

♪ミニミニクッキング♪

本当に、ほんとうに、簡単!!

『はじけんのピカリス』

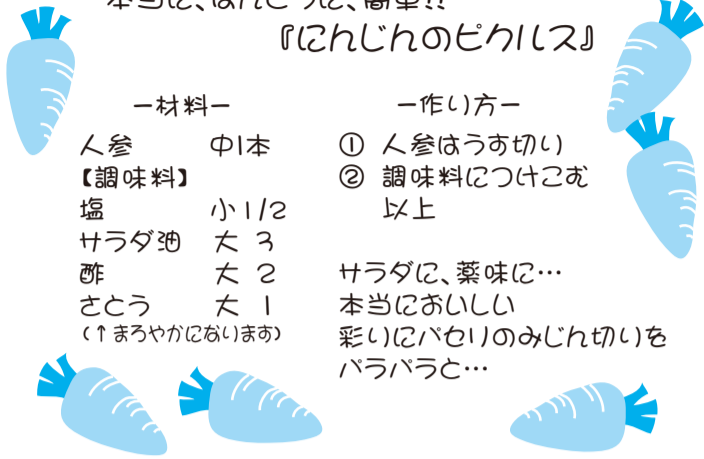
—材料—

- 人参 中1本
- 【調味料】
- 塩 小1/2
- サラダ油 大3
- 酢 大2
- さとう 大1  
(↑まろやかにないまろ)

—作り方—

- ① 人参はうす切に
- ② 調味料につけこむ以上

サラダに、薬味に…  
本当においしい  
彩りにバカリのみじん切いを  
バラバラと…



わたくしは人気もの



今年の10月には3歳になる黒柴の女の子「アリス」です。小柄な体とまん丸のタマキ顔のせいで幼くみえるらしく、ときどき「子犬と間違われる事もあります。飼いが「この子は本当に犬なのだろうか?」と思うくらいだの本能が感じられず、温厚で淡々とした性格です。でもその温厚な笑顔が家族にたくさんの癒しを与えてくれています。

おしゃべりドットコム

http://www.sawayaka-mail.com

2008年6月25日(水) vol.184

『街のたより』第76回

高田道場『第10回 ダイヤモンドキッズカレッジ』  
6/9(日) 国士舘大学多摩キャンパス内レスリング場にて



高田道場主催の『ダイヤモンドキッズカレッジ』も今回で10回目…格闘技ファンも集う超人気イベントに参加した120名の子供たち、そのうち多摩市内からの参加が60名、昨年と比べて、地域との密着度が高まり、次の開催がさらに楽しみになりました。

朝日新聞社・日本テレビなどメディア関係者も多数来場、年齢別のグループに分

かれて始まった「レスリング部」(午前)、体の大きなコーチたちにタックルを挑む子供たちの姿は真剣そのもの…MC 向井亜紀さんのやさしい言葉がけにニコツとする笑顔がカワイイ! お昼の休憩をはさみ、茂戸藤先生による和太鼓の演奏、『ハッスル』のエキジビションでは高田延彦氏・川田利明氏がタッグを組み、高田モンスター軍の『青鬼蜘蛛』&『黄鬼蜘蛛』を一蹴! 場内の興奮も最高潮となり「ボクシングの部」(午後)がスタート。体力づくりのサーキットに続き、グローブをつけてのスパリング、高学年グループのパンチはかなりハードで交代のないコーチたちはバテバテ… かけ声と共にクールダウン。高田代表のおはなしを心に刻み、記念撮影をしてフィナーレ。今年参加できなかったチビッコたち、来年こそ会場でお待ちしています。

【うれしいお知らせ】

① 今回の参加者に配られたTシャツはさわやかなミントグリーン、7/10発行の『さわやかメール』では、高田延彦さんのサイン入りTシャツを10名様にプレゼントします。

② 今回参加されたお子様のご父兄の方へ… イベント当日のスナップ写真を進呈します。後日お手元に届く申込事項をご覧いただきお気軽にご注文ください。(無料)

このイベントの様子は6/10(火)付の朝日新聞朝刊多摩版→→→ 6/29(木)発行のアサヒタウンズ、高田道場HP、さわやかメールのHPでも紹介されています。



高田さんらに体当たり  
多摩 子どもと格闘技教室



高田さんらに体当たり  
多摩 子どもと格闘技教室

☆プレゼントコーナー☆

※今月のキーワードは『シベリア超特急』です。  
■パソコンや携帯電話から応募をする際に必要となります。

- ★ 1.「世界最大の翼竜展」日本科学未来館(東京・お台場) 招待券 8/31まで …… 10組様
- ★ 2.「フランスが夢見た日本—陶器に写した北斎、広重」東京国立博物館 7/1~8/3 …… 10組様
- ★ 3.「青春のロシア・アヴァンギャルド シヤガールからマレーヴィチまで」Bunkamura ザ・ミュージアム 8/17まで …… 5組様
- ★ 4.「建築がみる夢—石山修武と12の物語」世田谷美術館 8/17まで …… 5組様
- ★ 5.「磯川浮世絵美術館」入館ご招待券 8/24まで …… 5組様
- ★ 6.「雨の日には…」相田みつを美術館 8/31まで …… 5組様
- ★ 7.「ファプリス・イペール たねを育てる展」ワタリウム美術館 8/31まで …… 5組様
- ★ 8.「極楽湯」6店舗共通 平日入館ご招待券 7/1~9/30 …… 10組様
- ★ 9.「多摩テック」プールオープン 7/12~9/15 入園ご招待券(4枚1組) 7/1~9/30 …… 5組様
- ★ 10.【東京ヤクルト vs 広島】神宮球場 7/18(金)・19(土)・20(日) 18:00試合開始(日付別チケット)… 5組様
- ★ 11.【東京ヤクルト vs 横浜】神宮球場 7/21(月)・22(火)・23(水) 18:00試合開始(日付別チケット)… 5組様
- ★ 12.【北海道日本ハム vs 東北楽天】東京ドーム 7/15(火)・16(水)・17(木) 18:00試合開始(日付共通チケット)… 5組様
- ★ 13.【FC東京 vs ガンバ大阪】国立競技場 7/16(水) 19:30 キックオフ …… 5組様
- ★ 14.【FC東京 vs 横浜F・マリノス】味の素スタジアム 7/26(土) 19:00 キックオフ …… 10組様
- ★ 15.【横浜F・マリノス vs 鹿島アントラーズ】日産スタジアム 7/20(日) 19:00 キックオフ …… 5組様

『新聞配達の仕事ってどんな仕事?』

ニュータウン永山店では、今年も多摩大学附属聖ヶ丘中学校の課外行事の一環として、3年生5人による職場体験を実施しました。実施日:5/28(木) 場所:ニュータウン永山店

★作業の流れ  
13:00仕事の説明 14:00翌日の朝刊に折込むチラシをセットする。  
15:00夕刊の配達(担当区域に移動) 16:00仕事を終えての質疑応答  
★職場体験を終えての感想  
♪新聞配達と言う仕事は、夜中に出勤してそのまま新聞を配達するだけの“地味”な仕事だと思っていましたが、一日にちよっとしか眠れなくても、お客様第一という心構えで働いているのがカッコイイと思いました。  
♪僕の家は日経新聞をとっていますが、朝5時には必ずポストに届いています。朝起きるのは4時頃だと思っていたら、2時に出勤と聞いてびっくり…。もうひとつ驚いたのは「順路のとり方」といわれる特別な記号があったことです。これに慣れるのは相当キツイと思いました。  
♪朝起きると新聞がポストに届いているということは、こういうことなんだな…と実感できる貴重な体験でした。チラシを折込む作業はつらかったです。  
♪新聞販売店はただ新聞を配るだけかと思っていましたが、イベントなどのお客様サービスを行っているの聞き驚きました。でも一番驚いたのは働いている方の7割が女性だったことです。  
♪お店のひとが怖い人たちだったらみんなで一緒に帰ろう!と言っていました。面白い人ばかりでラッキーでした。チラシの折込作業は暗いイメージがありましたが、周りのひとが明るくて優しく楽しかったです。雨の中の配達は大変だったけど、終わったあとの達成感がたまたま気持ちよかったです。  
杉本店長より 5人とも礼儀正しくて真面目な生徒さんでした。仕事に取り組む姿勢は真剣そのもの… 雨の中の配達は大変でしたが、みんなしっかりやり遂げてくれました。

夏休み直前スペシャル「ゆきえさんの絵本の会」のお知らせ  
まだお席に余裕があります。“大人の方のご参加もお待ちしております。”

- 日時 7月11日(金) 午後7時開演
- 場所 イワオフリースペース(ASA多摩センター店向い)
- 応募締切 7月5日(土) 定員(30名)になり次第、締め切らせていただきます。
- 参加費 おひとりさま ¥1000のところ¥500で…  
当店読者の方のご参加に限らせていただきます。
- ご希望のお客様は FAX・お葉書・ホームページから  
参加人数・お子様の年齢をご記入の上、お申込み下さい。
- 申込先 ☎206-0033 多摩市落合1-20-10 ASA多摩センター内  
『ゆきえさんの絵本の会』係まで  
フリー-FAX 0800-800-3154 http://www.sawayaka-mail.com

はがきに、点線で切ってお送り下さい。

プレゼント応募用紙

第1希望	第2希望	第3希望
★NO.( )	★NO.( )	★NO.( )

ご住所 多摩市

お名前 様

TEL

お客様 照会番号

(1おわかりになる場合のみ お願いします)

当店へのメッセージ

《応募方法》

■応募用紙に記入し、FAX又はハガキで下記宛にお申し込み下さい。

■パソコン・携帯電話(一部ご利用になれない機種がありますのでご了承下さい。)の応募フォームよりお申し込み下さい。  
http://www.sawayaka-mail.com

\*応募締切り

- ▶ハガキ: 6月28日(土)必着
- ▶FAX&パソコン・携帯電話: 6月28日(土)正午まで

\*応募多数の場合は抽選となります。

\*チケット1組は2枚です。  
当選はプレゼントの発送をもってかえさせて頂きます。

☎206-0033

多摩市落合1-20-10  
ASA多摩センター

フリーダイヤル 0120-165-211

フリー-FAX0800-800-3154

対応機種をお持ちの方は、右のバーコードをお使いください。カメラで読み取るだけで簡単アクセス!  
(読取方法は、各機種により異なります)



発行所 ◆ASA多摩センター 多摩市落合1-20-10  
フリーダイヤル 0120-165-211  
発行部数12000部 フリー-FAX0800-800-3154  
◆ASAニュータウン永山 多摩市永山2-19-1  
フリーダイヤル 0120-163-411  
フリー-FAX0800-800-1531