

さわやカメール

2016年1月10日(日) vol.365

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

2016年最初の『さわやカメール』は
バレンタインを先取り!
人気の『焼酎ポンポン』や『ふくろうの貯金箱』、
シンプルで使いやすい
『ガラスアブリイヤー』など
毎日の暮らしが楽しくなるプレゼントが登場。
『シオナルド・ダ・ヴィンチ展』や
『目黒雅叙園 百段雑まつり』など
新春を彩る招待券も登場!
今年最初の運だめし... ご家族みなさんで
楽しみながらご応募ください。
今月の締切は1月16日(土)です。

お散歩の途中で...

第119回 神社シリーズ
『とっておき神社のご神木』



日本最古の神社
奈良『大神神社』“巳の神杉”



奈良吉野『櫻木神社』のご神木



熱海『來宮神社』“大楠” 樹齢2千年



生駒『石切御箭神社』のご神木



茨城『鹿島神社』のご神木



奈良『室生龍穴神社』“連理の杉”(夫婦杉)

「神木(しんぼく)とは、古神道における神籬(ひもろぎ)としての木や森をさし、神体のこと。また依り代・神域・結界の意味も同時に内包する木々。御神木とも称される。一般的に神社神道の神社、神宮の境内にある神体としての木や神聖視される木、その周りを囲む鎮守の森や、伐採をしないといわれる木を指す。」
とあるように、歴史の古い神社ほど樹齢の高いご神木に出会えます。



Why not? COFFEE AND FOOD

神奈川県川崎市麻生区黒川 562-6 C-101

京王線若葉台駅京王トリナード内

TEL 044-299-8177

営業時間 平日 9:00~22:00

土日祝 8:00~18:00

定休日 毎週月曜+第3火曜

http://worldwide-peace.net facebook.com/wa.whynot



カフェとジムがコラボした新しい形のショップが、京王線若葉台駅京王トリナード内に昨年10月にオープン。カフェは身体に良いフードを研究している府中の『ALPHA MOE』、コーヒーは聖蹟桜ヶ丘のコーヒー専門店『takbeans』の厳選されたスペシャルティコーヒーの豆を使用。その他にも聖蹟桜ヶ丘にある『イノウエベーカリー』のパン、川崎の『井上農園』で採れた野菜を使っています。ジム(『わ』-ホレルジム-)は地元若葉台接骨院が担当。フードはビスコッティ、マフィン、ブラウニー、バナナケーキ...といった焼き菓子、アスリートのためのトレイルバーの他に、サンドイッチ、スープ、サラダなどを用意。コーヒーは季節や状況に合わせて豆をセレクト、ジムでのトレーニング前後に合わせたテイストを提供したり、お客様のお好みにあわせてリクエストにもお応えします。ドリンクは、コーヒーの他にピオワイン、話題のクラフトビールなども飲むことができます。運動後のリラックスタイムに軽くアルコールもオススメです。

ジムは体を鍛えるというより、マシンを使いながら体をほぐし、柔らかくしたり、姿勢を整えたりするジムなんです。

ジムで身体をほぐしカフェで心をほぐす...『リラックスしながら健康に』をコンセプトに地域の力を結集してできたお店に足を伸ばしてみたいかたがでしょうか(?)

ジムを利用しなくても落ち着いた店内で美味しいコーヒーとスイーツを楽しむことができます!

<運動も兼ねたオススメスタイル> 週末・祝日限定・ランセット(シャワー・コーヒー・スイーツ付) ¥1200 多摩センター、永山方面からランニングやバイク(自転車)で『Why not?』へ。着いたらジムのシャワーで汗を流し、カフェのコーヒーとスイーツをいただきリフレッシュ! バイクは店頭で停められます。

フードメニュー

本日のサンドイッチ/本日のスープ/本日のサラダ
近くの農家で採れる旬の野菜に合わせて日替わりで提供しています。

※スイーツ※
ブルックリンチーズケーキ... ¥400
ファッジブラウニー... ¥350
バナナブレッド... ¥250
キャロットケーキ... ¥400
トレイルクッキー... ¥130~
トレイルバー... ¥250
季節の焼き菓子... ¥300~
クッキーやケーキなどのスイーツは
テイクアウト・ギフトも可能です。

※ドリンク※
ホットコーヒー... ¥400
アイスコーヒー... ¥450
カフェラテ(ホット・アイス)... ¥500
アップルジュース・オレンジジュース... ¥350
よなよなエール(ビール)... ¥550
インドの青鬼(ビール)... ¥600
ピオワイン(赤・白)... ¥550
コーヒーは、トレーニング前、後といった
TPOに合わせて淹れています。
ご希望がありましたら、お伝えください。

[すべて税抜価格です]

2016・5・3 パルテノン多摩大ホール公演 多摩ユースオーケストラ 創立20周年記念演奏会で ベートーヴェン 第九 を歌いませんか?

この日だけのスペシャル第九合唱団を結成します!

この日の「第九」のためだけの 新合唱団!
指揮者は、国際的に活躍のチョン・ミン氏
ソリストは、新国立劇場などのオペラでも活躍中
合唱指揮は、柳田るり子さん

管弦楽といっしょに「歓喜の歌」を歌いましょう!
感動のスペシャルステージです。ベテランの方も初心者の方も
爽やかな5月に歌うスペシャル「第九」合唱団にぜひご参加ください。
小学5年生から大人の方までどなたでも参加できます。
「この日だけのスペシャル第九合唱団」は公演後解散します。



『新合唱団の団員募集!』

2016.5.3公演『この日だけのスペシャル第九合唱団』

♪参加条件:

原則として全練習に参加できる方で、小学5年生から大人の方までどなたでもご参加できます方。
(合唱・第九の経験不問)。

♪参加費用: 13000円(高校生以下は 8000円)

※指導料・練習会場費・ピアノ使用料 他経費として

◎初回練習参加日にお支払いください。

☆5/2の舞台稽古と5/3の本番の参加費は無料です。

♪楽譜について:

カワイ出版/交響曲第九番 第4楽章“合唱”(四六倍型)を練習ご参加日までに各自でご用意ください。

♪参加応募方法

下の1~5をメールまたは電話にてお申込みください。
または、以下にご記入の上、郵送またはFAXでお申込みください。(個人情報保護法遵守します)

♪応募締切: 1月31日まで

多摩ユースオーケストラ20周年記念「第九」演奏会

☆「この日だけのスペシャル第九合唱団」に参加します。 申込日 月 日

- お名前(ふりがな) 男・女
- ご年齢/学生の方は学年 歳 (小・中・高・大 年生)
- ご住所 〒
- 電話番号(携帯可)
- 「第九」合唱のご経験の有無とご希望パート(有・無) ご希望パート(S・A・T・B)

お申込み・お問合せ: 〒206-0033 多摩市落合 6-4-2-202
多摩ユースオーケストラ事務局

TEL・FAX 042-371-1558(携帯080-3204-5711)

Mail: tamayouth@silk.ocn.ne.jp



連絡先 QR コード

インフォメーション

BOOKのご紹介



週刊 日本のお寺をゆく 朝日ビジュアルシリーズ

仏教 新発見

仏の心に触れる旅へ

毎週火曜日発売

『仏教 新発見』創刊号を10名様にプレゼント致します。
ご希望の方は裏面の応募用紙またはHPからお申し込みください。
※抽選にはずれた場合でも購入を希望される場合はメッセージ欄でお知らせ下さい。

所長より特別プレゼント 応募★NO.1

あけましておめでとうございます。
この夏はリオ五輪が開催、次期開催の東京五輪に向けて、注目度の高い選手も多く、様々な競技から目が離せません。
足かけ16年、365号を迎えた『さわやカメール』と『おしゃべりドットコム』ですが、応募用紙に少しばかりのメッセージ欄があります。花粉症、夏バテ、インフルエンザ、路面凍結や大雪への注意など、季節ごとに寄せられるお客様からの暖かいメッセージに感激しきり...
記事の内容やお手元に届いたプレゼント、展覧会へ足を運ばれたご感想なども小さなスペースにぎゅっしり...
いつもありがたく拝読させていただいております。
本年もどうぞよろしく
お願いいたします。
所長