

# さわやカメール

2012年8月10日(金) vol.283

http://www.sawayaka-mail.com

発行部数  
12000部

発行所

ASA多摩センター 多摩市落合1-20-10  
ASAニュータウン永山 多摩市永山2-19-1

フリーダイヤル0120-165-211  
フリーダイヤル0120-163-411

フリーFAX 0800-800-3154  
フリーFAX 0800-800-1531

今日は防災の日に向けて『おいしい保存食』をご用意、『ムミン』のアイスクュービックカップや『ピーターラビット』のベビーキャロット栽培キットなど…暑い日でも、おうちの中で楽しめるプレゼントが登場！大人気、『古代エジプト展』も再入荷。旅先からでも簡単！モバイルからのご応募、ご利用ください。今月の締切は8月14日(火)です。

## お散歩の途中で… ～特別編～『暮しに役立つ防災マップ』

多摩市の災害時の避難場所は、各小・中学校などです。《普段から、避難所・避難場所までの経路を確認しましょう。》

災害対策本部  
多摩市役所  
多摩市消防団本部  
☎375-8111



## ナビぐるめ 101

### そば酒房『はなわ』

多摩市永山 1-8-17 ボヌール102  
TEL042-338-6261

営業時間 11:00~21:30  
定休日 日曜日/駐車場あり

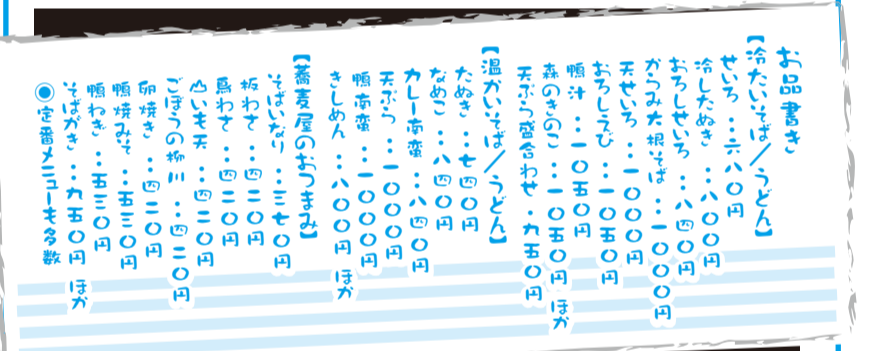
アサウェブタマに特集記事あり



“おいしいそばはもてなす人に夢と心のわをあたえる”

のどごしの良い涼麺が恋しい季節です。創業22年、永山駅前そば酒房『はなわ』さんは、冷たいおそば・うどんのメニューが豊富。さっぱりとしているのに味わい深い『サラうどん』(¥890)はオリジナルドレッシングが決め手、とろろ、山芋、めかぶ、オクラ、生卵…具材のバランスが絶妙の『ねばそば』(¥1050)、揚げもち、もみじおろし、鶏チャーシューのトッピングがくせになる『さみだれそば』(¥900)、乾麺ではなく生麺を使用した『冷し麺』(冷麦/¥700)の味と歯ごたえも、ぜひご賞味ください。

香りを楽しんで頂くための「そば粉」(自家製粗挽き粉、粒度 25~40)は当日挽き、「うどん」は一晚寝かせて熟成したものを打ち立て、茹で立てで味わいます。化学調味料は不使用、つゆのもととなる醤油には合成着色料や保存料などを添加していない超特選薄色醤油を使用しています。『日替わり定食』(¥840)や『そば定食』(¥900)はランチタイムの人気メニュー、夕暮れときには“焼酎の蕎麦湯割りで一杯!”お蕎麦屋さんのおつまみとメの『せいろ』(半もり ¥340)を楽しみに来店される蕎麦通の常連さんと賑わいます。毎月第4日曜日に開催される『そば手打ち教室』に参加されてみるのもオススメです。



- ★こんな場所で地震に遭ったら…
- 一、繁華街  
カバンなどで落下物から頭を守る。自動販売機やビルの壁際から離れる。垂れ下がった電線のそばには近づかない。
- 二、地下街  
落下物に注意し、壁面などに身を寄せ、あわてて出口に殺到しない。火災発生時はハンカチやタオルで鼻と口をおおう。
- 三、デパート・スーパー  
買い物が終わって頭を守る。商品棚から離れる。エレベーターは使わない。
- 四、劇場・映画館  
頭を保護しながら座席の間に身を隠す。館内放送に従って避難する。
- 五、駅の構内  
ホームの中央に行く。万が一線路に落ちたら、ホーム下の退避スペースへ避難する。カバンなどで落下物から頭を守る。
- 六、電車・バス  
つり革や手すりにつかると同時に、途中でも止まっても車外に出ない。
- 七、車の運転中  
徐々に速度を落とし、道路の左側に停める。避難する時は窓を閉め、キーはつけたまま、ドアロックはしない。車で避難しない。
- ◎エレベーターの中  
全階の停止ボタンを押し、最初に止まった階で降りて階段から避難する。もし閉じ込められたら、非常ボタンを押し続け、非常電話で救出を求める。
- ◎サイパイルウォーク(帰宅訓練)  
大地震で交通機関がストップしたことを想定し、各都市から自宅まで実際に歩きながら、ルートや所要時間、休憩場所などを確認する。
- ◎自分の体力や必要な装備などが事前にわかる。会社のロッカーには防災用品を用意しておく。

## インフォメーション

### スタッフ紹介 132

さいとう ともや  
齋藤 智也  
平成元年6月5日生(23歳)  
東京都多摩市貝取出身  
(センター店 お客様サービス係)  
担当エリア:13区  
乞田・貝取・豊ヶ丘1・2丁目



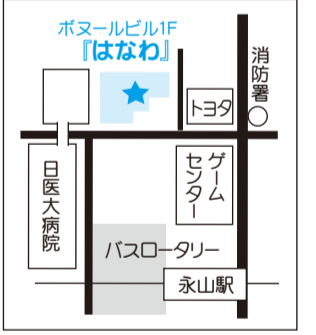
やさしい瞳、穏やかなものごし…身長181cmのカッコイイお兄さんがセンター店に仲間入り。男3兄弟の3男坊、「貝取」で生まれ育った地元っ子。南貝取小▶貝取中▶松が谷高校へ進んだのち、小金井の『東京工学院専門学校』を卒業、「販売士」や「簿記」などの資格を習得し就職活動を始めたが、思うような手応えが得られず意気消沈…幼なじみ4人で、「30歳までに共同事業を始める願望」があり、センター店で社会人としての第一歩を踏み出した。子供時代はサッカー少年、専門学校を卒業するまで全て自転車通学、バスや電車を利用した経験が殆んどない。ロードレーサーだったお兄さんの影響で本人も“バイク好き”、休日は愛車『マジスティ』(125cc)で近郊のツーリングを楽しむ。節約のため自炊、毎日お米を炊き、簡単な一品料理を作る。時間を有効活用するため、朝刊までの時間は眠らず、将来のために…と「カクテル」(お酒)の勉強をしている。貝取の『がやがや』(焼鳥)、八王子の『にんにくや』や『六角堂』のラーメンがお気に入り。いつもニコニコ、プラス思考の新人くんはエール!

所長より一言:さわやかな好青年が仲間入り、ファミレスやコンビニでのアルバイト経験からか、人当たりが良く仕事のみこみも早い。地元出身のスタッフが増えるのはうれしいこと。若さゆえの躍動感を存分に発揮してほしい。

開会式の「Hey Jude」は、心に残る演奏でしたが、『ポール・マッカートニー』やほとんどのアーティストの出演料が1ポンドだったことも興味深いトピックでした。まもなく閉幕するロンドン五輪、女子だけでなく男子サッカーにも銅メダルの期待!バドミントン、卓球、バレーボール、etc…、団体競技も大健闘!チームジャパンのみなさん、たくさんの感動をありがとうございます。

第94回 全国高校野球選手権大会  
西東京代表 日大三高 2年連続15回目出場 記念ボールを50名様にプレゼントいたします!  
さらに… 当選者のうち5名様には 記念Tシャツ をセットにしてさしあげます。  
★プレゼントをご希望の方は裏面の応募用紙でお申し込みください。応募 ★NO.1

《そば打ち教室のご案内》  
■ 日 時 毎月第4日曜日(次回は8/26) 11:00~13:30  
■ 参加費用 ¥3000 (要予約・定員になり次第締切ります。)  
■ 日曜の屋下がり、そば打ち、軽くお酒を飲みながら打った蕎麦の試食をします。店主がこだわり続ける“蕎麦打ち”への思いに触れられるひとときです。お気軽にご参加ください。



## 予約承り中!! BOOKのご紹介

週刊朝日増刊 AERAMック  
『ロンドンオリンピック2012 総集編(仮)』 『福山雅治×ロンドン五輪(仮)』  
8月17日(木)発売 定価 980円(税込) 8月30日(木)発売 定価 980円(税込)  
水泳の北島康介、体操の内村航平、サッカーなどでジャパンなどの活躍と、大会の感動を傑作写真でまとめた一冊です。ロンドン五輪の感動をまとめ、どこよりも早くお届けします。  
【内容】開会式/北島康介・なでしこ・ボルト観戦記 メインスタジアムのエコ/ロンドン市内ルポなど

ご購入希望の方は裏面の応募用紙、ファックス、はがき、ホームページよりお申し込みください。

所長より特別プレゼント!!

第94回 全国高校野球選手権大会