

な っ 号

No.18

2014.7.7

モトスミ・ブレーメン通り商店街マガジン[ブレス]

BREATH



We are HANABI.

俺たちといっしょに打ち上がろうぜ!!





moto-sumi BREMEN STR. Band

ブレーメン・バンド

6th Concert

モトスミ・ブレーメンバンド第6回演奏会

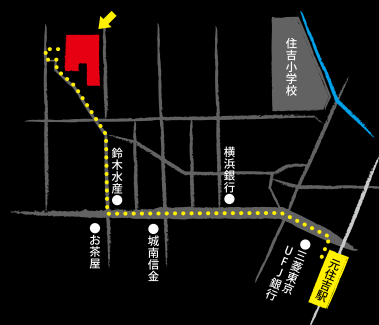
入場無料
みんなで来てね!!

日時：2014.7.27(日) 14:00 開演 (13:30開場)

場所：川崎市国際交流センターホール

川崎市中原区木月祇園町2-2(元住吉駅 徒歩7分)

後援：モトスミ・ブレーメン通り商店街／「音楽のまち・かわさき」推進協議会



第1部 プラス アンサンブル

◆Three Brass Cats 他

第2部 サックス アンサンブル

◆A Whole New World 他

第3部 ビッグ バンド

◆Spain 他

【お問い合わせ】ブレーメン通り商店街事務所：川崎市中原区木月1-29-18

☎044-422-3626



夏



We are HANABI.

(目次イラスト・絵里子)

C O N T E N T S

- 4 「がんばろう ふくしま!」応援店募集 / 2つの世界遺産見学予告
- 6 オズ&ブレーメン共同開催 **スタンプラリー**
- 7 ブレーメンオリジナルビール取扱店募集!! / 商店街近隣夏のイベント情報
- 8 商店街の新顔紹介!!
- 10 ミセス・マダム夏のトレンドコーディネート
 - 12 店主紹介 『住吉神社』次期4代目宮司 吉田勅さん
 - 13 店主紹介 『Dr.ストレッチ』店長 奥出雅之さん
- 14 **チャップリンおばさんの夏バテ予防のワンポイント・ケチャップ料理**
 - 16 青年部情報紹介
 - 17 川崎フロンターレを応援しよう! 小林悠選手
 - 18 ブレーメンバンド
 - 19 短期連載、徒然語り『母は、大魚を待つばかり』
 - 20 各店舗のクーポン付きおすすめ情報/プレゼント当選者リスト
 - 22 商店街の質問に答えます!
 - 23 JAL 工場見学のご招待 / アンケート & プレゼント応募用紙



「がんばろう ふくしま!」応援店を募集しています!!



2011年3月11日の大震災に加え、福島県は東京電力(株)福島第一原子力発電所事故により、大きな被害を受け、丸3年になろうとした今でも、風評による深刻な状況が続いております。

このため福島県では、安全性が確認された本県産の農林水産物を積極的にPRするとともに、全国の販売店・飲食店・宿泊施設や流通関係者の皆さまと一丸となって、福島県の農林水産物の復興に取り組むために「がんばろう ふくしま!」応援店を募集しています。現在、全国で2,100店、福島県外では400店を超える事業者の皆さまが登録されています。

ぜひ、この取り組みにご理解いただき、ご登録くださるよう、お願い申し上げます。



「がんばろう ふくしま!」応援店とは

- 福島県産農林水産物等を継続して販売(食材として活用)していただける企業(会社組織)、任意団体、および個人事業者等。
- 風評を防止するため、安全な福島県産農林水産物の情報提供とPRを行っていただける企業(会社組織)、任意団体、および個人事業者等。

【応援店登録のメリット】

- ①応援店としてホームページでご紹介します!
- ②福島県農林水産物の出荷自粛等の情報をメールで配信します!
- ③福島県農林水産物応援キャンペーンに参加できます!
- ④福島県が作成したPR資材を提供します!

店頭用の「ミニのぼり」、ポスター等 応援グッズ

☆いずれも無料です。

「がんばろう ふくしま!」応援店は、このステッカーとのぼりが目印です。

もっと詳しくお知りになりたい方は
福島県ホームページ

がんばろう ふくしま! 応援店

検索

▲バスツアーの様子がご覧になれます。



新島八重
マスコットキャラクター
「八重たん」



福島県 農産物流通課 〒960-8670 福島県福島市杉妻町2-16

TEL.024-521-7354 FAX.024-521-7942

がんばろう ふくしま! 応援店

検索

ブレーメン・ミュンヘンのクリスマスマーケットと2つの世界遺産見学

- ご旅行日程 平成26年 12月2日(火)～12月7日(日) 6日間
- ご旅行代金 246,000円
- 最少催行人員 15名(募集人員25名) ●締め切り 平成26年10月24日(金)

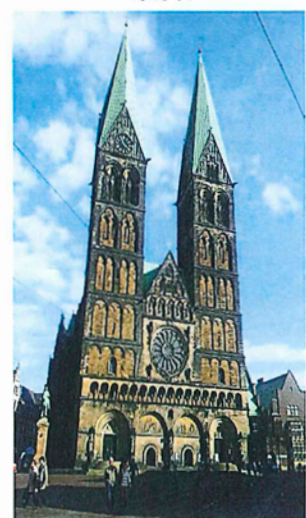
予告

●日程表(予定)

日次	月/日 (曜)	地 名	発着	現地時刻	交通機関	スケジュール・宿泊ホテル等	食事
①	12月2日 (火)	羽田 ミュンヘン	発 着	12:55 17:00	LH715 専用車	羽田空港よりルフトハンザ航空機にてミュンヘンへ [時差-8時間、所要12時間05分] 到着後、ホテルへ 市内レストランにて夕食 【ご宿泊：ミュンヘン ホリディン・シティ・センター】	夕
②	12月3日 (水)	ミュンヘン		終日	専用車	終日、自由行動 夕食：「ホフブローハウス」にて 【ご宿泊：ミュンヘン ホリディン・シティ・センター】	朝 × 夕
③	12月4日 (木)	ミュンヘン " ブレーメン	発 着	午前 14:45 16:00	専用車 LH2112 専用車	午前、ミュンヘン市内観光 (マリエン公園、市庁舎、ヴィクトアアリーエンマルクト、オリンピック公園) 昼食：市内レストランにて 空路、ブレーメンへ 着後、ホテルへ 【ご宿泊：ブレーメン ラディソンブルー・ブレーメン】	朝 昼 ×
④	12月5日 (金)	ブレーメン		終日	専用車	終日、ブレーメン市内と郊外観光及び世界遺産めぐり (聖ペトリ大聖堂、シュノーア地区、ベッドヒャー通り、ゼーゲ通り、 ドリントパーク散策、世界遺産「市庁舎」・「マルクト広場」・ 「ローラント像」、芸術家村) 夕食：市内レストランにて (現地団体の代表者を交えて交流会) 【ご宿泊：ブレーメン ラディソンブルー・ブレーメン】	朝 昼 夕
⑤	12月6日 (土)	ブレーメン ミュンヘン "	発 着 発	午前 13:00 14:15 15:40	専用車 LH2111 LH714	専用車にて空港へ 空路、ミュンヘンへ 着後、航空機乗り換え 乗り継ぎ便で羽田空港へ [時差+8時間、所要11時間45分]	朝 × ×
⑥	12月7日 (日)	羽田	着	11:25		羽田空港到着	機



市庁舎



聖ペトリ大聖堂



ローラント像

旅行代金に含まれるもの

日程表に記載の航空運賃、宿泊代、食事代(朝4・昼2・夕3)、観光バス代、見学入場料、団体行動中のチップ、添乗員経費

旅行代金に含まれないもの

燃油サーチャージ(53,600円)、羽田空港使用料(2,570円)、現地空港税(15,760円)、個人的費用

★お申し込み先: (株)近畿日本ツーリスト神奈川 営業第一課・担当 木村 祐人 TEL045-319-2301
又は、(株)近畿日本ツーリスト神奈川 元住吉旅行センター TEL044-430-5020

★企画協力 モトスミ・ブレーメン通り商店街振興組合



詳しくは、専用のパンフレットをご覧ください(8月上旬発表予定)



オズ&ブレイメン共同開催

スタンプラリー

平成26年9月1日(月)～10月5日(日)まで(開催期間)

- A賞《スタンプ15個以上》川崎工場夜景屋形船クルーズペアチケット(15組)
- B賞《スタンプ10個以上》全農福島賞(会津米5kg+季節の果物)
- C賞《スタンプ 6個以上》商店賞(1000円～相当)

川崎工場夜景

今年はスタンプ15個でOKです! 集めやすくなったA賞は川崎工場夜景屋形船クルーズをペアでご招待!! 川崎の運河を巡って夜景鑑賞とペイブリッジを、屋形船でお食事をしながらお楽しみください。

オズ&ブレイメンスタンプラリーで当てよう!!
今年の景品は川崎工場夜景屋形船ディナークルーズ!!

催行日時: 平成26年10月25日(土) 17:30出発～20:00頃着
集合場所: 元住吉からバスでご案内 16:00 出発予定
行 程: 市民ガイド「工場夜景ナビゲーター」が同行し、ご案内いたします。
元住吉 ⇒ 船着場 ⇒ 屋形船乗船 ⇒ 船着場 ⇒ 元住吉
(塩浜) (工場夜景鑑賞)

工場夜景とは…

ものの作りのために必要なあかり、見せるためではない、演出されたものでもない。その意外性を超える輝き。クリーンな水蒸気とプラントの煙は日々表情が変わる。美しいだけでなく、その奥に日本の成長を育んだ人々の営みが偲ばれる。

眼前に望む工場群は
まさに圧巻!!

京浜工業地帯の夜景はドラマチックで幻想的な異空間です。屋形船の船上から非日常の世界を存分にお楽しみください。

まるでアニメのお城みたい!

川崎産業観光学生プロモーター
縣 里亜さん

川崎産業観光学生プロモーター
岡田 真由子さん 横山 美悠さん

ブレメンビールオリジナル取扱店募集!!

ブレメン通りオリジナルビール取扱店募集!

ブレメン通りオリジナルビールと交流して25年、ブレメン通り商店街近隣ドイツ・ブレメンに加え、今年の秋に武蔵小杉地では、昨年から大型スーパー出店に加え、ブレメン通りに大型商業施設のオープンを抑えた危機感から、ブレメン通り商店街ならではのオリジナルブランドの商品開発を考えています。今回は、ドイツビールの製法(純粋令、原料は麦芽・ホップ・水・酵母のみを原料とする)に基づいて製造されたビール(福島県猪苗代の地ビールで本場ドイツの製法に基づいており磐梯山から湧き出る天然水とドイツ・フランケン地方の大麦・小麦モルト、ホレダウ地方のホップを使用し深みのある味わいのビール)の導入を予定しています。商店街組合の飲食店さんには生ビールを、酒屋さんやスーパーでは瓶ビールの販売をしていただき、ブレメン通りに来なければ飲めない。あるいは買えない。ビールとしてお客様の誘致を図り、商店街への集客と飲食店の売り上げアップに繋がってまいります。

取り扱いできるのは、
モトスミ・ブレメン通り商店街加盟店のみです。
取り扱い商品： 500ml.瓶 1000ml.瓶
10リットル樽 20リットル樽

《ビールの種類》

- ピルスナー
- ラオホ
- ブラウンヴァイツェン
- ヴァイツェン
- ゴールデンエンジェル



ご興味のある方は商店街事務所まで
お問い合わせください。TEL.044-422-3626

商店街近隣 夏のイベント情報

本月1丁目と本月3丁目 盆踊り

日程：7月26日、27日(7月第4の土曜日、日曜日)

場所：本月1丁目→住吉神社 本月3丁目→西公園

住吉神社お祭り

日程：8月23日、24日(8月第4の土曜日、日曜日)

場所：住吉神社境内

おみこし 1丁目の御神輿

日程：8月23日、24日(8月第4の土曜日、日曜日)

時間：土曜日10時出発、日曜日10時出発

集合場所：本月1丁目町会神酒所(コミュニティセンター)

※各イベントは雨天の場合は、中止になります。



かつや

黒字にオレンジ枠のロゴが鮮やかな260店舗余りを展開する「かつや」が3月5日にプレーメン通り商店街の仲間入りをした。午前7時から営業している明るく清潔感がある店内にて店長の白川さんにお話を伺う。

の有名などんぶりを抑え「かつや」のカツ丼が堂々2位。その美味しさは本物だ。
白川さん曰く、ボリュウムはあるがしつこくないところがお客さまを引きつける要因では、とのこと。
開店から約3ヶ月。お客さまは一人か2人連れが多いそう。
「店内にはテーブル席もあります。お子さまメニューはないですが、食べ易いので家族連れの方にもぜひ来てもらいたいです」

(取材と文・肉丸屋バブ五郎)
(撮影・BOND)



BREAD KITCHEN

おんがくたい

ONGAKUTAI



二月末にオープンしたONGAKUTAI。朝7時から夜1時まで焼き立てのパンとビストロ料理を楽しめるお店です。レーズンの天然酵母と国産小麦を使用した本格パンとスイーツは、毎月新商品が登場。お客様の声をもとに、ハード系とソフト系がバランスよく並びます。
ビストロではポットパイやタルティーヌなど、ベーカリー併設だからこそ出せるメニューの他、お酒に合うバテやチーズ、煮込みなどのラインナップ。オーガニックワインと世界のビール、もちろんカフェメニューも揃い、



お友達同士のわいわいランチでもご家族のゆったりディナーでも楽しめます。
三代で利用してもらいたい、と語るオーナーの布川さん。朝型さんにも夜型さんにも嬉しいONGAKUTAI。HPのお得情報も要チェックです！

(取材と文・齋藤倫子)
(撮影・BOND)

ヘアサロン Rucci

4月5日にオープンしたヘアサロン「Rucci（ルッチ）」場所は、コミュニティセンター横の成川薬局の二階。扉を開けると、アンティークな雰囲気シャンデリアが目を引き、レトロとモダンがミックスしたような明るくお洒落な空間が広がる。

お客様の希望や年代、雰囲気やスタイル提案はとても好評で、すでにリピーターが増えている様子。信頼おける精鋭スタイリストが揃っていますよ、と渡部店長。

長時間座っても疲れにくい椅子やフルフラットなシャンプー椅子を採用し、お客様の負担を減らす心遣いもしっかり。季節毎に変わる手作り飲物サービスも美味しいと評判。

ネット予約も可能なので、気軽に自分らしいスタイルを求めてGOしてみたいかが！

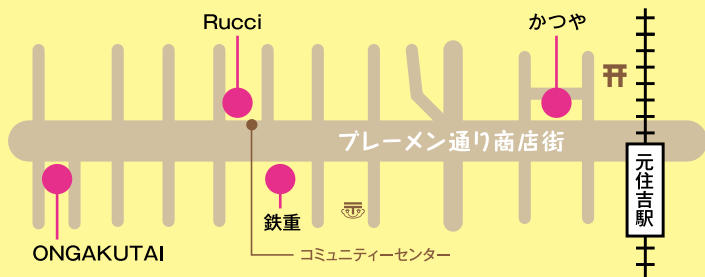


（取材と文・宇宙mix）
（撮影・ねこめ）



和牛キッチン 鉄重

～ブレイメン 行き着く先に 鉄重在り～



美味しくて健康に良いスーパーフードを探索し続けた筆者に、とうとう肉の神様が舞い降りしました。

その名も「鉄重」。肉のことなら何でもお任せ！の、店主重田さんにお話を伺って参りました。

「お肉に含まれる複数の成分。これが無ければ、体内の脂肪は燃焼されません。血糖値が気になる方は、野菜・肉、と摂取の順番を守れば問題ありません。当店は原木仕入れ（※）により、常時新鮮な肉料理を提供しています。美味しい！と笑顔になつて下さることが、皆様の明日の活力に繋がります様、心がけております。」

肉をもつて、邪を制す。これこそ食の常なのです。健康の為に好物を我慢する事は、今夏鉄重で卒業です。

今宵も紳士淑女の皆様へ、愛と肉を込めて。

（取材と文・肉丸屋ハブ吾郎）

※原木仕入れというのは、お肉を塊のまま仕入れることらしいです。



ミセス・マダムの 夏のトレンド コーディネート

Le chic
ル・シック



Bellmode
ベルモード



ベルモードはゲストフォーマルと
通勤着が得意なお店。

この夏一押しのノーブルなタンクドレスをご紹介します。クリームページのレースと黒いタフタのコントラストが粋で、華やかな装いが女心を刺激するドレス。5種類のレースで飾られたラグジュアリーなデザインに身を包めば、誰もが羨む美シルエットをGETできます。タンクドレスは「BREaTH読みました」で先着1名様に限り50%OFFになるとのこと。この夏、誰より愛らしい私でいたい…そんな貴女はぜひベルモードへ!

タンクドレス ¥46,440(税込)
水玉ドレス ¥29,000(税込)

ル・シックは、マダム向けのファッションを主に提供しています。

【PICONE】の新作でワンランクアップのカジュアルコーデネート。アンサンブルのカーディガンは薄・軽・涼の夏仕様。柔らかなピンク色で太陽の光によく映えます。明るい色と白のパンツの組み合わせは、爽やかで品のある印象に。コットンとテンセルの混合素材なので、キャミソールやタンクトップの上に直接羽織っても快適です。ゆったり長めの着丈で、気になる部分をさりげなくカバーしてくれます。アクセントのストールは、トップスと同系色を選ぶことで統一感が生まれます。紫外線対策、目線が高くなりスタイルUP!の嬉しい効果も。

安心の日本製【PICONE】

元々はゴルフウェアのメーカーで、洋服の他に靴下、キャンバス地のカジュアルなバッグなど幅広い商品が揃います。

バック(小) ¥16,200(税込) サンバイザー ¥8,640(税込)

旭屋 Asahiya

旭屋は、ミセス向けメインで提供しています。

1) ワンピース

(ベチコート付) 着丈100cm 日本製
素材: ポリエステル100% ¥15,984(税込)
軽く伸縮性の素材を使用したワンピースです。衿元を美しく見せる後ろ立ち襟、ウェストを目立たなくするために、衿元からウェストにかけて続くカシュクールデザインが優雅な印象のワンピース。ボディラインをスリムに女性らしく演出する一着です。

2) ポレロ

素材: 綿100% 日本製 ¥15,120
強撚フライス綿使用のポレロです、手洗い可なので、クーラー対策に便利な、夏の羽織ものです。

3) デオドラント 汗取り付ノースリーブ

日本製(脇汗パット付) ¥2,700
素材: 綿50%・ポリエステル49%・ポリウレタン1%
汗のpHをコントロールし消臭効果のある、消臭機能糸を使用さらに、吸水速乾糸を使用しているので、肌離れ性に優れた快適な着心地を実現します。



Pickle ピックル



ピックルはマダム向けパンツの品揃えが充実しています。

サイズ展開は9~15号。裾直し等アフターサービスも充実しているため、遠方からのお客様も見える程。パンツで体型カバーしたい方にオススメです。

上品な隠しレース柄のクロップドパンツはチュニック丈にお似合い。流行のストレートパンツは風通しが良く見た目の涼感にも優れた楊柳素材。どちらも洗濯機で洗えて乾きやすく夏のヘビーユースにも耐えられます。掲載のパンツ2種とも10%OFFになるとのこと。

クロップド ¥7,450 (税込)
ストレート ¥13,900 (税込)



La Seine ラ・セーヌ

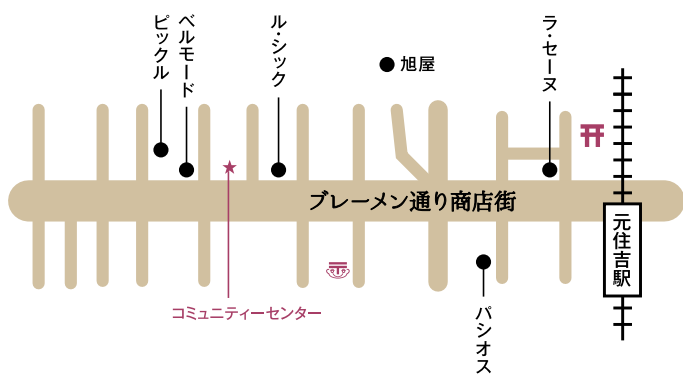


ラ・セーヌは、ミセスのお出かけ着を主に提供しています。

夏らしく涼やかな着心地のワンピース。緩やかな裾広がり、のプリンセスシルエットは、動く度にしなやかに揺れて着る人の仕草まで美しく見せてくれるデザインです。エスパンディというソフトで自然なストレッチ素材と肌に優しい綿素材を組み合わせ、さらさらで快適な着心地です。このお袖丈なら一枚着用でも、カーディガンやレースジャケットと合わせても。お洒落で機能的なコーディネート提案もお任せ下さい。見た目も着心地も涼しく爽やかな楽チンワンピース、これからの季節のお出掛けにいかがでしょうか？

一枚でサマになるTシャツやブラウス、華やかな柄物など夏に嬉しいお洒落着もご用意しています。

ワンピース ¥12,798 (税込)
ブラウス ¥13,716 (税込)



パシオス Pashios

パシオスは、ヤング~マダム・シニアまで、幅広い年齢層に対応し、カジュアルから冠婚葬祭にも対応できる豊富な品揃えを提供。

《マダム》

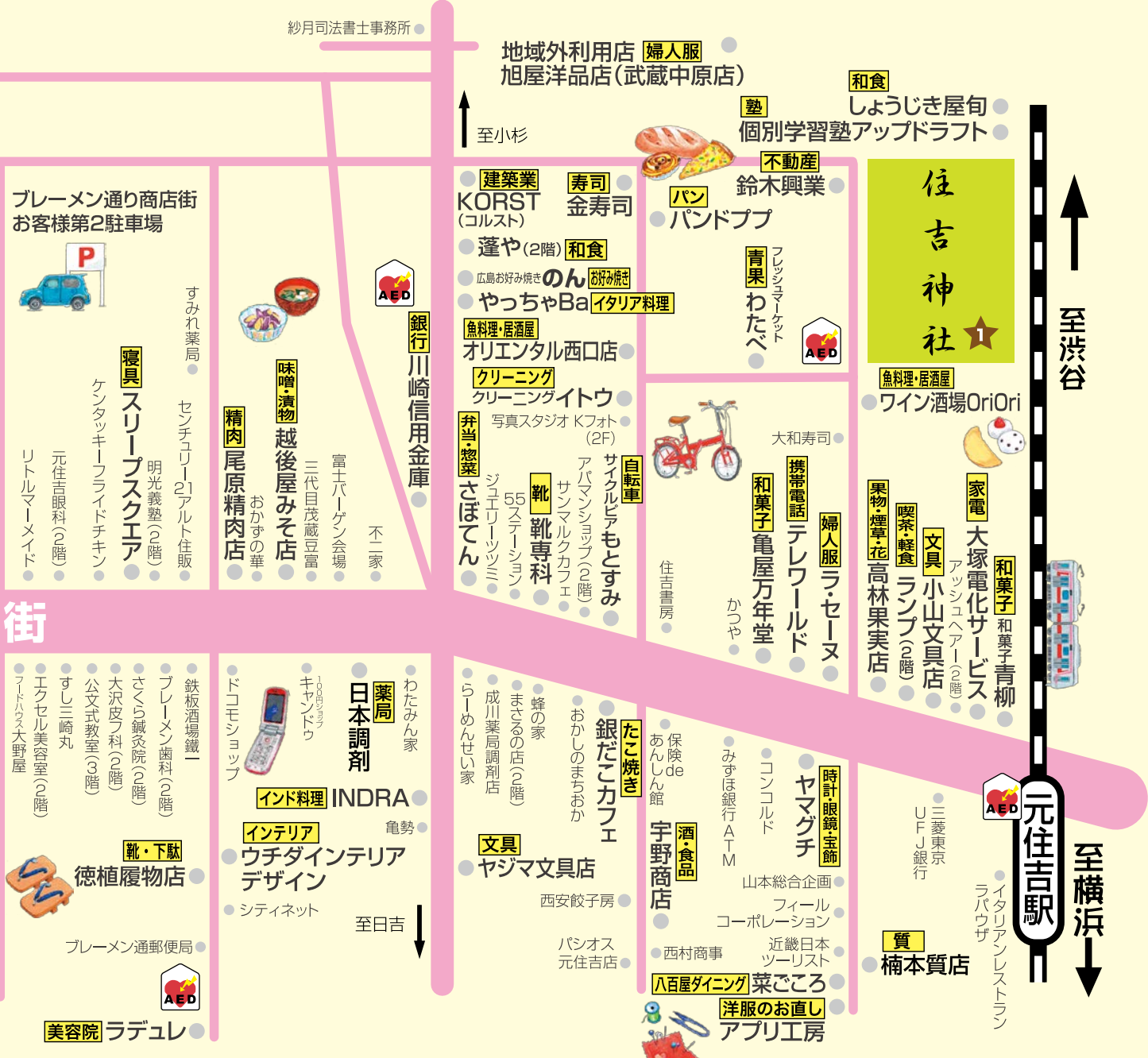
プライベートブランド【FOVL】のアイテムを中心に、落ち着いたピンク×黒のコーディネート。クリアカラーの大ぶりのネックレスと七分丈パンツは見た目も涼しげで、是非取り入れたいアイテムです。つま先の開いたウェッジソールサンダルは、歩きやすさ◎ベディキュアもお忘れなく♡

《ヤングミセス》

こちらは【API】を中心に、オリエンタルな雰囲気の出ニックが主役。柄物は落ち着いた色調のものを選べばスマートに着こなせます。帽子とバッグ、パンプスの色味を抑えることで美しい柄が引き立ちます。長めのネックレスで縦長のラインを作りましょう！



※写真の商品は一例です。



★ 趣味は映画鑑賞と写真

店主紹介 『住吉神社』次期4代目宮司 吉田勅さん

(取材・文 さわい)

写真が趣味となったきっかけはなんと小学生の時にある。林間学校へ行くにあたりご家族がカメラを買ってくれ目覚めたそうだ。吉田さんの被写体の多くは風景。取材に伺った時も「先々週、北海道に行つて来ました」とのこと。「これからの季節は美瑛や富良野、知床がいいですね。東北では唯一山形に行ったことがないんです。山形は桜のすばらしいところもあるので今度ぜひ撮りに行きたいですね」

吉田さんは、生まれも育ちも元住吉だ。かつてとは比べものにならないほど人通りは増え、風景も様変わりしているという。しかし、昔と変わらず今日も住吉神社は元住吉と私たちを見守ってくれている。



元住吉駅からほど近くにありながら商店街の喧噪とは一線を画している住吉神社。その歴史は古く1909年に10の神社を合祀したのが起源で、当時の村名(住吉村)が命名の由来となっている。その頃より代々、住吉神社で神職を務められていた吉田家。現在は3代目。静寂に包まれた住吉神社に伺つと次期4代目宮司の吉田さんが迎えてくれた。

「神社」という存在は、子供の頃から初詣、七五三、夏祭りなど比較的身近な存在でありながらそこに奉職している方の仕事、日常はあまり想像がつかない。

まず驚かされたのは、神社には一年のうちに決まった休みが全くないということだ。年末年始をはじめ、節分や七五三、そして弔事慶事は土日が多い。とはいえ、家族内でスケジュールを調整し休日をとったり仕事終わりになどに趣味の時間を作りリフレッシュしている。吉田さんの趣味は映画鑑賞と写真だ。映画鑑賞は専ら映画館。家でDVDを観るより映画に集中できるからというこだわりだ。

新しい色に
変りました!!

大きい文字のお店は
ブレカ加盟店です
1人1枚お得な
ブレカを作ろう!!



だんごの美好
らーめん味噌や
スーパー荏原屋
韓国村
スーパーマルエツ

栄光ゼミナール(2階)
鮮魚・魚介類 鈴木水産
サイクルスポット元住吉店

衣料品 洋服のカクハチ堂

寿司 すしのしん
ピッツェリア ファップリカ10000
鶏肉・惣菜 惣菜焼鳥の鳥庄
眼鏡 メガネのウイंक

《モトスミコアビル》
元住吉腎クリニック(3階) ●
お好み焼き お好み焼き ぼちぼち(2階) ●
婦人服 プティックピククル ●
婦人服 ベルモード ●
イモパイル元住吉店 ●
松屋 ●
ペットエコデポ ●
かまぼこの能登屋 ●
サティワン ●
アイスクリーム ●
スーパーマルエツ ●

ブレメン通り商店街
お客様第1駐車場
P
ジャイプール ●
インド料理 ●
アトリエ5 ●
靴 エービーシー・マート ●
Tomod's ●
証券ジャパン(2階) ●
TSUTAYA ●
コミュニティセンター ●
薬局 成川薬局 ●
Rucchi(2階) ●
やすらぎ整骨院 ●
保育みらい(こ) (2階) ●
Tomod's ●

鉄板焼き ゆうき亭 ●
Tomod's 調剤薬局店 ●
婦人服 ル・シック ●
きりん美容室(2階) ●
小学館アカデミー(3階) ●
銀行 横浜銀行 ●

ブレメン通り商店

Dr.ストレッチ ●
Tomod's ●
和牛キッチン 鉄重 ●
チリペッパー(2階) シッター ●
メンズクラブ ダンディー 紳士服 ●
アイラッシュサロン まつげエクステ chouchou(2階) ●
カルデイコーヒーファーム コーヒー店 ●
ぐーばー ●
メガネスーパー ●
ソバダイニング ●
富士見庵 蕎麦 ●
氷・燃料 谷口商会 ●
auショップ ●
川崎家電 家電 ●
美容室えるえら(2階) ●
オステリアポッカーノ ●
キッチンアートナベヤ ●
眼鏡市場 ●
和風喫茶 嵯峨野(2階) 喫茶店 ●
城南信用金庫 銀行 ●
荏原屋みのり店 ●
ソフトバンクショップ ●
からあげ縁 ●
上島珈琲店 コーヒー店 ●
フェリススタジオ(2階) ●
アंक(ハーフ) (2階) 美容院 ●
スマイル整骨院(2階) ●
東京堂 ●
BREAD KITCHEN ONGAKUTAI パン 喫茶 ●
アフラックサービスショップ ●
ホームドライ クリーニング ●
茶仙庵 お茶・海苔 ●
リーフ整骨院 ●
オリジン弁当 ●

(イラスト・Narako)

★ 必殺技は『チャンピオンの拳』

笑顔が素敵で黄色いシャツが似合う奥出雅之さん。物腰柔らかで穏やかな店長さんだが、実はプロ総合格闘家であり、ZST(ゼスト)初代フェザー級チャンピオンだ。

店主紹介『Dr.ストレッチ』店長 奥出雅之さん

(取材・文 中島ひろこ)

もあるという。私も右足10分の無料体験をした。リラクゼーションでは無いので時折痛みもあるが、施術前は前屈で指先が床に触れる程度が、第二関節までつくようになった。術後は右足が付け根からほかほか暖かい。運動効果があるので、ダイエットも期待できそう。『コアバランスストレッチ』は不快症状に合わせお客様の状態を大きく動かし、骨格を支える深層の筋肉を緩めて伸ばすことで症状の改善をはかる。整体、鍼灸、カイロ等様々な施術を経たお客様から、「今まで味わったことが無い感覚。これを持っていた!」と喜ばれている。熱い支持を受け、元住吉店は平成26年6月29日で1周年を迎えた。清潔な店内には活気が溢れる。また、不定期でお客様の前にヒーローが現れ、笑い声が絶えない。自主性を尊重し、ミスは怒らない奥出店長だから、スタッフが生きて働いているのだらう。「深層筋が伸びると、とても気持ちがいいです。是非新感覚を体験しに来て下さい。」



まずは基本の
分量で作し、
使う時に
お好みに調整

～酸味と甘みを活かす～

玉ねぎのパワー和え

(冷蔵庫保存5～6日)

<材料>

新玉ねぎ……………2個 400～500g
(内赤玉ねぎ120g)
ケチャップ……………小さじ2
りんご酢……………大さじ1
梅酢……………小さじ2
芽カブ細切り(乾燥) ……大さじ2

<応用例>

★卵焼きに入れる。
★納豆に合わせる。
★冷奴、焼き生揚げにのせる。
★サラダ、マリネに加える。

<作り方>

1. 新玉ねぎは洗って皮を剥き、縦半分に切り、縦薄切りにして20分置く。ケチャップを絡め、耐熱皿に入れ、電子レンジ(600W)で2分前後加熱する。シャキシャキ感を残すためには、60℃前後の加熱にとどめ、辛みを抑える。
2. りんご酢と、梅酢を合わせ、1に加えてよく混ぜ、なじませ、芽カブを合わせる。りんご酢、梅酢が無い時は、お好みの食酢に塩2つまみを加えます。(芽カブは乾燥ワカメで代用可)クエン酸は疲労回復に役立つ。レモン汁や梅干しを刻んで加えても良い。ケチャップは玉ねぎの匂いを抑え、旨味をプラスする。



切干の煮びたしやお好みの生野菜を盛り合わせて、ジャコ、ゴマをトッピングして完成。味の調整はポン酢などです。



薄切りにして20分置くと
血液サラサラ成分が増す。



電子レンジにかけ、りんご酢・梅酢・芽カブ
を加え、なじんだら冷ます。



フタ付容器に入れ、冷蔵庫保存します。
赤玉ねぎ入りは、時間がたつとピンク色に。

～酸味は控えめにし、辛み・スパイスの味を活かす～

切干の煮びたし

(冷蔵庫保存5～6日)

<材料>

切干大根……………60g
【つじる 浸け汁】
ケチャップ……………大さじ1
水……………400cc
りんご酢(米酢) ……大さじ1
塩……………小さじ1/3
オリーブ油……………小さじ1
カレー粉……………小さじ1/4
生姜汁……………小さじ1～2
すり胡麻……………大さじ4～5

<作り方>

1. 切干大根は、良くほぐし、手早く洗い、ザルに上げる。
2. 浸け汁を鍋に入れ、切干を入れる。10分浸して、弱火にかけ、ゆっくり煮立てる。煮立ったら5～8分煮て、フタを取り、好みの柔らかさに煮詰め、りんご酢、塩、オリーブ油、カレー粉、生姜汁を加えて味を調える。
3. 炒り胡麻をすり、食べる時にたっぷり加える。

※ ケチャップ使いはチャップリンおばさんの裏ワザ。干し大根の匂い取りとトマトの旨味・グルタミン酸、抗酸化物質・リコピン効果を活用。

※ 切干大根は、ビタミン、ミネラル、食物繊維豊富。洗い過ぎ、戻し過ぎ、戻し汁を絞って調理すると、栄養素は半減! そこで、ケチャップ入りの浸け汁で戻し、お好みの柔らかさに煮る。調味料は少量で、切干しが持つ栄養と美味しさ丸ごとエコになるクッキング。

<応用例>

肉、魚、卵に付け合わせとして
★ジャコ、鰹節と合わせる。
★オクラ、長芋と合わせる。
★胡麻和え、白和えにする。
★冷やし中華に合わせる。



煮汁を煮詰め、
味付けた状態(完成)



切干大根を浅く煮た状態

藤崎里子(チャップリンおばさん) 食用研究家・栄養士
免疫力アップ家庭料理を得意としている。素材を美味しくするケチャップ使いの料理法は注目を集め、テレビでも紹介された。簡単に経済的なレシピが特徴で、食材を丸ごと活かす調理方法。プレーメン通り商店街で、食材探訪を楽しむ他、無農薬野菜農園(かねこふあ〜むのやさい塾)で育てた野菜を使ったランチの献立担当。趣味の一つは、音楽を聴くことでモトミ・プレーメンバンドのファンでもある。

～フライパンで作る・冷めても美味しい料理～

鶏肉のケチャップ・マリネ・ロースト

(冷蔵庫保存3～4日)

<材料>

鶏ムネ肉(1枚).....300g前後
ケチャップ.....小さじ1/2

(マリネ調味料)

ケチャップ.....大さじ1
塩.....小さじ1/2
醤油.....小さじ1/2
お好みで.....生姜汁少々

鶏のムネ肉には、疲労回復に効果的な、イミダ・ペプチドという成分が含まれています。夏バテ予防の主菜として、また、サラダや炒め物などにハムやベーコンの代用として便利。

<作り方>

1. 鶏ムネ肉は、ケチャップをからめ、ざっと水洗いし、ペーパータオルで水分を拭きとり、観音開きにして、3切れに切る。
2. ケチャップ、塩、醤油を合わせて、1に絡めつけ15分置く(チルドルームに半日おいても良い)
3. 樹脂加工・フライパンに、鶏ムネ肉の皮目を下に並べ入れ、上から押さえつける。中火弱にして、香ばしい香りが立つまで焼く。裏返してフタをし、弱火にして5分焼く。皿に取り出して、重ねて冷ます(余熱でふっくらと火が通ります)。食べる時にそぎ切りや細割きにして、盛り付け、お好みのソース(辛子醤油、醤油ドレッシング、酢味噌)などでどうぞ!

※ 鶏ムネ肉ロースト60～70g。常備菜2種、生野菜(チコリ、ミニトマトなど)、レモン、生姜を盛り合わせました。



鶏ムネ肉を観音開きにし、厚さを揃え、3切れにする。



焼き上げて皿に取り出し、重ねる。(余熱で、中まで火を通す。)保存はラップに包み冷蔵庫に保存する。

～ランチ・メニュー・蕎麦つゆを添えて～

蕎麦のワンプレート

蕎麦と玉ねぎのパワー和え、切干の煮びたし、生野菜、ゴーヤの卵とじの盛り合わせ。

ゴーヤの卵とじの材料～玉ねぎのパワー和えを利用～

<材料2人前>

ゴーヤ.....60g
エノキタケ.....50g
人参.....40g
玉ねぎのパワー和え.....大さじ2
塩、コショウ.....少々
卵(M).....2個
ケチャップ.....小さじ1
オリーブオイル.....小さじ2

<作り方>

1. ゴーヤは洗って、縦割りしわたを取り、斜め薄切り。エノキタケは石付を落とし、2～3cmに切る。人参は千切りにする。
2. ボールに卵を割り入れ、ケチャップを加え溶き混ぜる。
3. フライパンに1、を入れ火にかける。オリーブオイルを加え炒める。色よく炒めて、塩コショウで味をつけ、エノキタケ、玉ねぎのパワー和え、2を入れ1分フタをして、火を止める。お好みで豆腐を加えれば、チャンプルーになります。

夏バテ予防に役立つヒント!!

夏は、体の冷やし過ぎにご用心!偏らない栄養補給は基本ですが、胃腸が、元気になる食べ物を摂り、よく噛む食習慣を持つことも大切です。胃腸の働きを整え、腸の免疫力を高めるために、生野菜だけでなく、温野菜を積極的に摂りいれましょう。我が家の夏バテ予防～主な食材を表にまとめてみました。

腸内の善玉菌を増やす食材	食欲を高め、胃腸を整える食材	疲労回復に役立つ食材
根菜類、切干大根、にんじん	生姜、ウコン、シナモン、 コリアンダー(香菜)、クミン、	鶏ムネ肉、手羽先、手羽元、 豚肩ロース肉、牛腔肉
葱類(ニラ、新玉葱、長ネギ)、かぼちゃ、里芋	大葉、ニンニク、大根おろし、ワサビ、唐辛子、辛子	卵、ウズラ卵、大豆とその加工品
ねばねば食材:オクラ、大和芋(長芋)、芽カブ	発酵食品(味噌、醤油、ヨーグルト、納豆、チーズ、糠漬け)	鰻、どじょう、鱈、鯉、鯖、 秋刀魚など青身魚
トマト、水菜、ゴーヤ、豆苗、パプリカ、ピーマン	カレー粉(ウコン、コリアンダー、シナモン、クミンを含む)	オイルサーディン(缶)、じゃこ(干し)、 サクラエビ(干し)
胡麻、エゴマ、枝豆、オリーブオイル(オレイン酸を含む)、クルミ、アーモンド	トマトケチャップ(トマト、香辛料、 玉葱などが凝縮されている調味料)	クエン酸を含む食材(梅ぼし、梅酢、 レモンなど)、蜂蜜、黒砂糖、梅ジュース

ブレーメン通り商店街

青年部

商店街を盛上げるのは俺たちだ！



CAST

ITO

OSHIMOTO | UCHIDA | MATSUMOTO | YAMASAKI

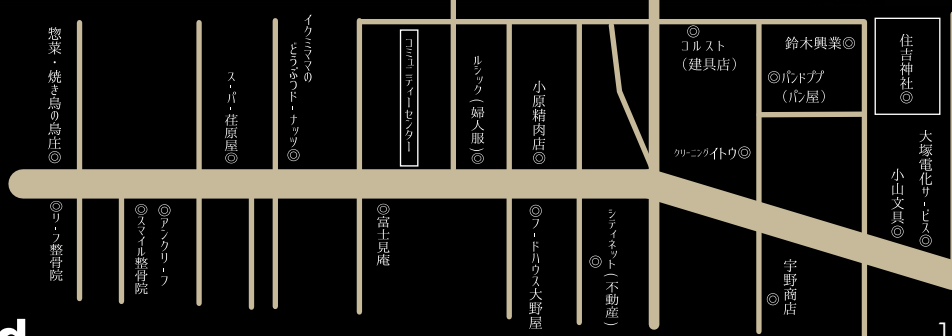
NAKAJIMA | SATO | YOSHIDA | UNO | KOBAYASHI | NAKAMURA

and more...

青年部MAP

紗月司法書士事務所◎

◎ファーストラナニング



青年部 Facebook
QRコード →



To be continued.

パパはストライカー

2014ワールドカップイヤーJリーグの中で代表候補として注目される選手の中に川崎フロンターレ所属小林悠選手の名前もありました。

正確なトラップからしなやかな動きで切り返してのシュート、滞空時間の長いジャンプで競り合いに勝つ上手さ、俊敏なその動きから相手の裏

を取る駆け引きの巧みさ。残念ながら今回のブラジルには届かなかったけれど、ここ最近の小林選手の成長ぶりにはフロンターレの未来を託すエースとして期待せずにはいられません。

前半戦は11試合で6ゴールという素晴らしい結果を出していますが、そ

の中でもホーム等々力での鹿島戦で挙げたゴールは「J1 5月の月間ベストゴール」にも選ばれています。

そんな小林選手はサッカーを離れば4月に生まれたばかりの男の子の新米パパ。

「お風呂は毎日入れていますよ。笑うようになつてきてかわいいんですよね。練習から帰ったら僕が抱っこして、その間に奥さんがご飯の支度をしています。食事は肉と魚、それに野菜を沢山で7、8品、バランス良く作ってもらっています。とても美味しいです。」

それが小林選手のパワーの源なんです。



《フォワード》小林 悠 選手



KAWASAKI Frontale



「あの試合でゴールできたときはすごく嬉しかったですね。ゴール自体も恵剛さんからの速いパスをしっかりと止めて打つという、練習通りのいい形のものでしたけど、自分で決めて祝うことができて記念になりました。僕にとつてのベストゴールです。子どもが大きくなったら一緒にサッカーをするのが今から楽しみなんです。父親がサッカー選手だと認識してもらえ年になるまでは活躍していて、自慢できるお父さんになりたいです」



今年のフロンターレのサッカーは見ていて面白い、楽しいと話題になっていますが？

「いいサッカーをやっていると思います。他のチームの選手からもフロンターレのサッカーは凄いと聞かれたりしますけど、そういうふうに言われることは嬉しいですし、そんなチームが優勝できれば理想ですよ。風間監督のサッカーも3年目でみんなに浸透してきて、統一されてきているし：僕は今年5年目ですけど、今年が一番タイトルに近いんじゃないかなと感じています。中断前は試合数が多くてコンディション調整も大変でしたけど、疲れも取れて後半戦はベストな状態で試合に臨めます。キャンプでしっかりとトレーニングもやりまして、よりレベルアップして戦えると思います。僕個人としてもチームの勝利に繋がるゴールを決めて、得点を重ねていけたらと…それを目標に頑張ります」

(取材と文・早川清美
(撮影・小宮千尋)

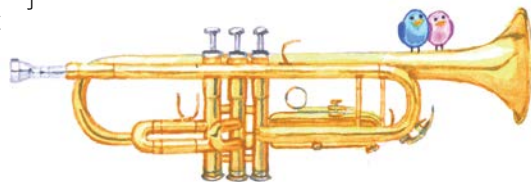


プレス春号にて、ブレーメンバンド結成時の真の目的は同バンド宇野さんの結婚相手を見つけるため、とご紹介しましたが結成時より通り過ぎて行った女性には、天に輝く星の数。(※宇野さんについて詳しく知りたい方、宇野商店、又はインフォメーションセンターまでお気軽に！)

その中でも今回は、とびきりヤングでキュートな女子大生メンバー、村石瞳さんと羽生ひかるさんにお話を伺って参りました。

まずは、トランペットをこよなく愛する歴史ガール、村石さんをご紹介します。笑顔がキュートな癒し系村石さんは中学校の部活動にてトランペットを始めました。満天の星の下、河原でトランペットを練習して青春を感じたいつかの夜。近隣より苦情が来た事も(笑)。ちなみに大のつく歴史好きの村石さんとの旅行では、神社仏閣のナビ散歩がもれなくつくるとか！

そして今度は、そんな村石さんがキツカケでバンドに入団した、羽生ひかるさんをご紹介。知的なハンサムガール羽生さんは、栄養学を専門に学ぶ理科ガール、ホルン一筋の羽生



 moto-sumi
BREMEN STR. Band
スレーメン・バンド



《ホルン奏者》
羽生ひかるさん



《トランペット奏者》
村石瞳さん



(取材と文・肉丸屋バブ五郎)
(イラスト・Narako)

さん。学業にアルバイトに忙しく奔走する中で、ブレーメンバンドはとても心が落ち着く大切な場所だそうです。

ですが、メインである宇野さんの婚活についてはお二人ともどこ吹く風。二人は赤ちゃんの頃からの幼馴染で、苦楽を共にしてきた竹馬の友。そんなお二人に仲良しの秘訣は？と伺ったところ「二人とも、性格が正反対なんです。でも、違うから良い。その分お互いを認め合えます。とりあえず今のところはどっちが早くお嫁に行けるか競争です！(笑)」

良い話です。筆者もなつかしい親友に電話をかけてみたくなりました。若き夢と希望に満ちたお二人のご活躍を心より願っております。

母は、大魚を待つばかり

「おいしい鰯のタタキが食べたい人ー。」「ハイ」と二人問答で息子には、「そういう訳でおつかさん明日の休みは沼津に行くから。」「あんたまた釣りなの、おじさん達と海釣りばかり行つたら彼女なんか出来る訳ないわよね。」「こんな会話を何度繰り返したろうか。お仲間さんは皆さん年長の妻帯者ばかりだ。

「海釣りばかりじゃなくてさ、陸釣りも教えてもらつたら。」と言つた事がある。

次の釣りの時早速息子は仲間にその話をしたらしい。「陸釣りのコマセ代は高いぞ。」「魚は食べるけど女房は喰えないもんなー。」等々の答えが返つてきたという話に思わず大笑いしてしまった。

しかし笑つてゐる場合ではない。大学を卒業してすぐ自営の店に入つてしまったことも有り、なかなか女性との出会いも少ないというのに。今日も今日とて朝の三時頃、ランドクルーザーに釣り仲間を乗せて出掛けて行つたよつだ。

文句を言い乍らも、釣りたてで造つた鰯のタタキや鰯鯖などで飲む一杯はたまらなく美味しい、悔しいけど。

「ほらね、美味しいだろう。」という得意顔に「うん」と言つてしまふ。

時は流れて、釣り仲間もそれぞれの事情が生じ一人減り二人減りで暫くは一人で出掛けたりしていた。しかし、ついにランクルも手放し、ここ数年釣りには行つていない。だけれど彼女は未だにできない、魚釣りとは何の関係もないと言つ事だつたよつだ。未だまだ当分母の悩みはつぎる事がなさそつだ。

（文・伊奈かの子
イラスト・ねこめ）



▶ジャイブール
コーヒー
or チャイ **1杯無料券**
有効期限
~2014.9.30
お一人様1枚限り
または、1グループで1枚

▶ワイン酒場OriOri
本日の
カルパッチョ盛り **15%OFF!!**
有効期限
~2014.9.30

▶オリエンタル西口店
お会計から→ **15%OFF**
有効期限
~2014.9.30
※1グループ1枚まで、宴会コース・他クーポン等併用不可。

▶八百屋ダイニング 菜ごころ
ランチコース **20%OFF**
有効期限
~2014.9.30
ご注文のお客様



**食欲の秋!
スパイシーなインド料理を!**

本場のインド料理をアツアツのナンで食べてみませんか?
チーズがとろけるチーズナンや活力をつけるガーリックナン、甘いデザートにアップルナンと色々なナンをとりそろえています。
ご来店お待ちしております。

▶インド料理レストラン ジャイブール
TEL:044-411-1640
http://r.gnavi.co.jp/p383000



**OriOriに来たらまずはコレ!
カルパッチョ盛り**

鮮度にこだわった魚屋ならではの豪快なカルパッチョです!
その日に入荷した鮮魚をおいしいうちに
お得に食べてくださいー!

▶ワイン酒場OriOri
TEL:044-820-6897
http://www.bremen-st.com



**この度名前が変わりました!
新生オリエンタル西口店**

『網焼き吞々』は、8月頃より『さかなの台所オリエンタル西口店』としてリニューアルを予定しています!
人気名物「七輪焼き」はそのままだに、「さかな屋ならではの寿司」も導入予定です!今後とも、グレードアップする『オリエンタル西口店』にご期待下さい。

▶オリエンタル 西口店
TEL:044-948-9133
http://www.bremen-st.com



**野菜のおいしいレストラン!
ランチコース**

こだわりの野菜をふんだんに使った農園プレートから始まるコースは全部で4種類!落ち着いた雰囲気の店内でゆっくりとランチタイムはいかがですか!

▶八百屋ダイニング 菜ごころ
TEL:044-434-1122
http://www.nagocoro.jp

ブレメンを
おとくに 楽しもう!!
《クーポン券》

有効期限は店舗により
異なりますのでご確認ください。
各券の有効期限を切ってしまうと
無効となります。

クーポン広告を載せませんか?

《商店街組合員様》…1枚 ¥2,000
《他商店街組合員様》……1枚 ¥5,000
《一般企業様》……………1枚 ¥20,000

●お申込みは
モトスミ・ブレメン通り商店街振興組合
TEL:044-422-3626

同時に、商店街組合員も募集!!



**クーポン券の
お店MAP!!**

まずはクーポン券を
全部切つて
財布に入れしん
ぐ便利だよ

お得な
お買い物を
しよう!!
みなさんで
利用して
さっさと
お買い物



**選ぶ楽しさ!クーポンで更にお得
HAPPY4YOUがお得**

「HAPPY4YOU」キャンペーンは4種類のアイスクリームを選ぶ、フレーバーバラエティを最高に楽しんでもいただけるキャンペーン!
「選ぶ楽しさ」を実感し、たくさんのHAPPYを体験してください!!…HAPPY4YOUカップ1コ500円(税込)

▶サーティワンアイスクリーム 元住吉ブレメン通り店
TEL:044-422-9131
http://www.31ice.co.jp



**テレビや雑誌で紹介
20種類ある焼き鳥**

スパイシー、塩だれ、バジル焼等々、オリジナリティのあふれる焼き鳥が揃っています。ばらしたての国産鶏肉がその日のうちに入荷するので、鮮度肉質などは、食べて違いがわかります。
サラダやお惣菜も種類が豊富。是非一度お立ち寄りください。

▶惣菜・焼鳥 鳥庄
TEL:044-411-0778
http://www.bremen-st.com



**子供に食べさせたい! 伝えたい!
心温まるおふくろの味**

30年~40年の素材を知り尽したベテランが、新鮮で旬の食材を使いお惣菜を作っています。一押しは、きんぴら・筑前煮・ひじき等々。素材の味を絶妙に引き出し、仕事で忙しい奥様の代わりに、荏原屋はおふくろの優しい味を提供しています。是非御利用下さい。

▶スーパー 荏原屋
TEL:044-433-7525
http://www.bremen-st.com/



**夏のオススメ!
2品の冷製蕎麦!と白海老!**

1つめは、冷製トマト蕎麦。白醤油の出汁に漬け込んだトマトを冷たい出汁と一緒にサッパリと!
2つめは、冷製アサリ蕎麦。アサリの旨味たっぷりの冷製蕎麦です!白海老の天おろし蕎麦。夏限定の富山産の白海老です!たっぷりの大根おろしと一緒に召し上がり下さい。

▶ソバダイニング 富士見庵
TEL:044-433-3781
http://www.bremen-st.com

▶サーティワンアイスクリーム 有効期限
~2014.7.31
「HAPPY4YOU」商品1コにつき
50円引き(元住吉限定)

▶惣菜・焼鳥 鳥庄 有効期限
~2014.9.30
お一人様
一枚限り **プレカポイント6倍出し**

▶スーパー 荏原屋 有効期限
~2014.9.30
お一人様
一枚限り **惣菜3つまで10%引き**

▶ソバダイニング 富士見庵 有効期限
~2014.9.30
**オリジナル特上!そば焼酎ボトル
¥3,300→¥2,500**

▶パシオス元住吉店 有効期限 ~2014.7.20
夏物商品レジにて**2割引**
(1部対象外有り)

▶近畿日本ツーリスト 有効期限 ~2014.9.30
近畿日本ツーリストのメイト(国内)とホリデー(海外)をお申し込みのお客様にあると便利なトラベルグッズをプレゼントします。**1グループで1つ!**

▶小学館アカデミー 有効期限 ~2014.9.30
体験レッスン+**1レッスンプレゼント**

▶アプリ工房 有効期限 ~2014.9.30
1回のご利用額1,000円以上で**10%OFF**



12

夏物大処分!!

夏真っ盛り、夏物商品新規商品から値下げ商品まで今付いている価格よりレジにて2割引(一部対象外商品有り)割引率は割引率の高い方で御精算いたします。)

▶パシオス元住吉店
TEL:044-411-6481
http://www.paseos.co.jp



11

元住吉旅行センター限定企画! 便利なトラベルグッズ

8月2日で開店一周年を迎えます。それを記念して8月2日と3日にお子様を対象にしたイベントを行います。詳しくはHPで。年末年始のご予約はお早めに。まずはご相談ください。クラブツーリズムのご予約のお支払いも取扱っています。

▶近畿日本ツーリスト
TEL:044-430-5020
http://www.knt-kanagawa.jp



10

モトスミブレイメン通り教室限定 体験レッスン+1!!

先生が良い教室部門第1に選ばれました。小学館の英語・算数・数学・国語教室。一回のお試しレッスンでは様子が分からないとお考えの方、是非このクーポンの御利用をお勧めします。サマーレッスンあります。

▶小学館アカデミー
TEL:0120-415-861
http://www.415861.com/



9

まもなく3周年 洋服のお直しアプリ工房

おかげさまで7月13日で開店3周年を迎えます。日頃のご愛顧に感謝を込めてささやかですが割引クーポンをご用意致しました。ご来店をお待ちしております。

▶アプリ工房
TEL:080-41400-3410
http://www.4140opricobo.com

プレゼント当選者リスト(2014年はる号)

★引き換え期間★
2014年9月30日(火)

①ブレイメン オリジナルエコバック

- 久保田耕一様
- 赤尾由季様
- 渡邊真実様
- 青野享子様
- 高橋晶子様

②フロンターレ選手 サイン入り色紙

- 宮原明美
- 田中美奈子様
- 曾ね奈緒子様
- 徳永悠樹様

③エコバック(黒)

- 嶋田公典様
- 星たまえ様

④ブレイメンVの テーマソングCD

- 小松誠尚様

⑤アンクリーフ オリジナルシャンプー

- 若山由美子様
- 藤原美里様

おめでとうございます!!

★プレゼントの引き換え方法★

身分証明書等のご本人様であることを確認できる物を持参の上、商店街コミュニティセンターまでお越しください。

《営業時間》平日・土日・祝日

12:00~17:00まで

※イベント時等対応が難しい場合がございます。ご了承ください。

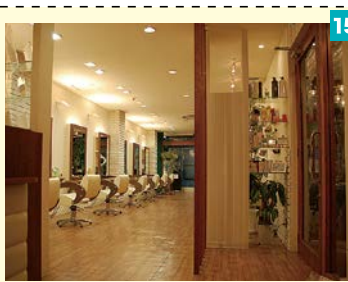


16

お客様と近い距離感の プライベートサロンです

きめ細やかなカウンセリングや質の高い技術・接客に加え、自然体でいられる心地よさを大切にしています。ゲストの皆様がもっとオシャレを楽しみ、自分らしいライフスタイルを送るためのパートナーでありたいと考えます。ぜひ一度お越し頂きご自分が可愛くなる時間をお楽しみください。

▶LADUREE(ラデュレ)
TEL:044-433-3371
http://www.laduree-hair.jp



15

初回お試し価格 ご新規様限定クーポン付き!

夏の紫外線対策はもうお済みですか?アンクリーフでは夏の紫外線対策トリートメントをご用意しています。また頭皮ケアにはクレンジングやマッサージ効果のある高濃度炭酸シャンプーもオススメしています。みなさまのご来店心よりお待ちしております。

▶アンク(リーフ)
TEL:044-422-8487
http://www.ankh-hair.com



14

創業74年の老舗 クリーニング イトウ!

創業より受け継がれた技術を元に、丁寧にお客様の洋服をクリーニングします。四季物や大切な洋服、学芸会などの衣装まで、なんでもお任せ下さい!可愛い金魚と亀と一緒に、お客様のご来店をお待ちしています。

▶クリーニング イトウ
TEL:044-411-3353
http://www.bremen-st.com



13

お店の一押し商品!! 動物ドーナツ

イクミママのどうぶつドーナツの基本となるドーナツです。たまご博物館の館長が日本一位に選んだ平飼いの『さがみっこ』北海道産最高級小麦、ササニシキ米粉を厳選、添加物も極力使わない素材を厳選、防腐剤、保存料、ショートニング不使用。更に進化したプレーンをぜひ!!

▶イクミママのどうぶつドーナツ
TEL:044-434-3640
http://ikumimama.com/

▶LADUREE(ラデュレ) 有効期限 ~2014.9.30
ご新規のお客様に限り
ALLメニュー20%OFF

▶アンク(リーフ) 有効期限 ~2014.9.30
新規のお客様に限り、全メニュー
平日50%OFF 次回使える
土日祝日30%OFF + クーポン付き

▶クリーニング イトウ 有効期限 ~2014.9.30
BREaTHご愛読のお客様に
ブレカポイント5倍出し

▶イクミママのどうぶつドーナツ 有効期限 ~2014.9.30
300円以上お買い上げでブランドーナツを
1個プレゼント!!

商店街の質問に答えます！

緊急企画！

商店街における

自転車 & 歩行者の

良い関係とは?!



たんですね。では、自転車と歩行者の事故はどうして起きやすいのでしょうか？」

課「それは自転車と歩行者の動きの違いのせいです。歩行者はお店からお店へと横の動きをしますが、自転車は大体まっすぐ縦の動きをするので、両者はぶつかりやすいのです」

青「もし自転車が歩行者を怪我させてしまった場合、どうなるのですか？」

課「刑事罰と、怪我人から治療費を請求される可能性もあります。万が一、人を怪我させてしまったら、すぐに救急車と警察を呼んでください。間違ってもその場から逃げようとはしないで下さいね。事故は不注意でも、逃げるのは故意犯になります。怪我してる人を救護しないと罪も重くなるし、人としても許されないことです」

青「では商店街を利用する時、両者共に、どのような事に気を付けたらいいでしょうか？」

青「そもそもプレーメン通り商店街は自転車専用道路です。これは警察側が独自に決めたことではなく、地域の要望を聞いた上で制定された事です」

青「プレーメン通り商店街の在り方を決めたのは、地域住民の声だった」

課「まず自転車はスピードを出さない事。そして歩行者も自転車も『この商店街はどちらも共存する場所なんだ』という意識を強く持つ、周りをよく見て行動して下さい。また、急いでいたりすると視野が狭くなるので、常に心の余裕を持つことも大事です。同じ商店街を使う者同士、思いやりを持ち合って行動して下さいね」

青「ありがとうございます」

自転車は免許もなく、誰でも気軽に乗れる便利な乗り物ですが、法律上は「軽車両」です。

自転車が歩行者に気を配ることはもちろん、歩行者も自転車のことを車だと意識して、車と同じくらいの注意を払うことが大切です。みなさん、明日から意識を変えましょう！



(取材・押本／山崎／内田)

B R E a T H プ レ ゼ ント

プレスはこれからもプレーメン商店街を利用する皆様のためになる楽しい情報を提供していきたいと思っております。是非皆様のご感想をお聞かせください。アンケートにお答えいただいた方の中から抽選でステキなプレゼントを差し上げます。P23のアンケート用紙をご記入の上、コミュニティセンターにある応募箱の中にお入れください。

プレゼント当選者は次号プレスの誌面にて発表致します。当選者はご自身であることを証明できるもの(免許証や保険証など)をお持ちになり、コミュニティセンターに賞品を取りにきてください。

2名様
⑥ アンク(リーフ)オリジナル
ノンケミカルシリコンフリー・
オーガニックシャンプー40ml



2名様
④ 音楽戦隊プレーメンVの
テーマソングCD
ハロウィンで聞いた曲が家ででも聞ける!
バンザイライフオリジナルCD



5名様
② フロンターレ選手サイン入り色紙
本誌掲載の小林悠選手のサイン入り色紙です。
※写真はイメージです。



5名様
① プレーメンオリジナルエコバッグ
ドイツ・プレーメン市で使われているエコバッグを輸入して、裏に商店街のロゴを印刷しました。2007(平成19)年に発売されたエコバッグブックの表紙を飾りました。280円。



2名様
③ エコバッグ(黒)
商店街オリジナルの新しいエコバッグができました。黒でシックなバッグです!! 600円。



facebookページ!! 全ムービー公開!!
元住吉プレーメン通り商店街・プレス
<http://www.facebook.com/motosumiyoshi>

「プレス」を作りませんか!!
ボランティアライターさんが取材し
消費者目線から記事を作ります!!
ライターさんやカメラマンさん等の
ボランティアスタッフ随時募集中!
詳しくは下記までお電話ください。

B R E a T H
STAFFING

発行人: 伊藤 博
編集長: 松尾 延広
編集: ねこめ、紗月
監修: 平本 保、小宮 隆一
告: 佐藤 新
正: 高林 富雄、宇野 慎也
作: デザインルーム th:n (シ・ン)
行: モトスミ・プレーメン通り商店街振興組合

《内容に関するお断りとお知らせ》
本紙に掲載されている施設・店舗・営業時間、料金、
定休日、内容等は予告無く変更される場合があります。
モトスミ・プレーメン通り商店街振興組合
フリーマガジン『BREATH』編集部
〒211-0025 川崎市中原区木月1-29-18

TEL:044-422-3626
ホームページ: <http://breath.pikka.jp>



JAL 工場見学応募用紙

参加希望日	月 日 ()	両日可能 チェック
-------	---------	--------------

ふりがな				
お名前				
生年月日	年 月 日	年齢	女	男
〒 住所				
電話番号				

〈応募にあたっての注意〉

- 応募用紙は、コミュニティーセンターにある応募箱の中にお入れ下さい。
- 当選の方には、7月中旬にお電話にて連絡致します。
- JALのセキュリティ関係上。ご記入頂いた方を申請し、参加は当人のみとさせていただきます。
- 必要事項のご記入は、記入漏れが無いようお願い致します。
- 参加希望日は、必ずご記入下さい。両日可能な方は、チェック欄にチェックして下さい。

ふりがな				
お名前				
生年月日	年 月 日	年齢	女	男
〒 住所				
電話番号				

日本航空 JAL 工場見学のご招待

ブレーメン通り商店街利用者の皆様に日頃の感謝を込めて、
応募者の中から抽選で羽田機体整備工場見学会にご招待します。

【募集要項】

開催日：①8月3日(日) 15:00～16:30
②8月4日(月) 15:00～16:30

応募資格：小学生以上～参加可能（小学生は1人につき成人1人の同伴
必須）未就学児は参加出来ません

募集人数：各20名

応募方法：本誌『BREaTH』記事上文の“JAL 工場見学応募用紙”に
必要事項を明記し、商店街コミュニティーセンターの応募箱
にお入れ下さい

集合解散：東京モノレール“新整備場駅”改札口集合、格
納庫にて終了後解散

費用：参加費は無料（新整備場駅までの往復の交通
費は参加者負担となります）

その他：参加希望者は希望日と最大2名分の氏名・住所・生年月日
性別・電話番号を必ずご記入下さい

応募締め切り：7月14日(月)

『BREaTH』アンケート&プレゼント応募用紙(2014年なつ号)

〈応募にあたってのご注意〉

- 当選者の発表は、次号本誌にて行います。
- プレゼントのご応募はお1名様1点とさせていただきます。
- アンケート未記入の場合は無効とさせていただきます。
- 応募締め切りは2014年8月31日(日)です。

〈個人情報の取り扱いについて〉

ご回答いただいた内容は、プレゼントの発送および個人を特定できない統計資料の作成などに利用させていただきます。ご住所などの個人情報データは、個人情報保護法上、第三者に引き渡すことはいたしません。また、遅滞なく廃棄し、他に転用することはいたしません。

- 質問▶「BREaTH」の記事・企画について面白かったものをお選びください。(複数回答可)
1：「がんばろう ふくしま!」応援店募集
2：2つの世界遺産見学予告
3：スタンプラリー
4：ブレーメンオリジナルビール取扱店募集/イベント情報
5：商店街の新顔紹介!!
6：ミセス・マダム夏のトレンドコーディネート
7：店長紹介
8：夏バテ予防のワンポイント
9：青年部情報紹介
10：川崎フロンターレを応援しよう!
11：ブレーメンバンド
12：短期連載、徒然語り
13：商店街の質問に答えます!

- 質問▶クーポン券は使いましたか?
1：使った(使う予定)
2：使う予定はない
- 質問▶「ふれあいの園 武蔵中原」の広告に興味を持ちましたか?
1：はい 2：いいえ

ボランティアカメラマン・コピーライター・その他 募集中!!

ボランティアスタッフ希望の方は、右の欄にご連絡先を記入し、ボランティアスタッフ希望と明記し、応募箱に投函してください。

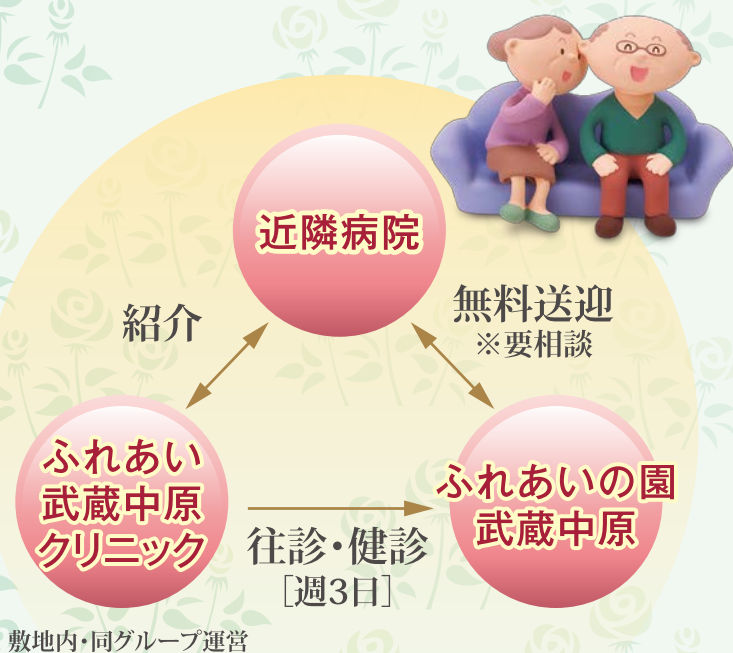
- 質問▶本誌へのご意見・ご感想又は商店街に対する意見等をお書きください。

- 質問▶ご希望のプレゼント番号をお書きください。(番)

ふりがな	男 女
お名前	年齢 歳
住所	
電話番号	

介護付有料老人ホーム ふれあいの園 武蔵中原

「ご家族の負担はプロの介護に、会いたい時にいつでもえる安心」



- 内科、歯科医師による定期的な医療サポート。
- 周辺には、車で10分以内に3つの総合病院があります。

■入居一時金 598万円(1人入居)～
※「入居一時金0円」月払いプランもあり
■月額利用料 183,055円(1人入居)～

(管理費、食費、光熱費30日分等含む)

※その他介護保険1割負担分、医療費、オムツ代等がかかります。



〈「ふれあいの園武蔵中原」概要〉介護付有料老人ホーム

【開設】平成18年3月1日 【住所】神奈川県川崎市中原区下小田中5-14-25

【交通】JR南武線 武蔵中原駅より徒歩15分(約1.2km)

【事業主体】(有)湘南ふれあいの園

【構造・規模】鉄筋コンクリート造り地上4階建 【敷地面積】935.11㎡

【述べ床面積】1862.59㎡ 【土地・建物の権利形態】賃貸借

【居室面積】16.00～27.00㎡全個室46室・定員49人(うち夫婦居室3室)

【入居費用】598万円(1人入居)～1,500万円(2人入居)

【月額利用料】※183,055(1人入居)～324,969円(2人入居)～

※管理費、食費30日分含む

【介護にあたる職員の割合】2.5:1 【方式】終身利用権方式

【入居資格】概ね65歳以上の自立者及び介護を必要とする方
平成26年6月現在



【徒歩でお越しの方】

- JR南武線
「武蔵中原駅」より徒歩15分

【お車で越しの方】

- 第3京浜・京浜川崎ICより10分

【バスでお越しの方】

- 川崎市営バス<杉10系統>
「子母口新田」バス停より徒歩3分

【電車でお越しの方】

- 東急田園都市線「溝の口」駅→JR南武線乗換川崎方面へ2駅(5分)
- 東急東横線「武蔵小杉」駅→JR南武線乗換溝の口・立川方面へ1駅(3分)
- JR川崎駅→JR南武線乗換立川方面へ6駅(17分)

お申込み・お問合せ先

介護付有料老人ホーム

ふれあいの園 武蔵中原
TEL.044-740-3338

神奈川県川崎市中原区下小田中5-14-25 FAX.044-752-5289

✉ sono-nakahara@fureai-g.or.jp

ふれあいの園武蔵中原

検索

<http://www.fureai-g.or.jp/sono/musashi/>

有料老人ホーム 湘南ふれあいの園グループ



茅ヶ崎市
湘南ふれあいの園
0467-86-6534



平塚市
湘南ふれあいの園 平塚
0463-20-5501



横浜市中区
シニアホテル横浜
045-681-2951



東京都町田市
シニアレジデンス町田
042-798-7265



東京都練馬区
ふれあいの園 練馬高野台
03-5910-7528

茅ヶ崎市

ナーシングホーム元町
湘南ふれあいの園 湘南東部

鎌倉市

ナーシングローズヴィラ鎌倉

小田原市

湘南ふれあいの園 小田原

横浜市戸塚区

シニアホテル東戸塚 イーストウイング
シニアホテル東戸塚 サウスウイング