



もぐたん通信

発行元：(有)西中野メディアセンター
 住所：中野区上鷲宮2-11-5
 電話03-3825-0265
 FAX03-3825-0267
 e-mail：(鷲宮店)
 asasaginomiya@ybb.ne.jp
 (練馬店)
 :asatoshimaen@ybb.ne.jp

オタヨリコーナー

(中村北のAさん) 中略…これからは花粉の季節。花粉症の私としては、恐怖の時期となります。花粉症の病状を緩和する食べ物などありましたら、教えてください。

(モグタン) 今年の花粉はすごい一言。今年もう目が充血してかゆくて、大変です!! (村田) 以外に繊細なんですね。そのお腹で… (モグタン) いい指摘、花粉症に効くといわれるのがポリフェノールを多く含むモノらしいのですが、赤ワインと緑茶ハイが大好きな僕が花粉症になってしまうのはオカシイのです。(村田) 何がいい指摘なの! (モグタン) 緩和すると言われてる食べ物を食べるより、高たんぱく質の食生活を直した方が、効果があるのです。自分も数年前、痩せたときは花粉症にならなかったの、欧米風の食生活を和食中心の食生活にかえることが一番オススメです。(真一) リバウンドしてきたもんね…もぐたんも… (モグタン) しっ…お客様からバレンタインのチョコを貰うまでは内緒にしてください。尚、日にちが過ぎてもチョコは各店で受け付けますよ! (真一) さては今年少なかったな!?



(中村のOさん) 1月30日のラグビーのトップリーグのプレーオフナントの決勝戦、チケットが当たったので、行って参りました。途中、雪がちらつく寒い日でしたが、9分の入りの秩父宮。いつもこれくらい入ればいいのにね〜と思いました。チケット争奪戦をするのは嫌だけど、ガラのスタジアムも淋しい。難しいところですね (モグタン) 自分もプロ野球観戦で周りに人がいた方が楽しい、もっともっと朝日新聞が協賛して上手く人を集めて欲しいと思います。朝日新聞の広告の方ポツツのチケット格安で下さい。宜しくです。(村田) うまいやり方ですね…でもうちの区域で本社の方多かったけ? (モグタン) 本社のお偉いさんももぐ通信、ネットでチェックしているらしいので大丈夫!

(鷲宮のGさん) 中略…1月号に鍋旅行の話が2月号に出るって書いてあったけど、記事が無くなってしまいましたか? (もぐたん) すみません。先月は書くスペースがなくて今月になってしまいました。(和田) そうですよ。もう春一番が吹いて、鍋の季節から外れてしまうネタになりますぞ! (モグタン) お叱りは重々承知です。来年の寒いときの鍋旅行のためにまたGさんのために紹介しておきます。「保養館」電話0293-46-0413という北茨城にあるあんこう鍋が絶品です。味噌仕立てですが、まったく臭みがなく、ここのあんこう鍋はわざわざ食べに行く価値あります。東京から車で約2時間一泊2食付で1万5千円ぐらいですが、自分は安いと思います。お試しを!!

3月のプレゼント


1 BOXティッシュ 30名

2 ユナイテッドシネマ豊島園 映画鑑賞券 (1枚) 30名

=注意事項=裏面の応募要綱をご覧ください。どちらの店舗かわからない場合、練馬店に送ってください。よろしくお願いします。

➡でチェックしてみてください。

(白鷲のMさん) 最近新青梅街道を走ってて気になるお店があります。「無鉄砲」というお店なのですが、知っていますか? (モグタン) トンコツラーメン700円が主力のコーゲンたっぷりのドロドロ麺 (住所 江古田4-5-1電話5380-6886定休月) で、油じゃない分、食べ切れますが、好みが分かれる所だと思います。豚を丸ごと喰らいつているイメージになりますよ…また姉妹店で丸山陸橋交差点の「無極」も同じコーゲンスープのつけ麺で、ホト「豚が食べたい!」と思ったときはぴったりなお店です。またあっさりしたラーメンという方にオススメが、「河野」というお店です。(住所中村3-13-10定休火) 醤油、塩650円で弓削麺で、ホトは都立家政の「七彩」住所鷲宮3-1-12で修行して独立した方だそうです。無・科学調味料派でホトに自然な美味しさを堪能できます。ほんとラーメンは奥が深いし、いい店がどんどん出来て、食べ歩きも楽しいですね… お便り待っています!!



もぐたんのくいしんぼ情報!!

(中村のSさん) 中略…住所中村北1-17-3ビルハム101号にある小さなパン屋さん「アトエ ブルンネン」(電話FAX3999-4609)です。月~金12時半~6時に販売ということでなかなか行けなかったのですが、行って見てびっくり!定番のパンに加え毎日違うパンが並ぶそうです。(モグタン) 知ってましたぞ~一度3年前ぐらいに練馬店の口座振替会報に載せた事がありましたので

…(村田) そうそうあそこはパン教室も開いているの知ってた? (もぐたん) それは僕も知らなかった。調べたら入会金無料、一回3時間、大体10時から13時半ぐらいで講師料4500円で実際の美味しいパンの作り方を教えてくれるそうです。いろいろなパンの作り方を教えているので、興味ある方は、電話やホームページ(「ブルンネン」で検索するとすぐ出て来ます。)

朝日新聞のご購読お申し込みは

ASA鷲宮 ASA練馬店へ

電話 鷲宮3825-0265 練馬3992-2377
 主な取り扱い新聞

・朝日新聞
 ・朝日ウィークリー
 ・日刊スポーツ新聞
 ・ヘラルド朝日
 ・朝日小学生新聞
 ・中学生Weekly

=口座振替 会報 のご案内=

毎月16日発行

口座振替やクレジット決済の方ならどなたでも領収書と一緒にお届け、毎月多数のチケットプレゼントなど、盛りだくさん。申込は販売店まで

ホームページからもクレジット決済ができます。