

♪ 永山店の中野くんが教えてくれた
「広島風お好み焼き」

～駄菓子のおかげを加えるのが中野流～

- ① 水で溶いたお好み焼粉を鉄板でクレープ状に焼く。
- ② ①にかつお粉、キャベツ、揚げ玉、もやし、砕いたいか天、豚バラもやし、もう一度お好み焼粉をかけ、蓋をして蒸す。(牡蠣・タコなどものせても美味!)
- ③ 蒸している間に鉄板の別の場所を、焼きリバまたはうどんを炒める。
- ④ ②の火が通ったらへらで裏返し、しっかりと押し付けて焼く。
- ⑤ 鉄板で目玉焼きを焼く。
- ⑥ ③の焼きリバの上を、焼き上がったお好み焼きもやし、そのまま半熟の目玉焼きの上をいりごとのせてしばらく焼く。
- ⑦ 最後に、ひっくり返して、玉子の面を上にしておたふくソース(必ず)、青のい、または青ネギ(観音ネギ)もたつぷいのせ、お好みでかつお節を散らして完成!



ぼくは人気もの



今年の12月で、10歳を迎えた、わが家の主様『源くん』(柴犬)です。性格は臆病で、びっくりするとすぐにパニックになります。人に媚を売らず、尻尾を振らず、とにかくマイペース... 自分で自分のことを犬とは思っていないのようです。朝と夕方、主人とてかけるお散歩の途中で合ったワンちゃんたちとも無愛想に接していません。(笑)

鳥のササミが大好物、コンガがほしい時は「ハン」と声を出して合図します。

大好きな主人の足元をゴソゴソと舐め回して嬉しそうです。

☆プレゼントコーナー☆

- ★ 1. 滝平二郎きりえカレンダー(不織布製) 50名様
- ★ 2. 熊田千佳慕カレンダー(不織布製) 10名様
- ★ 3. サザエさんカレンダー 50名様
- ★ 4. 2010スケジュール書込み式カレンダー-B4サイズ ... 50名様
- ★ 5. 「パルコファクトリー」招待券 12/14まで 5組様
- ★ 6. 「黄庭堅・伏波神祠詩巻」永青文庫 12/27まで 5組様
- ★ 7. 「菅原健彦展」練馬区立美術館 12/27まで 5組様
- ★ 8. neoneo展 Part2「女子」高橋コレクション日比谷 12/27まで 5組様
- ★ 9. 「忠臣蔵名品展」平木浮世絵美術館 12/27まで 5組様
- ★ 10. 「明治神宮外苑 聖徳記念絵画館」入館ご招待券 12/31まで 5組様
- ★ 11. 「ルイス・バラガン邸をたずねる」ワタリウム美術館 2010/1/11まで 5組様
- ★ 12. 「ザ スピリット オブ ビューティー展」森アーツセンターギャラリー 2010/1/17まで 5組様
- ★ 13. 「久米美術館 常設展」久米美術館 2010/1/20まで 5組様
- ★ 14. 常設「江戸の伊勢型紙美術館」紀尾井アートギャラリー 2010/1/31まで 5組様
- ★ 15. 「極楽湯」6店舗共通 平日入館ご招待券 12/31まで 15組様
- ★ 16. 「横浜 人形の家」入館ご招待券 12/31まで 5組様
- ★ 17. 「帆船日本丸&横浜みなと博物館」共通ご招待券 12/27まで 5組様
- ★ 18. 「横浜コスモワールド」平日限定大観覧車ご招待券 2010/1/29まで 5組様
- ★ 19. 「KID-O-KID」横浜みなとみらい店・川崎ルフロン店 2館共通入場ご招待券 2010/1/31まで 5組様
- ★ 20. 【第63回 ライスボウル】東京ドーム 2010/1/3(日) 14:00 キックオフ 5組様
- ★ 21. 【ジャパンエクスボウル2009】東京ドーム 12/21(日) 19:00 キックオフ ... 15組様 (ご希望枚数をお知らせ下さい。)

おしゃべりドットコム

<http://www.sawayaka-mail.com/>

2009年11月25日(水) vol.218

『街のたより』第91回

イワオ企画『お客様感謝デー』

- 日 時 12月12日(土) 10:00~15:00
- 会 場 イワオ企画前駐車場 (お車でのご来場はご遠慮下さい。)

毎年好評! 包丁研ぎ・まな板削り 各1点 100円(おひとり様2点まで)
☆収益は『社団法人 セーブ・ザ・チルドレン』に寄附させていただきます。当日は地元野菜と国産小麦粉でつくる「すいとん」(無料)のサービスがあります。ママ豊ヶ丘さんのご協力により、「赤飯」の販売もいたします。お気軽におでかけください。

毎年恒例『クリスマスマーケット』も同時開催中

11月25日(水)~12月24日(木) 10:00~17:00
日曜日はお休み、12月23日(祝)は営業します。
♡♡♡ プレゼント包装もいたします♡♡♡

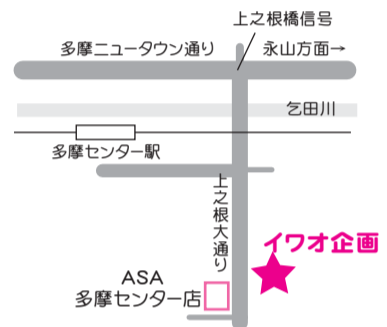
スペシャルイベントのお知らせ「心と体の方程式」

「ぶれない健康術と料理のお話」をシリーズで勉強いたします。60兆の細胞からなる人間にとって、美しく、柔軟な心で生きるために、何をしたら良いのか、何を食べたら良いのかを学びましょう。

- 【脳の総指揮者はセロトニン】
・日 時 平成21年12月16日(水) 18:00~20:30
 - 【食からのガン予防】
・日 時 平成22年1月20日(水) 18:00~20:30
 - 【元気のキーワードは「腸の若返り」】
・日 時 平成22年2月17日(水) 18:00~20:30
- 参加費 各回 1500円
会 場 イワオフリースペース
講 師 メンタルヘルスフードデザイナー・健康管理士 松田 紀恵氏
※お申込みはお電話で...



多摩市豊ヶ丘 1-59-10 Pあり
フリーダイヤル 0120-723-872
営業時間 9:00~17:30
日曜・祝日定休
<http://www.iwaokikaku.com>



今年もあとわずかになりました。住まいの“困った?”は今年中に解決しておきましょう。蛇口や給湯器の修理・取り替えなどはお早めにご連絡下さい。イワオ企画

チャットボード

クリスマス恒例『ゆきえさんの絵本の会』

毎年恒例のクリスマス企画です。今回は2~4年生位のお子様と楽しんでいただける演目も予定しています。大人の方、ひとりでのご参加も歓迎いたします。

童話作家 岩佐めぐみさんも来場されます。当日は、岩佐さんのサイン入り絵本も販売します。みなさまのご来場お待ちしております。少しだけお席に余裕があります。

- ☆日 時 12月10日(木) 19:00~(朗読時間 約1時間)
- ☆場 所 イワオフリースペース ASA多摩センター店向い
- ☆参加費 おひとり様 ¥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。)
- ☆参加ご希望の方は参加人数、お子さまの年齢をご記入の上下記までにお申込みください。

大好評『デリバリーサンタ』受付中!

デリバリーサンタとは?

- *当店のスタッフがサンタクロースに扮してみなさんのお宅や子供会のイベントなどにお伺いする企画です。
- *お子さんとの写真撮影やパーティ参加など、ご希望の日程をFAX・お葉書・HPからお知らせ下さい。
- *スケジュールを調整させていただきます。
- *12/24(木)・25(金)はご予約なしで玄関先にお伺いする場合もございますが、必ず来て欲しい方は前もってご予約ください。

【サンタさんが伺える期間と時間】

☆期間 12/14(月)~12/25(金) ☆時間12:00~20:00 (上記以外の日程についてはご相談下さい。)
注意: 当店配達エリア内のみ伺わせていただきます。

申込先

☎206-0033
多摩市落合1-20-10 ASA多摩センター店内
『ゆきえさんの絵本の会』係 または
『デリバリーサンタ』係 まで
フリー-FAX 0800-800-3154
<http://www.sawayaka-mail.com/>

大好評! 第44回バスツアー

『師走の風物詩 浅草羽子板市とお買物』は本日(11/25)のちらしをご覧ください!

- ◆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 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

点線で切りとりはがきに貼って、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	区				
---------	---	--	--	--	--

(↑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。)からはWeb会員に登録の上お申し込み下さい。
<http://www.sawayaka-mail.com/>
★『さわやかメール』で検索!★
- *応募締切り
▶ハガキ:11月28日(土)必着
▶FAX&パソコン・携帯電話:11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いただきます。

☎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)

