さわやかメール

2016年5月10日（火）vol.373　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　フリーダイヤル0120-165-211　フリーFAX 0800-800-3154
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FAX 0800-800-1531

新緑が美しい季節になりました。
今月は毎年好評の
『沖縄産黒糖』をはじめ、ゆるキャラに
癒される『アヒルの肩たたき棒』や
パーティにぴったり！
『バラ柄の大判トレー』など、
楽しいプレゼントがいっぱい…。
大人気！『ルノアール展』や
『横浜赤レンガクルーズ』の
チケットも再登場！
たくさんのご応募お待ちしています♪
今月の締切は5月16日（月）です。

お散歩の途中で…　第177回
『リニューアルされた永山北公園&永山南公園』

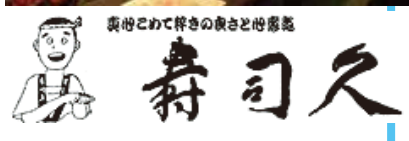
古くなった公園を新しく整備するため長い間、工事中だった永山北公園と永山南公園がリニューアルされ、小さなお子さんからお年寄りまで楽しめる公園になりました。
（一部、まだ入れない場所もあります。）
永山北公園は、芝生の明るい空間が広がり公園全体が優しい造りになっています。
お天気の良い日には、多くの方がお弁当を広げています。
永山南公園は、いろいろな遊具があり一日中親子連れで賑わっています。
テニスコート脇の駐車場も整備されました。
気持ち良い新緑の中、のんびり公園ですごしてみませんか？

ナビぐるめ 142

江戸前『寿司久』

多摩市貝取1-54-16 **TEL042-373-5554**
多摩市全域出前OK
営業時間 11：30～14：00　17：00～22：00
定休日／月曜・第3火曜（祝祭日は翌日）
駐車場 6台あり
http://www.sushi-kyu.com/
※アサウェブタマに特集記事あり

【店主ごあいさつ】
手の甲で、若草色の、のれんを上げる。
すし酢と上質な磯の香りが広がり、鮮魚はより鮮やかに。
春夏秋冬は1輪挿し。厳選食材と料理と器。
お客様と交わす、言葉なき対話は、私の生きる糧。
一期一会に豊かな輝きあればと願い、日々精進いたします。
大地と海、そのすべての恵みに感謝して・・・・・
ご来店、心よりお待ちしております。　店主　飯塚 暁



平成3年のオープン、カウンター10席、お座敷12席の店内はお客様でいっぱい…。寿司ひとすじ61年、築地より毎日直送の新鮮なネタを真心込めて調理するご主人の心意気に魅かれ、遠くから足を運ばれるお客様も多いお店。
“寿司久さんならでは…”の美味しさが味わえる「お昼の献立」が人気。旬のネタ12種類の『おまかせ丼』（¥2160）をはじめ、『にぎりずし』（¥860）、『磯辺丼』（¥1080）、『かに、いくら三昧』（¥1290）、『北海丼』（¥1620）など全11種類、贅沢なおいしさをお得な価格で味わえるのが魅力。
1日1組限定（7名様まで）で個室のご予約も承ります。お誕生日やご家族の記念日、お友達とのお集まりなどにご利用ください。

【季節のおしながき】
～旬の美味しさをお楽しみください～
《寿司ダネおすすめ》
大坂…生とり貝
宮崎…初かつを
房州…金目鯛
北海道…生うに
《一品料理》
北海道…あん肝ポン酢　きんき煮付け
新潟…さざえ壺焼き
島根…岩牡蠣
富山…ほたる烏賊酢味噌和え
静岡…揚げ銀杏　桜えび・そら豆かき揚げ
小柱・そら豆かき揚げ
《おまかせ料理》（店内のみ）
寿司・お椀・水菓子
四三二〇円コース（5品）
五四〇〇円コース（5品）
六四八〇円コース（6品）
七五六〇円コース（6品）
※他のコースもございます。

《お昼の献立》11時30分～14時
☆ちらしすし……九三〇円
☆にぎりすし（1・5人前）……一一九〇円
☆鰻丼……八六〇〇円
☆バラちらし……一三〇〇円
（マグロ イカ 白身えび いくら とびっ子）
☆鰻と鯵のミックス丼……八六〇〇円
☆穴子丼……一二八〇円
☆うに・かに三昧……一二九〇円
☆づけまぐろ丼……一一九〇円
【価格はすべて税込です。】

★小宴会・御慶事・ご法事などのお料理も承ります。お気軽にご相談ください。
《耳寄りなお知らせ》寿司久さんのご好意により『さわやかメール』ご持参でお食事をされた方に **老舗『丸山海苔店の味付けのり』1包をさしあげます。**
※期間 5/10（火）～5/25（水）※他のサービスとの併用は不可

インフォメーション

おつきゆきえさんによる『宮澤賢治朗読の会』

おはなしの出前を届けてくれる
『おつきゆきえさん』による“宮澤賢治朗読の会”です。
初めての方もぜひご参加ください。

*日　時　**7月9日（土）17：00開演**（朗読時間約1時間）
*場　所　**セレクトショップMinicrew 2Fフリースペース**
*定　員　20名 定員になり次第、締め切らせていただきます。
*参加費　おひとりさま ¥1200のところ **¥600**で…
（当店読者以外の方は1200円となります。ご了承下さい。）

参加希望の方は FAX・お葉書・HPからお申し込みください。

申込先　〒206-0033 多摩市落合1-20-10　ASA多摩センター店内
『おつきゆきえさんの朗読の会』係 まで
フリーFAX 0800-800-3154
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2016春』
定価400円（税込）

「よりぬきサザエさん」から
「春」などをテーマに厳選！

『サザエさん 2016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。

このたびの平成28年熊本地震により、お亡くなりになられた方々に謹んでお悔やみを申し上げるとともに、被災されましたみなさまに心よりお見舞い申し上げます。
ひと月が経過した今も多くの方が不自由な生活を強いられ、不安な毎日をすごされている状況に胸が締めつけられます。
被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。
所長

“今月のイイね！”Vol.12 “第26回かすみがうらマラソン”を走ってきました。（裸足で！）

4月17日（日）、茨城県土浦市で行われた『かすみがうらマラソン』でフルマラソンを走ってきました。
この大会には東北～沖縄の裸足のランナーが70名ほど集結！ 一つの大会にこんなにたくさんの裸足ランナーが集まるのは初めてのことです。10時のスタート時点で天気は曇り…走るにはちょうどいい天気でしたが、正午前になると雨が降ってきて強風が吹き荒れ、最悪なコンディションになりました。😰 向かい風で思うように体が進まなかったりもしましたが、裸足で走っているので靴や靴下が濡れて不快感がないのが裸足ランナーの特権、トイレだけは裸足であることが若干気になりましたが、濡れた路面がきれいさっぱり洗い流してくれました。😊 完走はしたものの、タイムは目標の4時間切りには及ばず4時間32分。しかし、もう一つの目標だった“足裏無傷”の目標は達成！😊
足かけ5年、裸足やワラーチ（サンダル）で走ってきて、フルマラソンを完走することを夢見てきたので、“記録より記憶に残る大会”となりました。😊
“なぜ裸足で走るのか?”たびたび質問を受けますが、身体に良いとか、怪我をしにくいとか…話せば長くなりますが、ひと言“気持ちがいいですよ～”と答えています。😊 走らなくても、芝生や土の上で裸足になってみてください！
自然と笑顔になって楽しくなりますよ～！
ゴールした後にNHK-BSの『ランスマ』という番組の取材を仲間と一緒に受けました！ ☆5月7日と14日に放送。

センター店システム管理
南條光一

ツイッター・アカウントは
@sawayakamail です。
何でもつぶやいてください♡