲載いたします。
 〒277-0053 柏市酒井根5-4-10-3F FAX 04-7176-8931 E-Mail ukiuki@yusmedia.co.jp

UKIUKI 編集室
 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

おらが郷土の自慢料理 大阪の郷土料理大募集!!
 あなたのふるさとの自慢料理のレシピを送ってください。UKIUKI紙上に紹介します。採用の方には薄謝進呈。
 〒277-0053 柏市酒井根5-4-10-3F UKIUKI編集室まで FAX:04-7176-8931 E-mail:ukiuki@yusmedia.co.jp



年をとれば耳が遠くなるのは仕方ないと諦めている方はいませんか。今回は聞こえの悩みに答えてくれる松戸で唯一の補聴器専門店「ハーモニー補聴器」を紹介しよう。

聞こえの衰えは自分ではあまり認めたくないものですが、加齢による聴力の低下は誰にでも起こりうる現象で、病気でなくても起こります。しかし、聞こえが悪くなると人との係わりを避けようとしてしまう方が多いのも事実

発見! こんなお店

ハーモニー補聴器(株) 松戸店
 長言葉。この補聴器をいきなり購入するのはなく、一ヶ月間試聴体験ができるのも、こちらの特徴です。たと思えるはずですよ。(江川 蘭)

- ★チェックシート★
- ①テレビの音が大きいと言われる
 - ②電話での声が聞き取りにくく、会話をする事が難しいと思う時がある
 - ③周りの人の声をもくもく聞こえたり、こもって聞こえたりする
 - ④銀行・役所・病院などで名前を呼ばれても聞き逃す事がある
 - ⑤長い会話の後に疲れたりイライラしたりする事がある
 - ⑥会話中、しばしば相手に聞き返す事が多い
 - ⑦聞く事が困難なために、新しい状況で不安を感じる事がある

最新のデジタル補聴器は驚くほど進化してきて、一昔前とは大違いです。「使う方の特徴・好み・要望を補聴器自身が記憶し、常に理想的な聞こえを提案いたします。使用者の生活に合わせて、感覚的な部分まで微調整を繰り返しながら微調整を繰り返して仕上げていきます」と店

チェックシートでひとつでも当てはまる方は気軽に相談してみましょう。もっと早く使えばよかったです。(江川 蘭)

住所 松戸市本町 18-4
NBF 松戸ビル3階
電話 047-368-4133
営業時間 9:00~18:00
 定休日/日曜・祝日
 HP: http://www.harmony-ha.com

UKIUKIクーポン
 ハーモニー補聴器(株) 松戸店
 10月5日~31日迄
 補聴器用電池 3パック
1000円
 この券を切り取ってご持参下さい。

ハーモニー補聴器(株) 松戸店
 長言葉。この補聴器をいきなり購入するのはなく、一ヶ月間試聴体験ができるのも、こちらの特徴です。たと思えるはずですよ。(江川 蘭)

ウィークリー情報

森のホール21
 ◆10月10日(水)14時30分 18時30分 大ホール
 「水森かおり コンサート2007 ~歌謡紀行~」
 全席指定 5,000円 ※未就学児不可
 ※お問い合わせ、RO-ON ☎047-365-9911

松戸シネマサンシャイン (シネマ1~7) ☎047-361-6511
 「ミス・ポター」「幸せのレシピ」「パーフェクト・ストレンジャー」「HERO」
 「スキヤキ・ウエスタン・ジャンゴ」「アサーとミニモイの不思議な国(吹替)」
 「ファンタスティック・フォー 銀河の危機(字幕)」「クローズド・ノート」「未来予想図」
 「ローグ・アサシン」「サウスパウンド」「Life 天国に君を連れて」
 ※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)
 ●秋の北海道展 10月3日(水)~10月8日(月・祝)(最終日18時終了)
 ●紳士ファッション大市 10月10日(水)~10月15日(月)(最終日16時終了)
 ●婦人スポーツブランドバーゲン
 ※お問い合わせ ☎047-364-1111(大代表)



とんかつ専門店 かつ波奈
ランチタイムはかつ波奈で決まり!!

人気NO.1 おすすめランチ 920円
 一番人気の「おすすめランチ」はヒレかつ・クリームコロッケ・ソースチーズかつ・ご飯・みそ汁・まぐろのカルパッチョ・お新香

女性に大人気 レディースランチ 920円
 女性に人気の「レディースランチ」は海老フライ・ヒレかつ・ご飯・サラダ・お新香・まぐろの山かけ・杏仁豆腐

これからおすすめ! バラかつ鍋ランチ 980円
 房総ポークの豚バラ肉をミルフィーユ状にかきねています。これからの秋・冬にかけて一味違ったかつを楽しんで下さい

健康ご飯 五穀米
 ランチメニューは他にも多数ご用意しております。ランチタイムは**トン汁・キャベツ・ご飯のおかわり自由!!**お友達・ご家族で心もお腹もイッパイにして下さい

かつ波奈 松戸六実店
 松戸市六実1-15-1
☎047-311-3787
 営業時間 11:00~23:00 (LO 22:30)
 ランチ 11:00~15:00 (ランチはありませぬ)

秋のキャンペーン 無料体験受付中!!
 10月31日まで

幼児英会話
 一歳半から!

☆入会金無料!(15,750円)
 ☆レッスン4回 無料チケットプレゼント!
 ☆素敵な英会話教材プレゼント!

振り替えレッスン制度有り

新松戸校
 千葉県松戸市新松戸4-35
 興学社学園新松戸ビル2F
☎047-309-5541

