

地元情報満載!! 鷺宮商店街のタウンナビ saginomiyan press

さぎや

TAKE
FREE

2017
Spring, Summer
vol. 29

いっ
つも

前
進

広告がより見やす
くなりました!

Gourmet



Shopping



Beauty



Health



Life



Culture



etc!



さぎのみや探検

2017年7・8月頃にはリニューアルも予定、
アットホームな雰囲気「スナック アリエル」を探検!!

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

ななさん



皆様のお越しを
お待ちしております
おります♥

ママ 由美さん





店内は清潔感が溢れ、ゆったりとした空間
7・8月頃には全てカウンターへとリニューアル予定

アットホームな空間

駅北口を出て都立家政方面に少し行った右側に「スナック アリエル」はある。今年の9月で2周年を迎えるこのお店は、7・8月頃に全てカウンターへの大幅なリニューアルを行うとの事。気になる料金は、男女共に¥3,500のセット料金で割り物（ウーロン茶、緑茶）込みで、時間制限無し。ボトルは¥3,000から。カラオケも1曲¥100とリーズナブル。近くの居酒屋からの料理の出前も可。仲間同士でも、一人でゆったりとお酒を楽しむも良しのアットホームなお店だ。



セット料金は男女共に時間制限無しの
¥3,500（ウーロン茶、お茶の割り物込み）
とリーズナブル

スタッフも大募集中!!
詳しくはお問合せ・店頭の張り紙にて

スナック **アリエル**

☎03-5356-7752

【営】20:00～26:00

【休】月曜日

(map C-8 本誌広告P.4)



ボトルは¥3,000～
キープ期間は3ヶ月

すずきや
食のプロが
教えちゃう!!
寿々崑家 のカンタンレシピ

火を使わない暑い夏に最適なメニュー!!

「まぐろスタミナ和え」

【お店の方の一言】

「寿々崑家」鈴木さん
 map I-5 本誌広告 P.7
 暑い夏のスタミナ付けに最適です。是非お試しください。

【材料】(およそ2人前)
 分量はお好みで調整して下さい。

①(醤油漬けの材料)

- マグロ …………… 1 冊
- 醤油 …………… 適量
- うまみ調味料 …… //

- めかぶ …………… 1 パック
- 納豆 …………… //
- とろろ(長芋) … 15cm 位
- 卵黄(お好みで全卵) … 1 ケ
- 刻みネギ …………… 適量



①

予め①のまぐろを1cm角程度に切り、醤油、うまみ調味料で「漬け」を作っておきます。(1~2時間位漬ける)



②

①と残りの全ての材料を混ぜる。納豆のタレと「漬け」の残りの醤油で味を整える。

できあがり!!

お好みでワサビやカラシ、オクラ等を入れても美味しいです。
 ごはんにかけて丼にしてもサイコーです!!

Gourmet



鷺宮今昔物語 24

懐かしい鷺宮の風景写真を紹介するコーナーです。

写真出展：早松正雄 たか著「ふるさと鷺宮」

昭和30年中ごろ



昭和30年中ごろの妙正寺川。
福蔵院、八幡神社に隣接する雑木林は
「天神山」と呼ばれ、人々に愛されていたようです。



現在

まちの「ナイスガイ」をご紹介します

ナイスガイ商店街



●会えるお店

酒の伊勢勇

●ニックネーム

わーぎー

●好きな芸能人

島谷ひとみ

●好きな食べ物

島らつきよ

●僕のおすすめ

豊能梅

●出身地

高円寺 (28歳独身)

●ひとこと

お酒好き過ぎて、都内の何処かで飲んでます。伊勢勇でいつでもお誘い待ってます。彼女いない歴は歳の数、彼女募集中心！伊勢勇で僕と握手!!

「わーぎー」は、酒の伊勢勇 (本誌広告P.16 map L-5) で会えます!!

鷺宮小学校かわら版

写真／文●鷺宮小学校 渡島郁弘 校長先生



アニマル当番活躍中

皆様こんにちは、鷺宮小学校です。

平成29年度も、かわいい1年生を迎え、子供たちは、元気で楽しい学校生活を送っています。

鷺宮小学校は、特色ある教育活動といわれる自慢できるものがいくつもあります。その中の一つが、4年生が担当する「アニマル当番」です。毎年、授業がある日は、4年生全員が交代で動物の世話にあたり、週末や夏休みは当番を決め、子供たちと保護者の方々に世話をしています。年末年始は、日頃音読活動でお世話になっている白鷺音読の会の方々もお世話をしてくださっています。

実は、「学校飼育動物」たちは、毎日の世話に手間がかかり、各地で発生する鳥インフルエンザへの懸念で飼育を断念する学校が増えているなどの理由から姿を消しつつあります。

本校では、休み時間になると、4年生が校庭の飼育小屋に入り、病気を持ち込んだり広げたりしないよう、使い捨ての手袋にマスク、長靴を身に着け、チャボ1羽とウサギ2匹を抱き上げて囲いに入ると、慣れた手つきでフンを掃除し水やエサを取り換えたりしています。

命の大切さを子供のうちに身をもって

学ぶ機会を何とか続け、地域の方々や獣医などの専門家のお力も借り、今後も続けていきたいと願っています。世話をしている動物に子供たちは強い愛着をもち、また気持ちを落ち着かせる効果もあるなど、親子で動物と接する機会をもてることに保護者の方々からも肯定的な意見をいただいています。

この活動は、全国的にもめずらしく命の大切さを学ぶ活動として取材を受け、平成29年3月には、日本経済新聞の夕刊に掲載され、子供たちがさらに活動に熱心に取り組む機会となりました。

今後とも、子供たちへの地域の皆様からの温かなご支援のほど、どうぞ、よろしくお願い申し上げます。



ガッツ 川柳 タイトルマッチ

がつつせんりゆうたいとるまっち

投稿作品を「一般応募チャレンジャー」として、編集部
の独断で選考させていただいております。

今回のお題「はじめる」



ウオーキング 健康維持する OK 牧場!!

永久チャレンジャー



シルバー

夢を抱き 新生活を この街で

練馬区中村南 Hさん



シルバー

英会話 はじめ娘と NO 会話

豊島区南長崎 どりさん



ゴールド

うちの孫 オムツしたまま もうスマホ

練馬区中村 Tさん

一般応募 チャレンジャー

ガッツ石松 II 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『さきブレ』の為に協力いただいている。



次号のお題は「ほっかほか」

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!!
【応募方法】は、44ページをご覧ください。

チャレンジャー
大募集!!

写メおちゃお

読者の自由投稿コーナー

プレ賞

おっさんキャンパーさん
(練馬区中村)

命の洗濯ってやつです。
朝コーヒーはサイコー！



気持ちの良いような風景ですね！
コーヒー(?) もさぞ美味しい事でしょう!!

妙正寺川沿いを
ジョギングしてたら
「リアルさぎプー」を発見！

のりぞーさん
(鷹宮3丁目)



さきプー
「見つかったちゃった! ポクの糞齧です」

新車3001形です。某私鉄へ納入。

西武車輛工業さん
(鷹宮1丁目)



電車の造形って何が好きつけるものが
ありますよねー。

明らかにアレを意識した
カラーリングと文字! ちなみに日本です。

マムロいきま~ずさん
(鷹宮4丁目)



外国に現存あつうのってありますよね~(笑)。
幼児用の遊具に多い気がします……。

秋に熊本へ行きました!
熊本駅で巨大なくまモンがお出迎え(^^)
大きすぎ! 笑

マツコムさん
(若宮3丁目)



鷲足にもこんなサイズのさきプーがあったら……。

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!!

【応募方法】は44ページをご覧ください。

にんじんボーイの お悩み相談

Q こんどの修学旅行で長崎に行きます、長崎は坂が多いと聞きました、
上り坂と下り坂はどちらが多いのでしょうか？（中学生男子）

うーん、それはごめんなさい分からないよー。
でも、上り坂と下り坂にまざって、「まさか」があるからねー！

Q 先日、飲み会の帰りに新宿の高層ビルから夜景を見ました。
とてもキレイでした。おすすめの夜景スポットがあれば教えて
下さい。（30代会社員）

新宿の夜景キレイだよなー、でも新宿の夜景は残業で出来てるって
言うよねえ……。みんなー！ 明日もがんばろー！

テキストに答えちゃうよー。

お悩み募集中。

件名「お悩み相談」で spp@scaledesigns.jp まで

さぎプレ 旅行記

屋久島の旅

写真／文●新井建喜 武蔵野建設産業(株) (map F-10 本誌広告:P.37)



ちょっと前の旅になりますが、屋久島へ行ってきました。日本百名山の一つ、宮之浦岳登山が目的です。

1



鹿児島空港から日本エアコミューターのプロペラ機 Q400 に乗り換えてデンシオン上がります。

2



1日目はまず屋久島探索。

3



落差 88mの大川(おおご)の滝。

4



平内海中温泉。
満潮時は海面下になってしまいますが、このときは干潮なので入れました。
硫黄臭の温泉が下から湧き上がりました。
解放感に心放たれました。

5



2日目、日本百名山、宮之浦岳登山です。
天候はずっと雨。淀川登山口より入山し、10時間で山頂です。道は荒れていて、ぬかるんでいて、雨のため絶景も見えず、修行のような登山でした。
山頂より少し下った新高塚の避難所にて1泊しました。

6



縄文杉を見て、トロッコ道を歩き、荒川口に出ます。

7



新高塚避難所にて一泊。

8



3日目、荒川口へ向かって下山の途中で有名な縄文杉とウィルソン株が見られます。
ウィルソン株の内部から撮影。お約束の構図。

9



もののけの森です。

さぎプーの仲間をつくって!!

あなたの作った仲間が鷺宮公認キャラクターになるかも!?
プロ・アマ、老若男女問いません。 **コンテスト**



「みやピー」
20年前の鷺小6年1組

さぎプーの仲間を考えてみました。
みやピーという名前の女の子です。
さぎプーのガールフレンドという設定で書いてみました。



「さぎちびちゃん」
つきちゃん4さい

4歳の娘が書きました。
ちっちゃい女の子だそうです。
サギプーの妹かな?

コーナータイトル

「さぎプーと○○」も引き続き大募集中!!

例えば……「さぎプーと富士山」とか「さぎプーと温泉」とかテーマは自由!!
写真・絵・イラスト、フォトコラージュ等々、何でもかまいません。
自由な発想で送って下さい。

上の2つの募集は、応募してくれた方**“全員”**に
さぎプーグッズをプレゼント(※)します。

※なくなり次第終了とさせていただきます。

【応募方法】は44ページをご覧ください。



編集後記

「さぎプレ」の編集スタッフから一言

米谷直人 ダスキン明星 (map B-10 本誌広告 P.29)



もっと鷺宮を楽しい街にしたいと青年部員皆で頑張っています！
先ずは、夏の盆踊り楽しみにしててください！

村山純一 ミヤコ洋品店 (map C-6 本誌広告 P.19)



毎号クーポンご利用の方が増えて、うれしい手応えを感じています。
でも、もっともっと遠慮なさらず使ってください！お客さんもお店も win-win なのですから。

二宮真之 株式会社まんまるハウス



暑くなり、ビールが美味しい季節になってきました。
鷺ノ宮にも、ビールに合うおつまみがあるお店が沢山あります♪
フラッと、飲みに行くのはいかがでしょうか～！

皆様からのご意見・ご感想等をお待ちしております。【宛先】 spp@scaledesigns.jp

さぎプレ4コマ漫画
「サギノミヤな日々」でおなじみの...

myo こと サド大沼にまろ

『ヴィジュアル系 冷夜』
★野球部員

毎週木曜 COMICO にて 絶賛連載中!! comico.jp

©comico/サド大沼

次号の「さぎプレ」は
Saginomiyan Press
2017年 秋ごろ発行予定です!!
発行 10,000部 年2回

協力：中野区観光協会

「中野ランニングフェスタ 2017」 に行ってきたよ!



3月12日

中野四季の森公園で行われた「中野ランニングフェスタ 2017」は、
約 4,500 人の参加者ですごく盛り上がってたよ!
おいらは新しくできた中野区体操を踊ったり、
中野区観光大使の皆さんと踊ってきたよ!
中野区体操は練習していったのでバッチリ! どんなもんたい!