



無料 Free ウキウキする松戸の生活情報紙 3月27日 第610号

発行部数 松戸東北版 98,000部 松戸東南版 (国道6号線より東側の松戸市全域) 松戸西版 52,000部 (国道6号線より西側の松戸市全域)

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

カンタン愉しく作りたい! おうちランチ



春キャベツのミルクスープ 春キャベツはやわらかくて甘いので大きめにカット。子供が小さいときは...

焼肉丼 約10分で作れるスピード丼です。上のせりぎが準備できたならセルフでトッピングするのも楽しそうです

今回ご紹介するのは、記者の回りの母たちが実際に作って重宝しているというメニューです。材料は、春休み中ということ...

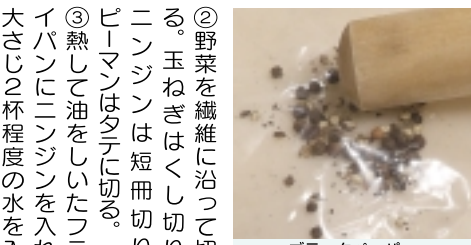


母直伝 ランチ おうちランチ ハルウララ。休みの日が続き、そろそろゴハンのレシピもマンネリしてきたでしょうか。

新玉ねぎと牛肉のブラックペッパー炒め 新玉ねぎも甘みがあっておいしいですね。旬のタケノコを入れるなど具はお好みです。

プロッコリーのチーズ焼き あじさいネギまたは矢切ネギも2本

松戸のネギごはん 松戸名産のあじさいネギまたは矢切ネギをダイスカットに味つけ一品



マヨネーズ マヨネーズは一口大にカットし、固めに茹でて冷水にとってから、よく水分をきる。



プロッコリーのチーズ焼き 器にも準備は小さいお子様でもできそう。一箇でたえのある緑の野菜をもっと食べて! と思いついてみたら、特に好きではない食材だったのに今ではリクエストしてきます

松戸のネギごはん 松戸名産のあじさいネギまたは矢切ネギをダイスカットに味つけ一品

プロッコリーのチーズ焼き 器にも準備は小さいお子様でもできそう。一箇でたえのある緑の野菜をもっと食べて! と思いついてみたら、特に好きではない食材だったのに今ではリクエストしてきます

初學者対象 2ヵ月全8回 無料受講券プレゼント 彩きもの学院

ServiceMASTER ダスキンのハウスクリーニング 台所用スポンジ

漢方相談 早く何とかしたい! 1ヶ月で-3kg、2ヶ月で痩せ体質に!

ガス給湯器設置のスペシャリスト 給湯器プロ.com





①冷凍パイシートを常温で溶かしておく。オーブンで200℃で予熱しておく。

②カボチャはカットして茹で、潰す。塩一つまみと生クリームで滑らかにする。

③①のパイシートは適当な大きさにカットする。



④パイシートの半分の上に、端1〜2cm。内側に具を多めにのせる。

⑤パイシート片側を具の上に折り、具の部分を軽く押さえ空気を抜くように端をくっつける。

⑥さらに、フォークの先端を使って端をぎゅっと押し、パイ表面に溶き卵をはけで塗る。

⑦予熱しておいたオーブンに⑥を入れ、約20分焼く。

以前「これ食べたい!」コーナーで紹介した、テラスモール松戸1階にある北野エースさんのSNSで見つけました。材料にあるKSとは、北野エースオリジナルブランドです。

⑥①のオーブンに⑤を入れ、約20分焼く。串を刺して卵液が出てこなければできあがり。

※クッキータルトはパイシートでも代用できます。具を変えてみるのもいいですね。

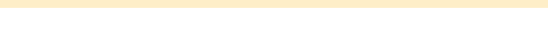
指導される中野正雄講師は松戸市社会教育団体に登録され、八ヶ崎を拠点に活動されています。「敬老会」などで自慢の美声で拍手・喝さいを受けているのを何度も拝見しています。

サークルは年齢を問わず10人前後で和気あいあい。女性の方が多いのですが、男性の方もいます。高齢者の方は、体調に合わせて歌を楽しまれています。仲間と一緒に行動で気遣いや、大きな声で歌うと横隔膜に刺激を与え、さらに身体を動かすことで体力維持と老化防止・健康な体作りにもなります。さらに歌詞を覚えるなど脳を活性化させボケ防止にもなります。歌はその曲が流行した時代の自分に返ることができます。特に青春時代に歌った曲など口づさむと心がわくわくしませんか。

「歌は心の散歩道、あの歌この歌思い出に乗せて今日も楽しく歌いましょ」を合言葉に演歌と歌謡曲を楽しんでいるサークルです。

見学する人も大歓迎です。人生100年時代。若さを取り戻すため心に太陽・唇に歌を求めて一度参加されてはいかがでしょうか。

（お富さん）



過年度撮影

④パイシートの半分の上に、端1〜2cm。内側に具を多めにのせる。

⑤パイシート片側を具の上に折り、具の部分を軽く押さえ空気を抜くように端をくっつける。

⑥さらに、フォークの先端を使って端をぎゅっと押し、パイ表面に溶き卵をはけで塗る。

⑦予熱しておいたオーブンに⑥を入れ、約20分焼く。

⑧材料(タルト6号分)クッキータルト6号:1個

●材料(タルト6号分)

KSスモウサーモン:数枚

ほうれん草:2〜3束

玉ねぎ:1/2個

ピザ用チーズ:適量

塩こしょう:少々

オイル:適量

卵:2個

生クリーム:100ml

塩:少々

⑨鍋にごま豆腐、牛乳、砂糖を入れて溶かす。

⑩砂糖を容器に流し入れ、⑨を冷たい。

⑪粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やす。

⑫材料(一人分)

KS高野山ごま豆腐:1個

牛乳:100ml

砂糖:大さじ3

ホイップクリーム:適量

ペパーミント:適宜

●黒豆ケーキ

●材料

(A)

KS丹波黒(黒豆):80g

ラム酒:大さじ1〜2

豆乳:150g

溶かしバター:15g

てんさい糖:20g

(B)

米粉(製菓用):120g

アーモンドパウダー:20g

ベーキングパウダー:小さじ1.5

⑬作り方

⑭(A)の材料を全部混ぜ合わせる。

⑮(B)を一緒にふるいにかき、⑬に加え、⑭に混ぜる。

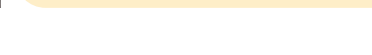
⑯クッキングシートを敷いた型やカップケーキ型に流し込む。丹波黒は一部残してこの時にトッピングしてもよい。

⑰160℃に予熱しておいたオーブンで30分焼き、粗熱をとる。

※材料を混ぜるだけなので、卵と小麦粉を使わないのでアレルギーのアレルギーの卵も小麦粉も使わない、軽い口当たり黒豆ケーキ

前回は、800mほど「東千葉」駅寄りに位置していたことをご存じでしょうか?

千葉駅は明治27年開業し、戦後、国鉄時代の駅舎は、山型屋根が印象的な地上駅でした。ではなぜ移転したのか? 移転前の地図を見て頂きたいのですが、当時、東京方面から来た列車が、千葉駅から成田方面へ向かうには、そのまま直進出来ましたが、千葉駅から房総方面へ向かう列車は、スイッチバックをする(列車の進行方向を変える)必要があります。その面倒を解消するため、線路沿いを東千葉駅方面に歩いて行くと、千葉市民会館周辺の歩道脇に「ここに千葉駅ありき」の石碑があります。余りにも石碑が風景に馴染んでいて歩行者ですらなかなか気づかないでしょう。もちろん駅舎は跡形もありません。



ここに千葉駅ありき(旧千葉駅記念碑)

●材料(1個につき山盛り大さじ2程度)

冷凍パイシート

カボチャ:適量

あずき:適量

レトルトミートソース:1パック

チーズ:適量

クリームチーズ:適量

とき卵:適量

作り方

※時間や温度はパイシートの袋裏の表示を参照。

①オーブンを200℃で予熱しておく。

②フライパンにオイルをひき、玉ねぎ、ほうれん草を炒める。

③粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やす。

④②をクッキータルトにまんべんなくしき、③の卵液を流し入れる。

⑤飾りのサーモンとチーズをのせる。

⑥作り方

⑦鍋にごま豆腐、牛乳、砂糖を入れて溶かす。

⑧砂糖を容器に流し入れ、⑦を冷たい。

⑨粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やす。

「歌は心の散歩道、あの歌この歌思い出に乗せて今日も楽しく歌いましょ」を合言葉に演歌と歌謡曲を楽しんでいるサークルです。

見学する人も大歓迎です。人生100年時代。若さを取り戻すため心に太陽・唇に歌を求めて一度参加されてはいかがでしょうか。

（お富さん）



過年度撮影

①冷凍パイシートを常温で溶かしておく。オーブンで200℃で予熱しておく。

②カボチャはカットして茹で、潰す。塩一つまみと生クリームで滑らかにする。

③①のパイシートは適当な大きさにカットする。

④パイシートの半分の上に、端1〜2cm。内側に具を多めにのせる。

⑤パイシート片側を具の上に折り、具の部分を軽く押さえ空気を抜くように端をくっつける。

⑥さらに、フォークの先端を使って端をぎゅっと押し、パイ表面に溶き卵をはけで塗る。

⑦予熱しておいたオーブンに⑥を入れ、約20分焼く。

⑧材料(一人分)

KS高野山ごま豆腐:1個

牛乳:100ml

砂糖:大さじ3

ホイップクリーム:適量

ペパーミント:適宜

●黒豆ケーキ

●材料

(A)

KS丹波黒(黒豆):80g

ラム酒:大さじ1〜2

豆乳:150g

溶かしバター:15g

てんさい糖:20g

(B)

米粉(製菓用):120g

アーモンドパウダー:20g

ベーキングパウダー:小さじ1.5

⑬作り方

⑭(A)の材料を全部混ぜ合わせる。

⑮(B)を一緒にふるいにかき、⑬に加え、⑭に混ぜる。

⑯クッキングシートを敷いた型やカップケーキ型に流し込む。丹波黒は一部残してこの時にトッピングしてもよい。

⑰160℃に予熱しておいたオーブンで30分焼き、粗熱をとる。

※材料を混ぜるだけなので、卵と小麦粉を使わないのでアレルギーのアレルギーの卵も小麦粉も使わない、軽い口当たり黒豆ケーキ

①オーブンを200℃で予熱しておく。

②フライパンにオイルをひき、玉ねぎ、ほうれん草を炒める。

③粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やす。

④②をクッキータルトにまんべんなくしき、③の卵液を流し入れる。

⑤飾りのサーモンとチーズをのせる。

前回は、800mほど「東千葉」駅寄りに位置していたことをご存じでしょうか?

千葉駅は明治27年開業し、戦後、国鉄時代の駅舎は、山型屋根が印象的な地上駅でした。ではなぜ移転したのか? 移転前の地図を見て頂きたいのですが、当時、東京方面から来た列車が、千葉駅から成田方面へ向かうには、そのまま直進出来ましたが、千葉駅から房総方面へ向かう列車は、スイッチバックをする(列車の進行方向を変える)必要があります。その面倒を解消するため、線路沿いを東千葉駅方面に歩いて行くと、千葉市民会館周辺の歩道脇に「ここに千葉駅ありき」の石碑があります。余りにも石碑が風景に馴染んでいて歩行者ですらなかなか気づかないでしょう。もちろん駅舎は跡形もありません。

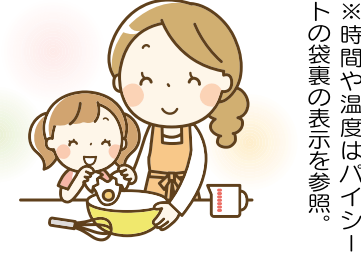


ここに千葉駅ありき(旧千葉駅記念碑)



ソースは端につかないように

「休みだからこそ作ってみたい!」オシャレなのに難しくない!と「クッキータルト」を



※時間や温度はパイシートの袋裏の表示を参照。

①オーブンを200℃で予熱しておく。

②フライパンにオイルをひき、玉ねぎ、ほうれん草を炒める。



左はチーズを乗せる前

③粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やす。

④②をクッキータルトにまんべんなくしき、③の卵液を流し入れる。

⑤飾りのサーモンとチーズをのせる。

⑥作り方

⑦鍋にごま豆腐、牛乳、砂糖を入れて溶かす。

⑧砂糖を容器に流し入れ、⑦を冷たい。

⑨粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やす。

「歌は心の散歩道、あの歌この歌思い出に乗せて今日も楽しく歌いましょ」を合言葉に演歌と歌謡曲を楽しんでいるサークルです。

見学する人も大歓迎です。人生100年時代。若さを取り戻すため心に太陽・唇に歌を求めて一度参加されてはいかがでしょうか。

（お富さん）



過年度撮影



# ジュエリーの修理・リフォーム

この道  
40年の  
大ベテラン!



## ご来店されたお客様の声

- 他のお店を何ヶ所か回りましたが、ゴールドストーンさんでの査定額が一番高く、買取をお願いしました。ご主人の対応も良く、入りやすい雰囲気なので良かったです。
- こんなものまで!?という品物も、しっかりと査定してくれました。もっと早く持ってくれば...と思いました。
- ネックレスの修理をお願いしました。驚くほど安く修理してくれて大満足です。

金・銀・プラチナ・ダイヤ  
専門店ならではの  
**高価買取!**

格安で  
承ります

## ジュエリーの修理・リフォーム・制作

- ◆ チェーン切れ ◆ 糸替え ◆ **1,000円~**
- ◆ 新品仕上げ ◆ サイズ直し ◆

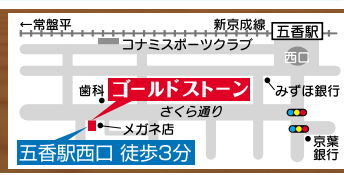
◆お見積・査定無料◆  
出張無料査定も承ります

高価買取・ジュエリー修理加工

# ゴールドストーン

千葉県松戸市常盤平5-6-3  
営業時間/10:00~18:00  
定休日/日曜、祝日

047-710-6346

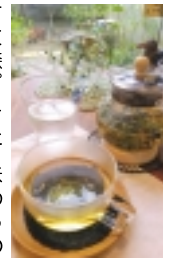


閑静な住宅街。白い壁のお家にかかる「雑貨カフェ」の看板に誘われて階段を上ると、おしゃやれに植栽されたお庭が迎えてくれます。

奥の扉を開けると、「あれっ、森のカフェ」。大きなガラス窓の外はま

# 松戸ウォーカー

雑貨・カフェ  
Tree-B



「リースケーキはちよっと苦手」と言う人もうなせませ。オーナーが試行錯誤を重ねて完成させた逸品を是非召し上がれ!

カフェを飾る雑貨にも注目。洋服やストール、バッグやポーチ、そして海を渡ってやってきた異国の小物たち...。作家さんたちがそれぞれ丹精込めて作った一点ものとの「出会い」があるかも。実はこのオーナー、ワイヤアートの作家でもあるのです。

日頃の疲れをそっと溶かしてくれる草花茶や柚子ティーもうれしいね



住所  
市川市国府台6-14-3  
047-371-1849

営業時間  
13:00~18:00

定休日/日・月・火・水曜日  
(1月と8月はお休みです)

UKIUKIクーポン  
雑貨・カフェ Tree-B  
4月25日迄  
チーズケーキ  
セット  
**100円引**

この券を切り取って  
ご持参下さい。

最新号はもちろん、見逃した人気コーナーをもう一度

# パソコンで見る「Web UKIUKI」

<http://www.webukiuki.com/>

または

上記URLより過去のウキウキ紙面を閲覧することができます。  
「毎回必ずファイルしていたのに...」「もう一度見たい!」  
などという方は必見! 新たな発見があるかも!

※一部閲覧できない号もございますが随時閲覧可能となりますので、予めご了承ください。

UKIUKI! 次号発行のお知らせ

次号のUKIUKIは、  
4月10日(金)となります。

UKIUKI編集室

●「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。

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

新しい「畳」で快適生活

畳・ふすま・クロスなど細かい事から  
**全面リフォーム** まで承ります

見積り、お気軽にお電話ください。

信頼 実績 高い技術力

松戸特別技能功労賞受賞

(有)池田畳店  
松戸市新松戸4-188  
TEL 047-344-7863



**東漸寺のしだれ桜**  
東漸寺は小金、旧水戸街道沿いにある530年の歴史をもつ浄土宗のお寺です。樹齢300年を超えるといわれているシダレザクラやマツがあり、松戸市の保護樹木に指定されています。



**戸定のしだれ桜**  
「日本の歴史公園100選」「関東富士見百景」に選ばれている国指定重要文化財の戸定邸。この時期は1本の「紅しだれ桜」を楽しむことが出来ます。開園時間: 9時~17時(月曜休) 公園内は無料 ※戸定邸・戸定歴史館は当面の間、臨時休館



**伝法寺のしだれ桜**  
伝法寺は、東松戸駅すぐ近くにある日蓮宗の寺院です。慶長9年(1604)に開山され現在に至ります。境内には大きな枝垂れ桜があり、春には六場スポットとして地域の方に親しまれています。



# 「さくらの街」松戸

春はすぐそこまで  
松戸市のさくらスポットを  
ご紹介いたします



**常盤平さくら道り**  
松戸市を代表するさくらスポット。樹齢50年以上のソメイヨシノやオオシマザクラの並木が連なり、桜のトンネルとなる常盤平さくら道りは昭和62年(1987年)に日本の道100選に指定されました。



**新坂川沿い**  
新坂川線道、桜並木の途中の押出橋が絶景ポイントです。新坂川の東側を走る流鉄の電車を桜越しに眺めることもできます。



**六実桜エリア**  
約1kmも続く松戸市六実の六高台さくら道り。200本ものソメイヨシノが立ち並びます。



## 庭木剪定 (株)大和グリーン

松戸支店 オープン記念!!

剪定1本3,000円 (高さ3m未満、税別)

剪定は定額料金1本からOK。切った枝葉の処理もしてくれます。「利用者ファースト」をモットーに、雑草対策や害虫駆除、花が咲かないなど庭まわりの困りごと、なんでもお気軽にご相談ください。

UKIUKIクーポン 「ウキウキを見た」で庭木の剪定の場合先着10名様 すべて作業から **10%OFF**

お見積もり無料

松戸支店 松戸市松戸1228  
受付時間 9:00~18:00 無休

TEL: 0120-187-394

## どんな車でも引き取ります

**高価買取 出張査定無料 廃車無料**

お気軽にお電話下さい

TEL. 047-700-5886

### M garage

エム ガレージ

住 松戸市秋山365-3  
営 10:00~19:00  
休 水曜日

<http://m-garage.spcar.jp/>

## 福満苑 五香店

「お得意のラーメン」「お得意のメンチカツ」など、人気のメニューも、人気のメニューも、人気のメニューも...

お得意のラーメンセット  
「酸辣湯麺」+「鶏肉揚げチャーハン」 880円

お得意のメンチカツセット  
「メンチカツ」+「メンチカツ」+「メンチカツ」...

## 食べたーい!

福満苑 五香店

「お得意のラーメン」「お得意のメンチカツ」など、人気のメニューも、人気のメニューも、人気のメニューも...

## 10年に一度が買い替えの目安!!

給湯器・風呂釜が大特価!

マンション・戸建対応!

GT-2060SAWX-1 BL  
定価 33万7,700円▶ **全て込み 106,000円**

【ウキウキを見た】とお伝えください

TEL: 0120-222-190

## 大手メーカー「ノーリツ」

最新型給湯器 オート追い焚き機能付20号マルチリモコンタイプを工事費・処分費・ガス接続費・税込みで、定価33万7700円がなんと特別価格の10万6000円!

緊急工事もご相談ください!

住所: 松戸市五香西 2-36-1  
TEL: 047-387-2299  
営業時間: 11:00~15:00, 17:00~23:00  
定休日: 年中無休 P多数あり

住所: 松戸市五香西 2-36-1  
TEL: 047-387-2299  
営業時間: 11:00~15:00, 17:00~23:00  
定休日: 年中無休 P多数あり

UKIUKIクーポン  
福満苑 五香店  
~2020年5月31日迄  
焼き梅餃子 380円(税抜)  
**1枚半額**

※1組様1枚限り  
この券を切り取ってご持参下さい。

## 金製品・ダイヤモンドに強い店

昭和24年創業。TV、雑誌、電車などでおなじみの「質」と「買取」の店。

買取や質お預かりは、信用と実績の「質 えぐる」へ!

質店のご利用にあたり、分からないことや不安なことは、三代目店主が丁寧にご説明いたします。

TEL: 047-387-1534

松戸市金ヶ作 408-73  
営 9:00~19:30  
休 水曜・第3火曜

## UKIUKI! 読者プレゼント

応募締切...4月9日(木) 必着

今回UKIUKI編集室より読者の方へ、「不織布保冷ボックス」を10名様にプレゼントいたします。

ご希望の方は、ハガキ、メール、FAXで、郵便番号・住所・氏名・電話番号・年齢・職業・購読している新聞名・UKIUKIの好きなコーナー、今後取り上げてほしい情報をお書きの上、UKIUKI編集室「UKIUKI読者プレゼント 不織布保冷ボックス」係までご応募ください。

UKIUKI編集室  
〒277-0053 柏市酒井根5-4-10  
FAX...04-7176-2100  
E-Mail...ukiuki@yusmedia.co.jp

## 花粉の季節のお手入れ

お布団が干せなくて困っています。お布団は個別洗浄、新しい生地にも対応。お布団は熱風殺菌オゾン加工で打ち直します。お布団が清潔なお布団に仕上がりますよ!

**布団お手入れキャンペーン**

- ★ 羽毛プレミアム・リフォーム加工 **29,900円** (税別)
- ★ 綿布団デラックス・打ち直し加工 **9,900円** (税別)
- ★ 断捨離パック (吉布団6枚まで) **5,000円** (税別)

グッスリ眠れる布団専門店 ふとんのうえの

松戸市新松戸3-358  
営業時間: 10:00~19:00  
定休日: ...日曜日、祝日  
TEL: 047-343-8248

## 貸収納 ストックハウス八ヶ崎

入庫者募集!! ¥6,380~ 8タイプ全78室

●24時間使用可 ●エアコン ●セキュリティシステム完備

新入庫者に賃料1ヶ月無料 ※条件有

6タイプ全156室 **ストックハウス 北小金**  
8タイプ全104室 **ストックハウス 光ヶ丘**

5大ホーム(株) TEL: 047-345-4311 9:00~17:00 水曜日定休

8タイプ全112室 **ストックハウス新松戸**  
太陽ハウス(株) TEL: 047-343-7000 水曜日定休