

リゾート感漂う癒しの空間

松戸市常盤平双葉町14-13 TEL.047-384-5151

UKIUKI!

ウキウキする地域生活情報紙 12月14日 第257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

★高価買取宣言★

不用品何でも高く買います!
(新品・中古)

家電・家具・店舗用品など
不要品処分も徹底して!

何でも買取 さん ヒック★パーン

TEL:047-387-1980
383-5154

営業時間 10:00~20:00 松戸市六高台9-13-5 (道とんねん館さんナメライ)



バラエティあふれる鍋つゆ

①カレー鍋
マイルドな辛味が大きい

【お鍋】

寒い季節がやってくる「待ってました!」とばかりに食卓に登場するお鍋。大勢でお鍋を囲むと心も身体も、そしてお部屋もポカポカ。肉もお野菜も全部が主役のお鍋は、ヘルシーかつ栄養満点の万能メニュー。この冬は思い切って新しい味にチャレンジしてみませんか。



この季節には欠かせない「鍋」。写真はキムチ鍋

★基本の水炊きにアレンジ
ダシはかつお昆布や鶏スープ、つけだれはポン酢やゴマだれが一般的です。そこで新提案です。

★アレンジだけ
レモンとしょうゆをプラスして「明太マヨだれ」めんつゆのばして「梅肉だれ」や「にんにく生

**あったかメニュー
ポカポカお鍋
&
ホカホカ肉まん**

今回は「冒険」をテーマに「お鍋のレパートリーを増やそう」「肉まん作り」に挑戦!の2本立てでお届けします。

人にも子供にも大好評。具材も和洋問わずなんでも合います。シメはうどんや雑炊で。

②ふわりしゃぶ
しゃぶしゃぶ用に薄切りにされた豚肉が便利です。果汁の効いたポン酢でさっぱりとしたいただきます。

③豆乳鍋
まろやかでやさしい口当たり。豆乳を飲むのは苦手でも、豆乳鍋は好きという方も多いようです。

④肉まん作り
豚汁で作ったもので。これは筆者が勝手に考えた、ハマッているメニューです。一人用の土鍋に、鍋の残りつゆとご飯を入れ、ぐつぐつ煮ます。山芋をすりおろし、卵白を入れふわりするまで混ぜたら、鍋に入れて火を止め蒸らします。真ん中に卵黄をのせて、好みで七味やポン酢しょうゆなどをかけ、卵黄をくずしながらいただきます。もうひとつは写真が、前日のちなみに写真は、前日の

「肉まん作り」に挑戦!
北風がピューと吹くと恋しくなるのが肉まん。冷たい手でアツアツの肉まんを持った時の幸福感はたまりません。普段お店で買うことが多い肉まんですが、ひチャレンジしてみませんか。



この季節にもうひとつ欠かせないのが肉まん

①カレー鍋
マイルドな辛味が大きい

②寄せ鍋
定番ですね。でもこれまでは「しょうゆ」や「味噌」が主流でしたが、最近では「塩」ベースのものも

①キムチ鍋
ピリ辛味が食欲をそそります。辛いのが苦手な方、小さなお子さんがいらっしゃる家庭なら、マイルドタイプのものから試してみませんか?

②寄せ鍋
定番ですね。でもこれまでは「しょうゆ」や「味噌」が主流でしたが、最近では「塩」ベースのものも

③豆乳鍋
まろやかでやさしい口当たり。豆乳を飲むのは苦手でも、豆乳鍋は好きという方も多いようです。

④肉まん作り
豚汁で作ったもので。これは筆者が勝手に考えた、ハマッているメニューです。一人用の土鍋に、鍋の残りつゆとご飯を入れ、ぐつぐつ煮ます。山芋をすりおろし、卵白を入れふわりするまで混ぜたら、鍋に入れて火を止め蒸らします。真ん中に卵黄をのせて、好みで七味やポン酢しょうゆなどをかけ、卵黄をくずしながらいただきます。もうひとつは写真が、前日のちなみに写真は、前日の

⑤最後のシメ
このために鍋を食べると言っても過言ではないほど、シメが楽しみな方は多いはず。筆者もその一人です。雑炊、もち、うどん、そば、ラーメン、そうめんならそのままポキポキと入れて。中華風なら春雨やビーフン、洋風ならチーズを入れてリゾットにしたり、スープスパットにしたり、スープ

⑥進化する「個食鍋」
もともと単身者や一人暮らしの高齢者向けに開発された「個食鍋」ですが、最近ではファミリーでもそれぞれ好きな味を楽しめると人気です。

⑦水菜
春菊が一般的ですが、最近では「水菜」を選ぶ家庭が増えているようです。

⑧鍋豆腐
鍋用のしゃぶしゃぶ餅がかなり浸透してきましたが、この鍋豆腐というのは、薄切りにした高野豆腐のこと。そのまま鍋に入れるだけで、お刺身のように大根にじんじん、ごぼうなどをピーラーで薄く切るとお箸で取りやすく、食べやすいです。

貸収納 入庫者募集!!

安心 安全 安価

●24時間使用可 ●セキュリティシステム完備

ストックハウス八ヶ崎 全78室

Bタイプ	¥ 6,090	14室	Dタイプ	¥ 15,225	6室
Aタイプ	¥ 7,980	12室	Eタイプ	¥ 17,850	6室
Bタイプ	¥ 9,450	15室	Fタイプ	¥ 26,670	3室
Cタイプ	¥ 11,550	18室	Gタイプ	¥ 29,820	4室

お部屋スツキリ ストックハウス新松戸 全112室

お部屋スツキリ ストックハウス豊四季 10タイプ 全76室

お申し込みが早いほど好きな場所が選べます

太陽ハウス(株) 047-343-1113

スターツピタットハウス株式会社 04-7141-5881

7日間限定セール!!

12/14(金)・15(土)・16(日)
21(金)・22(土)・23(日)・24(月)

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。

手元から遠くまでスムーズ、快適。かけはずしのいらぬタイプ

遠近両用レンズ

Men's Sunfit 商品満載

Ladie's Eyenne 商品満載

境目なしで遠くも近くもこれ一本で視界良好!

■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)

超お買得セット

近視・遠視・乱視・老視用

セット内容
フレーム + ハードマルチコートレンズ + ケース

7日間限定価格 3,150円(税込)

■当店通常一式価格 4,500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

千里メガネ

千原メガネ

★八柱駅前店

メガネ一式割引クーポン券 500円割引券

メガネ一式割引クーポン券 1,000円割引券



文字広告編
例えはこんな使い方!
 ●フリーマーケット!
 明日から○○公園でフリーマーケット開催。リサイクル品・古着物多数出店予定あり。
 ●出店希望者まだ募集中!
 ☎047-000-0000
 ●サークル仲間募集!
 社交ダンス同好会募集
 初心者大歓迎・興味あるまで
 ☎047-7176-2747

方に見学のみ可能。○○公民館毎週月・水・金・日
 ☎047-000-0000
 ●他にも「お店の営業案内」「ペット譲ります」「希少レコード売ります」など使い方はあなた次第です。出店予定あり。
 合同版1行1200円
 松戸市全域へ情報発信! 問い合わせは編集室へ
 ☎047-7176-2747

頑張り商店会!
 UKIUKIは松戸市内の商店会を応援します。
 ●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

小金原老人福祉センター日舞
15周年記念の発表会
 日時/平成20年1月6日(日) 午前10:30開場 10:45開演
 場所/松戸市民劇場ホール
 どうぞお気軽にご来場ください。お待ちしております。
 ●お問い合わせ ●西川扇次富美 ☎047-349-3581

UKIUKI! 年賀状コンクール
 UKIUKIでは第6回「UKIUKI年賀状コンクール」を開催致します。応募方法は簡単。UKIUKI編集室に年賀状を出すだけ。印刷・写真・手書き・パソコン等どんな作り方でかまいません。優秀作品には賞品もあります。また応募者の中から抽選でUKIUKIエコバックをプレゼント。どしどし応募ください。
 ●UKIUKI編集室に年賀状を出すだけ。
 ●表面差出し人欄に、住所・氏名・年令・職業をお書きください。
 ●締切り/平成20年1月4日(金)到着分まで。
 ●発表/平成20年1月11日(金)発行のUKIUKIで行います。
 ●応募先/〒277-0053 柏市酒井根5-4-10「UKIUKI編集室」まで

(1) ページからのつづき
***作り方**
 ① ボールにイーストだねの材料を入れて混ぜ、10分くらいおいてふんわりさせる。
 ② 粉を合わせたボールに、イーストだね、牛乳(室温)、サラダ油を入れ、菜箸で混ぜ合わせる。
 ③ 手のひらで表面がなめらかになるまでよくこねる。
 (約5分)
 ④ 丸く形を整えラップをして2倍に膨らむまで発酵させる(約30分。寒い時期は湯煎するとよい)。
 ⑤ 発酵を待つ間に具を作る。ひき肉みじん切りにした野菜、調味料を混ぜ合わせる。
 ⑥ 生地を10等分し丸める。
 ⑦ 打ち粉をした台に生地をのせ、めん棒で直径約10cm

肉まんの作り方



① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
出来上がり!
 (杉ちゃん)

「生地の中央に具をのせ、ひだを寄せて包み、5cm角に切ったクッキングシートの上のせる。」
 十分に蒸気が上がった蒸し器で18分強火で蒸す。
***材料(6個分)と作り方**
 /薄力粉200gとベーキングパウダー、砂糖各大さじ1にぬるま湯2分の1カップを加えて混ぜ、なめらかになるまでこねる。あとは具を包んで蒸すだけ。発酵いらずで手軽です。具の味付けはシウマイのような感じ。具材はたけのこ、貝柱、キャベツ、玉ねぎなど冷蔵庫にあるものでOK。餃子を包んで餃子ドッグにしたり、もちろんあんまんやカレーまんにしてもいいですね。もう蒸し上がりが待ちきれない!(杉ちゃん)

ENJOY サークル
フルートアンサンブル
花音(かのん)
 「フルートアンサンブル花音」は10年前、聖徳大学の公開講座で1年間フルートアンサンブルを受講した方々が、翌年結成したサークルです。最初に練習した曲がパッパレルの「カノン」だった

ことから「花音(カノン)」と命名。優雅なフルートの音色が今にも聞こえてきそうな素敵なネーミングですね。発足当初からのメンバーを含めて、現在30代から70代まで7名のメンバーが活動中。小学生時代からフルートを習っていたという方から50代で初めて個人レッスンを受けてフルートに魅せられたという方までさまざまですが、メンバーの奏でるハーモニーは心地よく耳に響きます。毎週金曜日のレッスンのうち、月に2回は講師にいらしていただきます。指導して下さるのは谷田部先生。この日は基礎練習に続いて、年明けに出演予定の音楽祭での演奏曲に取り組みました。曲目は「アイネ・クライネ・ナハトムジーク」

「魅惑のワルツ」など3曲。クラシックからポピュラーまで趣の異なる3曲を、曲ごとにパートを入れ替えて練習します。谷田部先生の的確な指導をすぐに演奏で修正できるのは皆さんのレベルが高いからでしょう。「谷田部先生に教えていただいたことを翌週の自主練習で復習していますが、これがとても良いリズムを作っています。自主練習の時はワイワイガヤガヤ賑やかなんです。和気あいあいとアンサンブルを楽しんでいます」とお世話役の武藤さん。
 1月27日、流山市生涯学習センターで開かれる流山市音楽祭に「フルートアンサンブル花音」も出演します。年内の練習は今日が最後。発表会を控えてムードも盛り上がっていますよ。新年の吹き初めは11日。見学大歓迎です。お問い合わせ ☎047-340-2778 武藤 (Nono)

発見! かわいいお店
 ハワイアンファッション & ティーン
 日本中に多くのファンを持つ「フラダンス」。今回はその優雅な美しさを更に引き立てるハワイアンファッションのお店を訪ねてみました。
 二十世紀が丘にある「ナニプア」はハワイ好きの店長夫婦の長年の夢が結実した店で2年前にオープンしました。店名の「ナニプア」はハワイの現地語で「美しい花」という意味だそうです。店内にはハワイアン

こちらの一番の特徴は、ウスカートと同じ模様のTシャツが上下セットで揃うということ。更に普通のTシャツは後ろのどちらかに模様がプリントされていますが、こちらのTシャツは両側にプリントされているのです。それもスカートと同じ柄で前後ラメ入り模様がめずらしいと思いませんか。「Tシャツを自社縫製

しているからできる上下セットアップのファッションを直接お確かめください」と店長の言葉。その他、レイをはじめ小物も可愛いものがたくさんあります。多くの小物はハワイ現地で買付けをするほど、こだわりを持っていきます。中でも貝を細工したシェルチョーカーはこれからの時期に活躍するニットセーターのアクセントにもおすすめです。
 隣の「ティーン」はミセス向き婦人服のお店で、入り口は別ですが中でつな落ち着いた色柄のお手頃価格の婦人服が並んでます。「ナニプア」で常夏のハワイアンファッションを揃え、「ティーン」で冬物のコートやセーターを揃えることができますよ。
 今回付けていただいたクーポンは店内の商品ならクーポン1枚で1点が

住所
 松戸市二十世紀が丘萩町215
 ☎047-362-5515
営業時間
 10:30~18:30
 定休日/日・祝祭日
 (イベント等で臨時休業あり)

UKIUKIクーポン
 ナニプア ティーン
 12月14日~28日迄
クーポン1枚で商品1点 10%OFF
 この券を切り取ってご持参下さい。

珈琲豆販売
クリスマスフレンドで素敵なひとときを...
 深めの焙煎でチョコレート風味のコーヒーです。ケーキとの相性は抜群!この時期おすすめの限定商品です!ご家庭にもギフトにもどうぞ!
 大袋500g 小袋250g 大袋500g 小袋250g
 ★会社deコーヒー 900円 ★カフェラウンベルベット1,500円 1,000円 ★エルガバルド尔蒙テシオン 1,800円 1,200円
 ★カフェホーボーキング 1,200円 800円 ★コストリカ・カフェイン1,800円 1,200円 ★めいぶるのケニア(イグサ) 2,000円 1,300円
 松戸市二十世紀が丘梨元町28-3
 ペアビル二十世紀1F 12/31~1/4まで休業
 TEL.047-391-3943 営業時間...11:00~19:00
 定休日...月曜 **スタッフ・バリスタ募集中!**
 URL...http://www.cafe-maple.com/ E-Mail...mail@cafe-maple.com/

イタリアンレストラン SPIGA
こだわりの生パスタを...
 もちもちした食感が美味い生パスタは、デュラム小麦の良質な部分だけを使用し造られたこだわりの麺。60種類の生パスタ料理や自家製ピッツァ、一品料理も豊富に揃う「スピガ」で楽しい時間をお過ごしください。
 住 松戸市松戸1176-4
 ☎047-369-0607
 営 11:00~22:00
 年中無休(年末年始を除く)

ケーキセット
 好評! お好みのケーキ&ドリンクパーでくつろぎの時間を! 550円 11:00~22:00

各種パーティー
 貸切OK! ご予算に合わせたアレンジ料理や飲み放題でのパーティーはいかが!? 2名様~70名様迄 1,700円~

UKIUKIクーポン
ドリンクバー 無料
 お食事された1テーブル全員の方 ※H20.1.31迄有効 ※コピー可

