

お得なチラシの印刷あります

トクトクパック.コム

お問合せは ☎0120-936-340 まで
詳しくはHPをご覧ください
<http://www.tokutokupack.com/>

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

ウキウキする地域生活情報紙 7月17日 第334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

松戸市内「チラシポスティング」のご案内

松戸市内を442区域に分割
ご自由に配布区域を選べます
※5,000部以上からの受付となります

ご用命・お問合せはフリーダイヤルへどうぞ
☎0120-936-340 取扱代理店 (株)ユースメディア

どこまでも続く緑の木立を通り抜ける「アウトドアセンター受付棟」があります。ここではバーベキュー場や、野外生活キャンプ練習場を利用する人の食材や資材の



緑の木立の入口付近

物の生ビール(410円)もあり。炭・まき、着火剤などの燃料、鉄板、網炭、パサミ、包丁、まな板、さいばし、お皿などなど、用具や資材も有料ですが、すべて完備

自然を守り育てる。自然を生かす智慧ある暮らしを考へることを目的としていますが、約9000平方メートルの敷地を有するアウトドアセンターがあるのをご存知でしたか? 緑に囲まれた木もれ陽の森「バーベキュー場」は、自然の中での野外生活を通じて「自然を知り、自然に学び」アウトドアアクッキングやキャンプ生活を楽しめるように設備や受入れ体制が完備されています。



予約できる食材 (写真は5名様分)

販売・設備と用具のレンタルなどのサービスを提供しています。「バーベキュー場」は「21世紀の森と広場」が計画理念として平成5年4月29日に開園しました。

夏はアウトドアでバーベキューを楽しもう!

暑い夏がやってきました。緑と自然がいっぱいのアウトドアで、家族や親しい仲間たちとバーベキューを楽しみませんか。ビタミンB1がたっぷりの豚肉をはじめ、お肉と野菜をしっかり食べて、元気な夏を迎えませんか。



焼けたかなあ! (屋根付炉)

屋根付炉は屋根が付いて、鉄板と網目(飯ごう、なべ用)の炉が2つ備え付けてあり、テーブルとイス完備で1炉10名様まで1000円です。野外炉は文字通り、緑



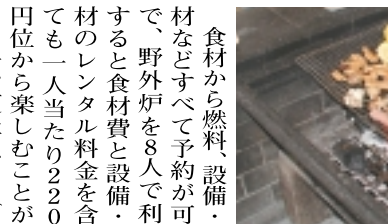
炊事場のある屋根付炉

燃焼禁止や公園内は動物の糞尿の処理など、ご確認してください。



緑の中の野外炉

食材から燃料、設備・資材などすべて予約が可能で、野外炉を8人で利用するのレンタル料金を含め、一人当たり2200円位から楽しむことができます。夏休み中(7月21日~8月20日)の営業時間は、朝9時から夕方5時30分までですが、他の季節では時間変更させていただきますのでご確認ください。食材手配など含めてすべて1週間前までの完全予約制のため、必ず別



美味しく焼けたあ!

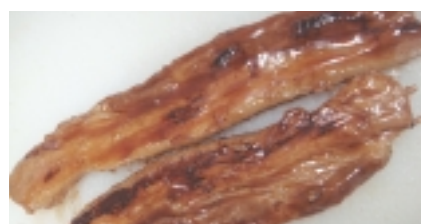
豊かな自然の中に網目の炉(飯ごう、なべ用)が1つ備え付けてあり、鉄板の使用もOK、炉の周りにはベンチが置いてあり、1炉8名様まで600円です。



野外炉

21世紀の森と広場

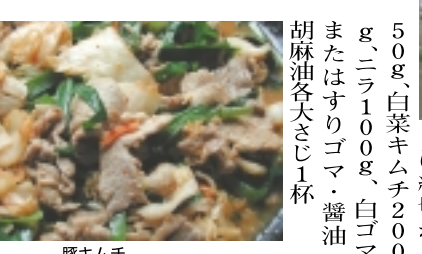
◎問い合わせ先
アウトドアセンター受付棟
TEL.047-385-1815
047-384-2234



豚バラ蒲焼き

★豚バラ蒲焼き
◎材料: 豚バラ肉(厚さ1センチ位を2枚・約200g)、調味料150cc 醤油・味醂・水を各50cc 十カラメ糖30g、日本酒

- ① 豚肉、キムチ、ニラを3~4センチに切る。
- ② 鉄板に胡麻油を引いて豚肉を炒める。(ほぼ火が通ったら)
- ③ ニラを加え、炒める。
- ④ 醤油、キムチを加え少し炒め、白ゴマまたはすりゴマを加える。(2ページへつづく)



豚キムチ



ワイワイガヤガヤ (野外炉)

記の問い合わせ先へ照会の上、詳細を確認してルールを守って楽しくご利用ください。

- 「家庭でできる、美味しく簡単バーベキュー料理」
- ① 水に日本酒を加え、煮立ったら、豚肉を20分茹でる。この時、豚肉が反り返らないよう茹でる前に、縦に2本串を刺しておく。
 - ② 茹で上がった豚肉を調味料に漬けて冷蔵庫で一晩寝かしておく。
 - ③ 食べる直前に焼き上げる。
- ★豚キムチ
◎材料: 豚バラ肉または細切れ肉250g、ニラ100g、白ゴマ50g、白菜キムチ200g、ニラ100g、白ゴマまたはすりゴマ・醤油・胡麻油各大きじ1杯

感謝!! 創立30周年

自宅で訓練できます

夏休みに視力訓練を!

資料即日送付!! 自宅訓練が可能です。 当センターは地元のコアテレビで紹介されました。

初回の相談無料です!! 当センターは毎日新聞で紹介されました。 厚生労働省認可の医療器具を使用

こんな喜びの声をいただきました。

“日本航空パイロットに合格”

首都大学東京四年 小西 里和子

子供の頃からパイロットになるのが夢でした。その為、視力には気を使ってきましたが、大学受験の約半年の間に視力が1.5から0.3まで落ちてしまいました。当時、身体検査基準が緩和され、受験条件は満たしていたものの、「手術をしない限り視力は回復しない」と告げられ、ショックで眼の前は真っ暗でした。そんな時、母がHPで松戸センターの事を知り、半信半疑で訪ねました。5つの視力測定の結果、「トレーニングをすれば必ず良くなる!」という茂村所長の言葉を信じてトレーニングを続け、半年経つ頃には両目とも1.0にまで視力が回復しました。それから3年、採用試験の身体検査では最難関と言われる眼科項目で再検査項目を1つも出さず通過し、全試験を無事合格することが出来ました。初心忘れず、努力し続けるパイロットになりたいと思います。(平成21年2月記)

「あきらめずに目標を持って下さい」 [所長: 茂村靖宣 プロフィール]

【所長のひとこと】
「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した訓練生を問わず、仕事にも自熱が入ります。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。」

昭和39年 九州国際大学卒業
昭和59年 早稲田大学卒業
平成11年 早稲田大学卒業
平成13年 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

■職歴
三菱化学株式会社に23年間勤務、三菱化学総合研究所在籍中に視力について学び、日本視力訓練協会認定の視力訓練士として松戸視力訓練センターを運営。30年間(2009年現在)従事している。昭和60年には千葉視力訓練センターを運営し現在に至る。

■資格
◎厚生労働大臣の登録を受けた医療機器販売管理者登録番号/管第36615号
◎高校教師「社会科・商業科」免許取得
◎中学校教師「社会科」免許取得

日本視力訓練協会加盟

松戸視力訓練センター

フリーダイヤル ☎0120-012993

創立30年 ☎047-366-0771

受付時間
平日・土曜 10時~19時
日・祝日 10時~17時
定休 月・火(祝日は営業)

イトーヨーカ堂 松戸駅前徒歩2分
三井住友銀行 松戸駅前徒歩2分
バスターミナル
市役所 市役所前
市立図書館 市立図書館前
マドモアゼル 松戸駅前
イトーヨーカ堂 松戸駅前
イトーヨーカ堂 松戸駅前

松戸市松戸1241(和興ビル4F)

いがぐりくん 熱帯夜

ふーみん
今日も暑いねー
夜まで暑いな
寝れなくて
目が覚めた
あんなに暑いな
寝れなくて
目が覚めた
あんなに暑いな

文学広告欄
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
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
04-7176-2747

●松尾
★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」など使い方はあな次第です。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

発見！こんなお店

スポーツ用品店
まぐすべ〜す

今年5月にオープンしたばかりのスポーツ用品店「まぐすべ〜す」を訪ねてみました。松戸駅東口徒歩5分あり、こだわりの品揃えのお店です。こぢんまりとした店内ですが、スポーツ・カジュアル・セレクト・ショーツと銘打つように店長選りすぐりの品が並んでいます。商品はアディダスやプーマといったメーカー・ブランド品を中心に、また、おなかを冷やさないレディース水着・紫外線カット率98%のシャツ、消耗品の靴下など良い商品を安く手に入れることができているのが嬉しいですね。スポーツもおしゃれに楽しみたいものです。お気に入りスタイルでス

先月末までオープンセールの第一弾が行われたのですが、今月24日より第二弾が予定されています。アウトレット価格より更に全品10%オフでの販売が実施されますので、見逃せませんよ。更にウキウキポイント持参ならこれからの時期に欠かせないUVカットのサングラスが50%オフになりますので、ウキウキ価格にウキウキ気分になることでしょう。お気軽に入

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! 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 FAX 04-7176-8931

UKIUKIクーポン

まぐすべ〜す
7月17日~7月28日迄
UVカットサングラス 50%OFF

この券を切り取ってご持参下さい。

今日も暑いねー
夜まで暑いな
寝れなくて
目が覚めた
あんなに暑いな
寝れなくて
目が覚めた
あんなに暑いな

UKIUKI! 編集室

〒277-0053 柏市酒井根5-4-10-3F
04-7176-2747 FAX 04-7176-8931

住所 松戸市小根本27
フェリス丸山1階
047-703-5831

営業時間 10:00~19:00
定休日/水曜日

今日も暑いねー
夜まで暑いな
寝れなくて
目が覚めた
あんなに暑いな
寝れなくて
目が覚めた
あんなに暑いな

おらが郷土の自慢料理

愛知の郷土料理大募集!!

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

虫ハカセになろう!

かつての夏の風物詩、虫採集に熱中する子どもたちの姿も、近ごろあまり見かけなくなりました。虫が少なくなってきたのか、それとも、子どもも毎夏開催しています。

ネイチャーガイドの柄澤保彦さんと「根っ子の会」の皆さんが、芝生広場に雑木林、湿原での虫採集が始まりました。アミを手につくって、アミを手に探しが始まりました。アミを手に探しが始まりました。アミを手に探しが始まりました。

鳥彩々 7月6日から新メニュースタート

2名様からご予約承ります

ランチに新メニュー登場

- 彩り御膳 950円
- 和風きのこ鍋かけオムライス 900円
- 冷し担々うどん 900円

全品ドリンク付

予約限定メニュー

- 懐石弁当 1,500円
- 特別御膳 2,000円

夜 自慢の焼鳥・つくね・鶏料理
サラダ・食事・お酒もどうぞ!

彩り御膳...¥950

虫の観察会のご案内

◎日時/8月3日(月) 9時~11時30分
◎場所/根木内歴史公園芝生広場
◎持ち物/飲み物・汗ふきタオル・帽子
あれば虫カゴ・虫アミ・虫メガネ

◎参加費/無料
◎問い合わせ
「根っ子の会」三嶋
047-343-8041 (午後7時以降)

鳥彩々 松戸西口駅前店

松戸市本町4-8 芳風建物1・2階
047-308-3300

営業時間 11:30~14:30(L.O14:00)
17:00~23:30(L.O22:30)
休 日 16:00~23:30(L.O22:30)

超お買得セット

近視・遠視・乱視・老眼用

セット内容
フレーム+ハードレンズ+ケース

7日間限定価格 3,600円(税込)
■当店通常一式価格 4,500円(税込)

7日間集中特価セール!!

7/10(金)・11(土)・12(日)
17(金)・18(土)・19(日)・20(祝)

当店通常特価より更に
店内全品 20% OFF

※有名人気ブランド品もレンズ無料で全て20%off

形態安定フレームも
レンズ付きで大特価!!

使い勝手 No.1の
人気商品

しなやかで
型くずれしにくく、
ソフトな掛け心地

■当店通常一式価格 16,800円(税込)
7日間限定価格 クーポン持参の方に限り 12,940円

遠近両用メガネセット

一本で楽々!

遠近両用のメリット

- ①遠くから近くまでハッキリ見えて快適!
- ②かけはずしがいらないので便利!
- ③鏡目がなくて見ためもスッキリ!
- ④視線の移動だけでスムーズに見える!

★1日中かけたまま、お買い物や家事、パソコン、読書などこれ1本で便利にご使用いただけます。

境目なしで遠くも近くも
これ1本で視界良好!

Men's 商品満載
■当店通常一式価格 10,500円(税込)
7日間限定価格 8,400円(税込)

Ladie's 商品満載
■当店通常一式価格 10,500円(税込)
7日間限定価格 8,400円(税込)

八柱駅北口ロータリー扱い "PENTAX薄型非球面UV防汚レンズ"又は"HOYA遠近両用ハイビジョンコートレンズ"付で超特価!

快適な視生活をお約束!
八柱駅北口徒歩0分 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

メガネ一式1万円(税込)以上お買上げの方、メガネ一式2万円(税込)以上お買上げの方
500円割引 1,000円割引

有効期限 2009年7月23日(木)まで

