

さわやカメール

2017年4月9日(日) vol.395

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

多摩ユースオーケストラ 第40回記念公演 管弦楽入門2017 vol.20

多摩ユースオーケストラは10歳からの子どもたちによる青少年管弦楽団です。エネルギーで創造性豊か、美しい響きとのびのびとした演奏が定評。5月3日は、合唱による名曲メドレーや華やかなクラシックバレエと多摩ユースオーケストラの共演をお楽しみください! ご来場をお待ちしています!

指揮: 関谷 弘志

ふるさとの四季 混声合唱のための唱歌メドレー 源田俊一郎編曲
合唱指導 柳田 るり子 / ピアノ 大坪 夕美
合唱 この日だけのスペシャル合唱団2017
(※合唱ご参加者募集中/経験、年齢不問。締切り4/18)

グノー オペラ ファウストより バレエ音楽

振付 Guy-Pau1 RUOLT ギョール ルオルト/高井 美夏
バレエ Guest 多摩バレエスクール

ベートーヴェン 交響曲 第7番 イ長調 作品92

5/3
(水・祝)
16:00開演
15:30開場
パルテノン多摩
大ホール

♪ 入場料 一般 ¥1500/中学生以下 ¥800 全席自由(残席僅少)
(5歳以上の方からホール内へご入場いただけます。チケットが必要です。)

♪ チケットお取扱い・ご予約
多摩ユースオーケストラ事務局 TEL042-371-1558

主催/公益財団法人多摩市文化振興財団・多摩ユースオーケストラ
後援/多摩市教育委員会・多摩ユースオーケストラ後援会
協力/多摩バレエスクール <http://www.tamaballetschool.jp>
協賛/キュービー株式会社
お問合せ/多摩ユースオーケストラ事務局 TEL042-371-1558
<http://www.tamayouth-orchestra.com>



インフォメーション

大好評! 第2回《丸太ヨガ体験会》開催のお知らせ 首コリ・肩コリに悩む方へ…『丸太ヨガ』体験してみませんか?

『丸太ヨガ』は整体、マッサージ・指圧・ヨガを組み合わせたもので、ほとんどが寝転んで行うのがベースです。身体の固い人が、筋肉をほぐしながら少しずつ柔軟性を高めてヨガを行えるようになるきっかけになれば…と思います。棒を使う場所によっては、痛いところもあります。そこは筋肉がカチカチにコリ固まってしまっていて血流が悪くなっている箇所です。別にすぐ気持ちいい箇所もあります。指圧・マッサージがお好きな方にはオススメです。『足つほのほぐし』『テニスボールを使った筋膜ケア』も行いますので、お気軽にご参加ください。

□ 講師: 川村ヨガホリスティック研究所 代表 川村妙子
多摩市関戸 2-32-5 カネシロビル B1 京王線 聖蹟桜ヶ丘 徒歩6分
TEL090-9343-6116 <http://maruta-yoga.tokyo/>

□ 日 時: 5月17日(水) ①13:00~14:30 ②15:30~17:00

□ 場 所: セレクトショップ Minicrew2F フリースペース

□ 定 員: ①②とも各10名(定員になり次第締切ります)

□ 参加費: 500円 ※65歳位までの方、動きやすい服装、飲物(水やお茶)をご持参のうえ、ご来場ください。

◎参加ご希望の方は HP・FAX またはお葉書でお申込み下さい。

〒206-0033 多摩市落合 1-20-10 ASA多摩センター内

『丸太ヨガ体験会』係

フリーFAX0800-800-3154 <http://www.sawayaka-mail.com>

BOOK の紹介

改訂新版【創刊】 日本百名山 富士山 丹沢山

深田久弥の名随筆とともに
憧れの山々へ誘う《完全版》 創刊サービス価格 ¥390(税込)
2号以降 ¥600(税込)

『日本百名山』を20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。

所長より特別プレゼント 応募★NO.1

※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。



◆「楽しみにしている、記事がある」でおなじみ:『広瀬アリス』さんが3変化する朝日新聞のCMが好評です。メイキング映像が見れる<http://info.asahi.com/tanosimi/> サイトでは「ハワイ・マウナケア天体観測ツアー3泊5日」をはじめ、ステキな商品が当たるプレゼントキャンペーンを実施中!(5/31まで)ふるつご応募ください。

◆4月を迎え、センター店に2人、永山店に1人、新聞奨学生のニューフェイスが加わりました。明星大学の「古澤心」、帝京大学の「青木仁貴」については、次月以降の紹介になります。配達や集金時に見かけた時は暖かいお声をかければ幸いです。

所長

遅ればせながらの春到来!***
今日は端午の節句を彩る『勇壮武者
タペストリー』をはじめ、キッチンが華やか
『ル・ドゥ・テローブのトリベント』や
『おとなのぬり絵〜バリ散歩〜』、
大好評の『折れたたみステップ台』や
爽やかな酸味『ボンママモン シモンバルト』など
春が楽しくなるプレゼントがいっぱい!
『パベルの塔展』『国際バラとガーデニング
ショウ』など お待ちかねのチケットも登場!
GW直前、
たくさんのご応募お待ちしております♪
今月の締切りは4月15日(土)です。



ナビぐるめ 151

“ふわふわシフォンケーキがやけました”



おやつShop『菓夢』

八王子市堀之内 3-22-47

TEL 080-5539-4987

営業日 木・金・土曜日のみ
営業時間 10:00~15:00(目安)

<http://chiffoncomeshop.web.fc2.com/>



お知らせ: おやつShop『菓夢』は毎年8月は節電のためお休みいたします。

松が谷トンネルを抜けてすぐ左折、京王堀之内駅に向かって少し進むと、白い看板とオレンジ色の屋根が目印、ご自宅を改装した可愛らしいお店に到着します。おとなり八王子でこんなに美味しいシフォンケーキに出会えたことに感動!“ふわっ、とろっ、こくんっ!”コーヒーや紅茶がなくなつて…2~3個はするりと喉を通過していく口どけの良さがたまりません。

2010年9月のオープン、普通の主婦だったオーナーの平塚さんがTV番組を通して出会った『Chiffon Chiffon』/中山先生の作るシフォンケーキに感動、惹き寄せられるようにして修行?を開始、その美味しさにただただ近づきたい!日々研究!日々努力!“国産小麦粉(北海道産)を使用”「膨張剤は使わない」「生クリームがなくても美味しく頂ける”ふわふわ”シフォンケーキが完成しました。

パナソニック、生キャラメル、ラズベリーチーズ、など週替わりで6~8種類(¥230~¥350)を販売。「海老シューマイ」や「小倉餡入りきな粉」など、素朴な味わいの蒸しパンも人気!お母さんがつくるおやつのようなお菓子をつくりたい!平塚さんの優しさがお店のネーミングにも息づいています。ホームパーティやお友達への手土産にもぴったり!営業日以外のご予約も可能ですが必ずお電話でご確認下さい。

おやつMenu

- ♥ シフォンケーキ
♪おすすめ 洋風仕立ての小倉シフォン(¥280) 生キャラメル(¥300)
オレンジ、シナモン、カフェコーヒ
ココのある喜美良糖を使った 喜美良パナ(各¥230)など
ばななチーズケーキ・パンブキン(¥260) かぼちゃチーズ(¥250)
ココア生地に美味しいチョコチップを入れた 粒チョコシヨコラ(¥260)
白桃たっぷりの桃ヨーグルト(¥280)など
※週替わりで6~8種類をご用意しています。ホールはご予約販売のみ
- ♥ 蒸しパン
定番のえびシューマイ(¥100) 味噌蒸しパン、小倉餡入りきな粉(¥120)など
毎日1~2種類をご用意しています。
- ♥ チョコケーキ(予約のみ)
ガナッシュ(15cm型カットなし) ¥1800 生チョコのような口どけのよさを
お楽しみください。
- ♥ ジャム(限定数のみ販売) にんじん…大(150g)¥350/小(90g)¥250

♡カット・ラッピングサービスいたします。

シフォンケーキ
17cm型…1ホール ¥1840~
20cm型…1ホール ¥2760~

ご予約は、営業日以外でも随時承ります。

10~3日前までにご予約ください。

営業時間外の販売・受け渡しもご相談承ります。

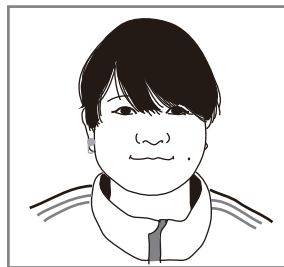
《価格はすべて税込です》



スタッフ紹介 160

たかはし みお
高橋 実央

神奈川県横浜市出身
平成10年7月21日生(18歳)
桜美林大学
リベラルアーツ学部1年在学中
センター店新聞奨学生
担当エリア:9区
鶴牧2・6丁目、唐木田1丁目、中沢2丁目



はじける笑顔とよく通る笑い声が印象的な大学生が仲間入り。お母さんの故郷「バンコク」で3歳~13歳まで暮らしていたのでタイ語はペラペラ、『相模原青陵高校』には帰国子女枠で入学、双子(二卵性)のお姉ちゃんも4月から日大商学部の通信課程を受講。高校入学時から大学の指定校推薦を視野に入れ、内申点をキープする努力を続けてきた頑張り屋さん。

3年生になり、大学入学の見通しが立った頃、コンビニのお弁当工場アルバイトを始めた。この1年間で一生懸命働くことの大変さも楽しさも実感したせいか、3月中旬から始めた配達業務はあっという間にクリア、教育係の岩崎主任曰く(笑)“バイクに乗るのも初めて、土地感も全くないのにこんなにスムーズに仕事を覚える子は初めて…”と云わせるほどの優秀生。大学では韓国語を学び、卒業後はタイに戻ってアジアの架け橋になれるような仕事をしたい!と心に決めている。実はK-POP「防弾少年団」の大ファン、6月の来日ツアー(埼玉)に参加するチャンスを密かに狙っている。(笑)趣味はカラオケと習字(毛筆書写技能検定2級)、ピアノの効いた声で唄う『花みずき』や『I Believe』が十八番。時間ができたら車の免許も取りに行きたい。1:15起床⇒6:00の朝刊終了後眠らずに大学に通う生活が始まったが、“自らの強い意志を持ち、決めたことは涼しい顔でクリアするのが当たり前”と言わんばかりの“18歳女子”、未来に広がる大きな可能性にエール!

所長よりひとこと…集金も始まって“大丈夫かな?”と心配する気持ちをよそに、強い好奇心と高い潜在能力でガンガン仕事をこなす彼女を見ながら“この子も卒業まで頑張れるに違いない!”と確信。オンとオフを上手に切り替えて4年間のキャンパスライフを楽しんでほしい。