

クーポン満載!! 鷺宮商店街のタウンナビ

2012-2013
Winter, Spring
vol.17

さぎプレス

SaginomiyanPress

無料

どうぞ自由に
お持ち帰り下さい。

プレゼントもあるよ!!



続々と
新店オープン!!

中野にぎわいフェスタに参加!!
レポートは裏表紙で!!!!
カラーインデックス

サギノミヤな
日々

柳川

さぎのみや探検

シロウトの素朴な疑問をプロに聞く!!
教えて!! 仕事のこと

写メのちやお etc!!
鷺宮今昔物語

- Gourmet お食事する
- Shopping お買物する
- Beauty きれいになる
- Health 健康になる
- Life 暮らしに役立つ
- Culture 習う・学ぶ
- etc! 他にもいろいろ

さぎのみや探検

着付け・スタイリング等の技術が評判の美容室、美味しいふぐや季節料理とお酒をいただけるお店、日本人の舌にも合う味が好評な本格インド料理のお店を探検!!

※「さぎウェブ」(<http://sagiweb.com/>)内でムービーを公開中です。



「困ったときの髪頼み」。
いろいろな要望に応えてくれる。
男性也大歓迎!!



着物の着付け等、トータルでのスタイリングが可能。



足の不自由な方や車椅子の方でも
動くことなくスタイリングが受けられます。
自宅等への出張も出来ますので
お問い合わせ下さい。



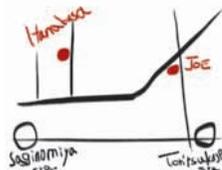
婚礼の出張着付けの一例。
確かな技術からブライダル業界とのお付き合いも長く、指名での出張も多い。

Beauty Assist 英 はなぶさ

この美容室は50年もの間、この地で営業されているそうで、オーナーの磯口千鶴江さんをはじめ、充代さん、小野さんの確かな技術からブライダル業界からの信頼も厚く、着物の着付けから髪結い等のトータルのスタイリングが可能とのこと。ホテルや料亭等、指定の場所に出張してくれる。また、足の不自由な方や車椅子の方でも一度座ったら動く事なくカット等の一連のスタイリングが受けられる椅子も完備。自宅等から出られない方には出張してくれるサービスも。「輝きたい時に」というオーナーの言葉から技術への自信と誇りが感じられる。人生の節目となる大事な成人式やその他の記念日には是非こちらの美容室を利用されてみてはいかがだろうか。普段にも老若男女問わずに通える地元の名美容室だ。都立家政駅からほど近いところ(鷺宮3-6-9)には系列店の「ビューティージョー」もある。



技術には
自信があります。
是非お気軽にお越し
下さい。
スタイリスト 小野さん



はなぶさ
Beauty Assist 英 (map J-8)
☎ 03-3339-2847 本誌広告P.17



築地仕入れの新鮮で美味しい魚介類を楽しめる。



刺身と煮魚セット ¥800



中杉通り沿い郵便局のはす向かいの2階。



びっくり価格のお得なランチ。天童、ザンパセット ¥700



この価格でこのボリューム!! トラふぐ刺し ¥1,800。

すずきや 寿々菟家

寿々菟家は中杉通りの郵便局のはす向かいにある。良心的な価格で美味しい和食をいただくと評判のお店。ご主人は懐石・割烹料理店で修行をされ、ふぐの調理師免許もあるそうだ。冬の季節は、活けふぐの「トラふぐ刺し ¥1,800」や「ふぐちり鍋 ¥2,000 (雑炊セット付)」がおすすめ。季節に応じて様々な料理が楽しめるそうだ。1月中旬からはとてもお得なランチ(水～日の11:30～14:00)もいただける。



ふぐちり鍋 ¥2,000 (雑炊セット付)。

季節のお料理を揃えてお待ちしております。



店主 鈴木さん

すずきや
寿々菟家 (map F-5)
☎ 03-3338-0656 本誌広告P.5

アジア料理 Lama (ラマ)

駅北口を出て中杉通りを少し北に進んだ左側にアジア料理ラマはある。このお店はオープン以来、日本人の舌にも合った味で好評を得ている。この時期(取材時)のおすすめは、ホウレンソウカレーとのこと。マイルしたホウレンソウをミキサーにかけ、バターや様々なスパイスで仕上げたこのカレーは、食べやすく美味しい。辛いものが苦手な方にもおすすめ。また、珍しいインドワインもあるので、食事と一緒に楽しみたい。鷺ノ宮駅北口からすぐの「サリサラマ」もファストフード感覚で本場の料理を味わえる。甘さ控えめのアンコを使ったアンコナンの無料チケットもP.5にある。



ランチでおすすめのホウレンソウカレー ¥330 (ライス、ソフトドリンク付)



14名様まで座れる2F。ちょっとしたパーティに最適だ。

本誌P.5の広告にこのアンコナン(¥480)の無料チケットがあります!!



おすすめのホウレンソウカレーを是非食べて下さい。

店主 ガンデルさん



広々とした1F部分。飲み放題等の各種コースあり。

アジア料理 Lama (map J-4)
☎ 03-3338-1797 本誌広告P.5



さぎのみや住民の為のホームページ!!

さぎウェブ
SaginomiyanWeb

商店街のお店情報
「さぎのみや探検ムービー」
地域の情報
「さぎブレ」情報
商店街ブログ
…などなど情報が一杯!!

「さぎブレ」記事のバックナンバーも見られるよ!!
<http://sagiweb.com>



昭和30年代

鷺宮今昔物語



懐かしい鷺宮の風景写真を紹介するコーナーです。



昭和30年代の商店街です。
手前から現在はメアリーローズさん (map K-5)、白井自転車さん、ネオスタンダードさん (map J-5)、ソフトバンクさんです。



現在

シロウトの素朴な疑問をプロに聞く!! 教えて!!仕事のこと

今回のお相手 **黒井崇泰さん**

鷺宮整骨院
(map K-9 本誌広告 P.19)



—このお仕事を選んだきっかけは？

黒井 父親がこの仕事をしていて影響があり、人と接する仕事が好きなのも理由の一つです。

—整体と整骨の違いは？

黒井 ざっくり言いますと。整体は骨の矯正。整骨はマッサージや機械治

療等を行います。保険が使えるのも整骨です。

—ご自身でも他の接骨院等にかかることはありますか？(笑)

黒井 ありません(笑)。このような仕事ですから人一倍、体には気がつかっています。おかげさまで肩こりや腰痛はありません。温泉やお風呂に浸かって体を休める程度で、至って健康です。

—整形外科等の病院と接骨院の違いは何ですか？

黒井 保険が使えるということは共通ですが、沢山の人が色々な理由で訪れる病院よりもゆっくりと時間を掛けられる点が一番の違いかと思います。患部の治療と共に、お話ししながら心のケアのお手伝いも出来たら嬉しいです。

—最後に皆様にメッセージをお願いします。

黒井 先程の話と重なりますが、当院はお一人お一人にゆっくりと時間を掛けられます。ゆっくりとお話ししながら治療を行っています。初心を忘れること無く、患者さんの立場になって親身に治療・施術させていただきま。初めては不安ですが、どうぞお気軽にお越し下さい。

鷺宮小学校かわら版

写真／文●鷺宮小学校 鈴木栄子校長先生



こんにちは、鷺宮小学校です。鷺宮小学校では、家庭・地域と連携した研究「広げよう、学びの輪」が、保護者・地域の皆様のご協力の下着々と成果を挙げています。

この研究の一環として始めた事の一つが「夏寺・鷺寺」。鷺宮小学校の図書館で子どもたちが夏休み「夏寺」水曜日の放課後「鷺寺」として、自習学習を進めるプロジェクトです。鷺宮地区委員会、しらさぎ音読の会、保護者のご協力を得て次世代育成委員黒木さんのご努力で開設し



みんなで楽しく百人一首教室

ました。夏休み12日間実施した「夏寺」には、延べ1000人を超える子どもたちが自習学習に通いました。2つ目は、運動会で保護者・地域の皆様とともに「鷺宮音頭」を踊ったこと。鷺宮商明会主催の夏祭



夏寺で自習する子どもたちと見守りたいの皆様

りで「鷺宮音頭」を披露してくださった皆様が全校への踊りの指導と、当日には踊りの輪の中心で踊って下さいました。子どもたちが地域の皆様と踊るほほえましい一時でした。3つ目は「百人一首教室」の開催です。しらさぎ音読の会の皆様のご協力で、金曜日の中休み楽しく進んでいます。4つ目は商明会会長原田様には3年生の社会科学習のゲストティーチャーとして「商店の工夫、商明会の工夫」についてお話をいただいたこと。

皆様のおかげで、鷺宮小学校では地域の一員として地域を愛する子どもが育っています。この研究の発表は、年が明けた2月14日(木)です。この研究発表会にも皆様ぜひ、鷺宮小学校へお越しください。



商明会より原田会長様をゲストティーチャーにお招きして

※こちらは前回掲載予定だったものです。

皆様、こんにちは。鷺宮小学校です。学校では今年も、節電と午前中の良い環境を有効活用しての「サマータイム」を実施しています。この夏も子どもたちは節電に努めながらも、学習や遊びに余念がありません。さて、ご家庭や地域の皆様とともに進めている、学力向上をめざす研究もおかげさ



書いてまとめる作業

まで2年目になりました。6月までに、1年・2年・5年の各学年で研究授業を進めました。

1年生はまだひらがなは習ったばかり。生活科で「はるのなかまたち」の学習では、図鑑や本を使っての調べ学習の時、保護者の皆様が優しくフォローしていただきま



保護者の感想を読み取る

した。

2年生は「鷺宮の町のおき場所」を、子どもたちが保護者の方と話しながらかみつけていく学習を進めています。もっともっと鷺宮の町が好きな子どもになるように、という願いをこめて。

5年生は社会に目を向けて自分の考えをまとめていく「新聞を読もう」という国語の学習を進めました。子どもたちは新聞の記事を読んだ感想が、保護者の方と同じところ、違うところに気付きながら自分の意見を書いて表わす活動に取り組みました。これからも、ご家庭や地域の皆様の素晴らしい力を学校に、子どもたちに寄せたいと思っています。これからも鷺宮小学校をよろしくお願いいたします。

前号(vol.16)におきまして制作のミスにより当該記事が掲載漏れになりました事をこの場をお借りしまして関係者各位に改めてお詫び申し上げます。

ガッツ川柳夕刊マツ

ガッツせんりゆう
タイトルマッチ



ガッツ石松「言わずと知れた元WBC世界ライト級チャンピオン」の元プロボクサー「こぶし」を突き上げた勝利のポーズが「ガッツポーズ」の名前の元祖。ボクシングの名勝負や生き様から信奉者が多い。タレント等マルチに活躍。俳優としても評価が高く、ハリウッド映画にも数本出演。監督・主演として製作された映画「罪と罰」では現代社会の問題点を描いている。鷲宮三丁目在住。地元鷲宮「さきアレ」の為に協力いただいている。

こたつより
人の温もり

OK牧場!!



永くチャンピオン



シルバー まち歩き シチューの香りで ほつと息
鷲宮三丁目 食ヘモグさん

シルバー あいさつも こころ優しく 鷲のまち
桃井三丁目 辻さん

ゴールド 笑顔から 生まれる絆 この地域
だおいしょうさん

一般応募 チャンピオン

読者の皆様を「一般応募チャンピオン」として「さきアレ」編集部で選考し、「ゴールド」「シルバー」を選ばせていただいております。

チャンピオンへのお題「あたたかいもの」

次号のお題は「新生活」

採用された方は、ゴールドで5,000円分、シルバーで1,000円分の商品券を進呈!!

応募は、巻末(P.30)の【応募方法】をご覧ください。

写メおちゃお

読者の自由投稿コーナー



鮎さん(生鷲5丁目)
渋谷の薬局の商品棚にハトが!!

しじに持っていったら...



マツヨムさん(鷲宮3丁目)
「強さうなカーネル」
「鳴かぬなら〜」ですかね?



さっちゃんさん(白鷲1丁目)
11月で1才になるわが家のアイドルです。特技は脱走。鷲ノ宮駅南口付近をウロウロしてるロンアンクルーがいたらそれはうちの子です!

プレ賞

ダブル木野さん(鷲宮6丁目)
今年も成りました!鷲宮産「小玉スイカ」。美味しかったです!
夏の思い出が難い。今年もありがとうございます!!

可能な限りのせちやいます!

ジャンジャン送ってね!!

採用された方は、プレ賞で5,000円分、その他は1,000円分の商品券を進呈!!

応募は巻末(P.30)の【応募方法】をご覧ください。

アルバトロス×ささぎプロ『汚れた心』(通常版)

今紹介のDVD

“勝ち組”と“負け組”に分断された移民同士の抗争、傷ついた愛と誇りの物語。

■原題：Dirty Hearts ■日本語・ポルトガル語版/日本語字幕
 ■107分 ■2011年ブラジル
 ■発売：アルバトロス株式会社/株式会社インターフィルム
 ■価格：3,990円(税込)
<http://www.albatros-film.com/>



第二次世界大戦後のブラジル。断固として日本の勝利を唱え続ける“勝ち組”。それを信じようとしなかった“負け組”。

多勢の“勝ち組”により、“負け組”の人々は「汚れた心を持つ国賊」として断罪され、そして、ブラジル各地の日系人社会で襲撃事件が勃発してゆく…

第二次世界大戦後のブラジル。そこに住む日系移民の大半は、日本が戦争に勝ったと信じきっていた。当時のブラジルと日本は国交が断たれており、移民たちが日本に関する正確な情報を入手することは極めて困難だったのだ。そのさなか日系人コミュニティの精神的リーダーである元日本帝国陸軍の大佐ワタナベ(奥田瑛二)は、大和魂の名のもとに裏切り者の粛清に乗り出す。ワタナベの一派が標的にしたのは、日本が降伏したという事実を受け入れた同胞たち。ワタナベによって刺客に仕立てられた写真館の店主タカハシ(伊原剛志)は、血生臭い抗争の中で心身共に傷つき、やがて妻ミユキ(常盤貴子)との愛さえも引き裂かれていくのだった。

食のプロが教える!!

鉄板焼あかりのカンタンレシピ

あかり風「エビマヨ」

焼いて、からめるだけの簡単で美味しい「あかり」の人気メニュー!!

【材料】
 お好みソース…… 30g
 マヨネーズ…… 30g
 青のり粉……適宜
 えび……8尾
 片栗粉……適宜

お好みの野菜サラダ

① お好みソースとマヨネーズを合わせる。

② エビの殻をむき、背に切れ目を入れて、背わたを取る。

③ 片栗粉を全体にまぶす。

④ 鉄板(フライパン)に油をたらし、エビを乗せて、フタをして片面約2分ずつ焼く。

⑤ ①で合わせたソースにエビを半分くらいからめる。

【店長の一言】津島さん(鉄板焼あかり map J-9 本誌広告 P.6)
 ご来客の多い年末年始にびったりのメニューだと思います。エビさえあれば簡単で、すぐ作れます。

お皿にサラダを添え、エビを盛りつけ、青のりをかけて出来上がり!!

完成!!




鷺宮の若いホープ達

ECVのすばらしい地元愛

鷺宮で頑張っている少年少女達に独占インタビュー!!

今回は、鷺宮を拠点に頑張っているECVの代表篠崎君と対談しました。

新井 篠崎 篠崎 新井 篠崎 新井 篠崎 新井 篠崎 新井 篠崎

篠崎 こんには。今日はECVの事を色々聞かせて下さいね。はい。よろしくお願いします。

新井 そもそもECVってどんな集まりなの?

篠崎 鷺小・若小・八中卒の地元の大学生達で作った、地元のためのボランティアサークルです。

新井 へー!なるほど。じゃ大学は各々違うんだ。それで、主にどういった活動を?

篠崎 地元の色々なイベントで企画やお手伝いをしています。あと、毎週金曜日には都立家政商店街の朝清掃をしています。地元地域を学生視点で、例えば、ツイッターやフェイスブックで発信しています。

新井 では、今後ECVはどのような活動をしていきたいと思えますか?

篠崎 僕達が生まれ育った地元鷺宮を、とにかく日本全国に知らしめたい!という気持ちで、がむしゃらに色々な事にトライしていきたいですね!

新井 なるほど!熱い気持ちが伝わってくるね!こころしても期待しています。頑張ってください。

篠崎 今日は、ありがとうございます。これからもよろしくお願いします。

【プロフィール】ECV(Egret=鷺 City Volunteer)は鷺宮中心に活動しており、『鷺宮への恩返し・鷺宮を広める・鷺宮を盛り上げる』の3つをコンセプトに活動しています。メンバーは15人で、地域の清掃活動から地域のイベントに参加しています。

ECV代表 篠崎君と青年部長の対談写真

【ECV 集合写真】真中は地区委員の福谷さん

…というわけで、次号よりECVの活動報告レギュラーコーナーが決定!!乞うご期待!!



歳末売出セール その場で使える スワッチ

サギノミヤ

配布中!!

【配布・使用期間】
2012年12月3日から12月17日まで

¥500 計400本
¥100 計4,000本

の商品券が当たる!!

※当たり券は商品券としてご利用になれます。現金との引き換えは出来ません。当たり券のみ使用でおつりは出ません。

みんなで作る「さぎのみや.net」は、あなたの載せたい知りたいを実現します!

“鷺宮周辺” 生活密着 限定☆ 情報サイト

http://www.saginomiya.net

情報掲載の問い合わせ先 info@saginomiya.net 斉藤まで

ドシドシご応募下さい!

さぎプレプレゼント!!

今回はコレ

胡蝶蘭をプレゼント!!

¥5,000相当の胡蝶蘭を
ドーンと2名様にプレゼント!!

※プレゼント発送時の仕入れ等の状況により品物が変わる場合があります。ご了承ください。

【応募方法】

- 「ガッツ川柳」、「写メっちゃお」の場合
Eメールで、件名(ガッツ川柳、写メっちゃお)と住所・氏名(HNでも可)をご入力の上、右のQRコードで送信するか、下記送り先からお送り下さい。
- 「さぎプレプレゼント」の場合
ハガキまたはEメールで、①住所・②氏名・③年齢・④職業・⑤電話番号・⑥さぎプレを見て行ってみたいと思ったお店・⑦面白かった記事・⑧面白くなかった記事・⑨その他ご意見やご感想などをご記入の上、応募券を貼付けて(Eメールの場合不要)下記送り先へお送り下さい。

【ハガキの送り先】〒175-0094東京都板橋区成増1-28-13 塩住ビル802 スケイルデザインズ 宛
【Eメール送り先】spp@scaledesigns.jp

●プレゼントのみ応募のべ切は2013年1月31日着分まで。当選者発表は賞品の配送をもって代えさせていただきます。※個人情報は誌面作りの参考やプレゼント賞品配達のためにのみ使用し、その他の目的では一切使用致しません。賞品は協賛店から直接配達されますので、必要な個人情報を協賛店に提供します。ご了承ください。

【今号の表紙モデルさん】

ユキさん

——鷺宮でよく行くお店はどこですか?
カノックワン (map G-8 本誌広告P.4) には、たまに行きます。実は鷺宮町内に住んでいないので、お店探は「さぎプレ」をよく使わせてもらってます。

表紙モデルさん募集中!! (年齢性別不問) お問合せ・ご応募はコチラ→ spp@scaledesigns.jp

編集後記

「さぎプレ」の編集スタッフから一言

- 村山 純一** ミヤコ洋品店 (map L-6 本誌広告P.14)
最近は店頭、駅前で、〇〇が食べたい!、コンな店無いか?などの返答に、さぎプレ!! 当たり前に使ってます。
- 田中 章生**
鷺宮の皆さん!鷺宮のゆるキャラ「さぎプー」をよろしくお願いしますね! さぎプー共々鷺宮の町を盛り上げて行きましょう!!
- 武井 征樹** クリーニング キャロット (map B-4 本誌広告P.20)
じわじわ「さぎプレ」の知名度が上がってるのを感じます!ますます頑張ります!

皆様からのご意見・ご感想等をお待ちしております。
【あて先】 sp@syomeikai.com

次号の「さぎプレ」は 発行/10,000部 年3回

2013年4月発行予定です!!

中野にぎわいフェスタに参加!!

写真/文 ● 新井建喜 武蔵野建設産業(株) (map I-10 本誌広告 P.24)



10月7・8日。主催：中野にぎわいフェスタ実行委員会／共催：中野区。2日間で総集客数約9万869人（実行委員会目算）となったこの一大イベントに我々

鷺宮商明会もメイン会場の四季の森公園にて、鳥ももグリルと生ビール販売の露店を出店しました。鳥ももは「これは鷺宮のどこの

お店に行けばまた食べれるんですか？」という質問が何回もくるほど大人気で、2日目は追加仕入れたものの、閉会時間よりかなり前に売り切れ。さすが、毎年鷺小盆踊り大会で鍛えている精鋭部隊であります。

中野の北口にどかんと出来た1.5haの緑あふれる四季の森公園に併設された商業施設はおしゃれで、「なんか中野じゃなく恵比寿みた〜い!」という女子の声も聞かれるほどでした。(にぎわいフェスタ実行委員長、宮島氏と完売万歳!のショット)



我々のもうひとつの目的。それは鷺宮商明会マスコットキャラクターの「さぎプー」をこの世に知らしめること。メインステージで行われる「中野大使選考会」で杉並区キャラなみすけ&ナミー、中野食育キャラうさごはんと一緒に

出演し、ダントツのパフォーマンスを見せました。この様子は中野JCNにて当日生放送されました。今でもユーストリームで見ることができます。検索してね。さぎプーはどこに行っても子供たちに大人気。多くのお客さんにさぎプーを

もらっていただきました。ここで出合った中野の方々が、さぎプーを片手にわが町鷺宮まで遊びに来てくれる、こんなことを夢見て、鷺宮商明会青年部とさぎプーはタグを組んでどこへでも出没しますよ。