

さわやガメール

2017年5月10日 (水) vol.397

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FAX 0800-800-3154
フリーダイヤル0120-163-411 フリーFAX 0800-800-1531

新緑の美しい季節になりました。
今日は初登場!
3/4放送『ブラタモリ』でも紹介された
奄美大島産『幻の手づくり黒糖』をはじめ、
『アヒカ柄のポーダブル絞遣り』や
『バラ柄のキッチンミントリオ』、
おしゃれで可愛い『アモモ眼鏡モ
ふける便利なハンカチ』など、
風薫る5月にぴったりの
プレゼントがいっぱい!
たくさんのご応募お待ちしております!
今月の締切は5月16日(火)です。

ナビぐるめ152

2016年9月、豊ヶ丘南公園そばの『八角堂』1Fにオープン、近くに図書館や保育園もあり、パンの焼上がりをお客さんの行列が絶えず、午後にはほとんどのパンが売り切れてしまう人気店。貝取在住のオーナー杉山さんが独学で学んだパンづくりに独自のこだわりが…。

◎自家製レーズン酵母と国産小麦、フランス西海岸ブルターニュ産グランの塩を使用 ◎北海道産の石臼挽き全粒粉を30%配合した「全粒粉のカンパーニュ」 ◎3種の小麦をブレンドし、一晚低温発酵させたもちもちの「食パン」 ◎フィンランドから取寄せた粗挽きカルダモンがスパイシーな「シナモンロール」etc…。

水曜日のみ店頭で販売する町田市の契約農家「あした農場」さんの採れたて野菜をアレンジした「しらす&ほうれん草のタルティーヌ」や「新にんじんのサンドイッチ」は見た目も美しく、季節感がいっぱい。店内のイトインコーナーでは購入したパンを温め直して、松が谷『阿知波煎焙珈琲』さんと半年かけて完成させたオリジナルブレンドや自家製酵素ジュースを味わうことができます。現在販売中のパンは15種類ほどですが、「今後は種類を増やすより焼ける量を増やしたい!」「パンを通じて地域と繋がりを、新しい出会いやひらめきの場をつくりたい!」「生活の一部になれるパン屋さんをじっくり続けていきたい!」まさに「クール&ビューティ」、男の子3人のママとは思えないステキなオーナーに会えるのも楽しみ。

5月は「マクラメ編入門講座」「野口整体入門講座」「尾形ひかり先生のお話会&お料理勉強会」などモイベーカリー主催のイベントが目白押し。「moi」はフィンランド語で「やあ!」の意。新緑を眺めながらテラス席でくつろぐ至福の時間、多摩に住む喜びを味わいにくくありませんか?



moi
bakery
coffee

モイベーカリー 『moi bakery』

多摩市豊ヶ丘5-5 JS八角堂
京王バス「落合4丁目」下車

TEL 080-8809-4548

HP: http://moibakery.com/

FB: https://www.facebook.com/moibakery1

営業日: 毎週水・木・金・毎月第1土曜日

営業時間: 8:30~15:00

※第1土曜日のみランチメニューあり

9:30~17:00(4月~7月)/9:30~16:00(9月~3月)



メニュー

- ◆全粒粉のカンパーニュ
ホール… 800円 1/2…400円 1/4…200円
 - ◆ドライフルーツのカンパーニュ
ホール…1200円 1/2…600円 1/4…300円
 - ◆ナッツのカンパーニュ
ホール…1200円 1/2…600円 1/4…300円
 - ◆チーズとオリーブとハーブのカンパーニュ
ホール…1200円 1/2…600円 1/4…300円
 - ◆山食 1本…960円 1/2…480円 1/4…240円
 - ◆シナモンロール…250円
 - ◆あんバターサンド…250円
 - ◆かぼちゃクリームサンド…250円
 - ◆特製たまごサンド…280円
 - ◆季節のお野菜のサンド…360円
 - ◆タルティーヌ各種…190円
 - ◆オリジナルブレンドコーヒー…250円
 - ◆季節の酵素ジュース…380円
 - ◆自家製ジンジャーエール…380円
 - ◆レモンスカッシュ…380円
- (価格は全て税込のみです)

※お昼までにはすべてのパンが焼き上がります。

『5月のイベント』

①5月16日(火) 10:00~12:00
手しごとあれこれ「マクラメ編み入門講座」
参加費1500円 定員8名

お部屋の空間を利用して、植物などを飾ることができる「プラントハンガー」を作りますか? 第1回は簡単な編み方から始める入門編です。

②5月19日(金) 10:00~12:00
子育てあれこれ「あゆみさんの野口整体入門」
参加費2300円

第1回目は、「ばかん」とすること。毎日忙しい私たち、あくびをしない日もあるほどです。1回目の講座では大きくあくびをして身を任せて動いてみましょう。頭のなかの「判断」や「不安」「疑問」をいったんストップしてみましょう。子育て中のお母さんはもちろん、お子様と一緒になくても参加できます。

③5月26日(金)
第6回「マクロビオティック尾形ひかり先生のお話会&土鍋のお料理勉強会」
参加費3500円

★先着順 ①②③ともに
https://www.facebook.com/moibakery1
またはお電話でお申込み下さい。



※駐車場:豊ヶ丘南公園の向側にあり

インフォメーション

スタッフ紹介 161

あおき ひとき
青木 仁貴

平成10年5月19日生(18歳)
神奈川県海老名市出身
帝京大学 医療技術学部スポーツ医療学科
健康スポーツコース1年在学中
永山店新聞奨学生
担当エリア:16区
馬引沢1-2丁目 聖ヶ丘1丁目



短髪でキリリとした顔立ちの「イケメン男子」が永山店に仲間入り。姉2人、妹1人に囲まれて育った長男坊。運動神経抜群だった子供時代、小2の時、姉と一緒に近くの道場で柔道を始めるとすぐに頭角を現し、『リオ五輪』銅メダリスト『芳賀龍之介』を輩出した名門『朝日道場』(横浜)の門下生となる。ところが小4からは野球に没頭、ピッチャーでデビューするが、中学以降はキャッチャーとして活躍、高校卒業まで部活を全うした。母子家庭のため、国立大学合格をさっさと決めて、その後はバイト暮らしで学費を貯める予定だったが、その夢叶わず…
大学生生活を締めようとしたとき、『座間高校野球部』の顧問の先生が新聞奨学生制度を勧めた。帝京大学への入学となったが、介護士として働く母を助けるためにも、卒業後は「健康運動指導士」として働きたい。意外なほどの堅実派で大風呂敷は広げない。朝刊配達と集金、単位の履修と慣れない独り暮らし、初めて尽くしの毎日にもがきながらもなんと1週間のペースがつかめてきた。『ジャスティン・ビーバー』などの洋楽が好き。生活が落ち着いたら、センター店の奨学生『古澤樹』とボウリングに行きたい。普段泣かない母が、引越の手伝いに来たときに思わず涙したのを見て姉たちが驚いた。
母の日のプレゼント、「今年は少し奮発しよう!」心優しき青年の未来にエール!

所長より一言: 日給が高い引越屋さんのバイトを辞めたのは、仕事のきつさよりもトラックの中でタバコを吸う先輩に文句が言えなかったから…(笑)という男子らしくない理由が面白い。↑上昇志向いっっぱいの女子奨学生に比べ、男子はスロースターが多い。親孝行を忘れない優しさにホロリ、4年後にどんな大人になっているのが楽しみ。キャンパスライフ、満喫してほしい。

お散歩の途中で…
第177回『中沢池公園』
多摩市中沢1-33



中沢池公園は、知る人ぞ知る花菖蒲のおあそびスポットです。見頃の時期には、紫や白、青紫など色とりどりの花菖蒲約3,000本が咲き、大変きれいです。(※見頃は6月半ば頃です。)

チャットボード

まだ間に合います!
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?
□講師: 川村ヨガホリステック研究所 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のご紹介
『サザエさん』生誕70年 記念特別号
週刊朝日増刊
『サザエさん2017春』
長谷川町子 定価400円(税込)
「よりぬきサザエさん」から約300点をテーマ別に厳選!
『サザエさん 2017春』を10名様にプレゼントいたします。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。

② 毎週木曜連載中の『勝はん』(8面)小学生からジュニアアスリートを応援する「勝はん」のコーナーでは、管理栄養士の『川端理香』さんが、食育の選手が勝負を基本に育ちがかりの子どものために摂取してほしい食材や料理方法をわかりやすくアドバイス。アスリートのご両親は必見!

③ 稀勢の里ブームで盛り上がる大相撲ですが、『5月場所』(5/14)の星取表を30名様にプレゼントします。できるだけ初日に間に合うようにお届けしたいのでご希望のお客様はEメール、HP、ガキでお早目にお申込み下さい。

※日刊スポーツのお試し読み(1週間)をご希望の方はメッセージ欄でお知らせください。
所長



今回は「日刊スポーツ」にフォーカス!
① バズルと新聞で開花した天才! 将棋界に旋風を巻き起こした『藤井聡太4段』の記事を4/24(月)の20面で発見。
将棋を始めたのは5歳、幼稚園時から四則演算の算数、バスルを解き、塾に通うことなく有名私立中学に合格。
日々の日課は朝日新聞と毎日新聞を一面から裏面までくまなく目を通すこと、小学生時代の自己紹介欄には、関心事として「尖閣諸島」「南海トラフ」「原発」と書かれている。
50m走の自己ベストは6秒8、学校生活をエンジョイしながらプロとの公式戦をこなすスーパー中学生の日常が興味深かった。