

料金後納

ゆうメール

# プリア通信

2013/春号



- P.2 ぶらり電車の旅～新京成線～
- P.6 フジ子のなんでもTRY® ～おうちカフェ～
- P.8 ペット松戸店【ペットセレモニープリア】OPEN
- P.10 知って得する病気のアレコレ～更年期障害～
- P.11 情熱社員&プレゼントコーナー
- P.12 イベント情報&石材だより



## 2 新京成線 Shin-Keisei Line

# ぶらり電車の旅

今回のぶらり電車の旅は、新京成線の松戸駅～新鎌ヶ谷駅までの美味しいお店＆観光スポットをご紹介します★3月12日にペット2号店となる『ペットセレモニア』が、松戸市の松戸飛行場にオープンしました！周辺のお店やどんな所かを皆様にお伝えします♪

### 戸定邸(戸定歴史館)&戸定が丘歴史公園

徳川家最後の将軍、徳川慶喜の弟で最後の水戸藩主、徳川昭武(あきたけ)が明治に住んでいた邸宅。明治期の和風上流建築で貴重とされ、国の重要文化財に指定されています。ナント、徳川家の住まいが公開されているのは全国でもここだけ♪併設する戸定歴史館では昭武が趣味とした当時の写真や、ゆかりの品々を展示しています。公園には四季折々の花があり、梅や藤、紅葉が見事です。



**Data** ※戸定歴史館は工事の為4月19日まで休館です。

【住所】松戸市松戸914-1 【TEL】0438-23-2620  
 【開館】9:30～16:30 【定休日】月曜日  
 【入館料】一般 240円 高校・大学生 160円  
 戸定邸のみ 一般 150円 高校・大学生 100円  
 松戸駅から徒歩約10分/駐車場有



## オーガニックカムー Organic CAMOO

お店の名前『CAMOO』の由来はオーストラリア原住民族で、【水】という意味があります。『おいしいお水とOrganic、安心して楽しいDrink&Foodを』をコンセプトに、農薬や化学肥料を使用せず、水をきれいに保てるような本物の素材を使用した料理を提供しているお店です。素材にこだわり放射能測定を受け、人体に影響のない本物野菜を厳選しています。パスタは、卵不使用の、小麦粉100%パスタを使用しています。程よくもちりとした食感で、素材の味が楽しめます。サラダ、スープも素材な味で、素材本来の甘み、旨みを味わうことができます。和風ロコモコジパングごはんは、玄米、納豆、野菜…と、体にいいものばかり★そして、種類豊富なドリンクもオススメです。香り豊かな、有機栽培のコーヒーやハーブアドバイザーの資格をもつ店長さん自らブレンドしたハーブティーもオススメです♪

【住所】松戸市日暮1-10-5 【TEL】047-389-9500  
 【営業時間】ランチ 11:30～15:00 カフェ 15:00～17:30  
 ディナー17:30～22:30 (L.O. 21:30)  
 【定休日】月曜日  
 八柱駅から徒歩約6分/駐車場有

パスタランチセット  
1,100円

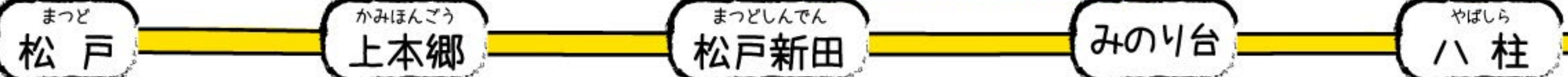
・本日のパスタ  
・スープ  
・サラダ



和風ロコモコ  
ジパングごはん  
1,200円



左:カフェラテ 470円  
右:コーヒー 400円



### 中国麺飯 yung 勇 (ゆん)

中国各地の名物料理を集めた、麺とご飯の専門店の勇。独自の味と香りの世界、五感で味わう美味しさを楽しめるお店として、松戸周辺では人気の高いお店です。勇名物の白胡麻坦々麺は、一番人気★一口いただくと、15種類以上のスパイスと調味料を合わせた少しエスニック風なスープは、癖になりそうです…♪ライスもつくので、男性は特にうれしいですね。勇では、ちょっと変わった坦々麺もあり、和風坦々麺は、和だして大葉とミョウガを添えた日中融合坦々麺。残ったスープにご飯を入れて、ワサビを溶かして召し上がるのがおすすめ★他にもトムヤム坦々麺など種類が豊富！そして豚角煮ご飯は、スプーンでほぐれる柔らか〜い角煮と、とろとろの山芋、そしてシャキシャキの山芋が何とも言えません！全てのお料理が盛り付けがとっても綺麗で、見た目も楽しめます。

【住所】松戸市根本6-4 【TEL】047-783-6911  
 【営業時間】11:30～14:30、17:00～22:00  
 【定休日】不定休  
 松戸駅から徒歩約5分/駐車場無(近くにコインパーキング有)



### 大門 岡塾

TVチャンピオン全国和菓子職人選手権で準優勝の職人が作る、全てにおいてこだわった手作りの和菓子屋さんです。一番人気の『からめきの瀬』は、第24回全国菓子大博覧会で金賞を受賞。甘さ控えめの羊羹の中に栗、求肥が入っていてとっても美味。羊羹はおはぎの様なつぶつぶを感じられてお茶とよくあいます。甘さが控えめなので、あっという間に食べきってしまいました…(笑)ご自宅用はもちろん、ご進物用にも喜ばれています。また、TVチャンピオンの決勝戦の時のお菓子『くるみ便り』も人気です！白あんベースにくるみが入っていて、優しい味わいで食感も楽しめるお菓子です。他にも、若い方からお年寄りまで食べやすく生地バターが入ったどら焼き、千葉県産の落花生を使ったあんこ、かのこ豆をパイで包んだびーなつ畑など種類豊富。ちょっとしたときの贈り物にも最適な和菓子屋さんです。

【住所】松戸市仲井町2-45 【TEL】047-368-0233  
 【営業時間】9:00～19:00 (日・祝9:00～18:00)  
 【定休日】不定休  
 上本郷駅から徒歩約2分/駐車場無(近くにコインパーキング有)





### 翠雲堂-すいうんどう-

五香駅から少外れられた場所にある翠雲堂の製造工場。仏具の製造や寺院の建築、内装、彫刻など、さまざまな工場の集まりです。その中でも、仏像の製造が特に有名で、全国各地から注文が殺到しています。この工場では、伝統的な技術と最新の設備を駆使して、美しい仏像を制作しています。また、仏具の修理や、お寺のメンテナンスなども行っています。ぜひ、この工場を訪れて、仏具の魅力を体験してください。



### パラオア

パラオアとはハワイ語で『小麦、パン』という意味だそうです。昨年の9月に千葉ニュータウンから、鎌ヶ谷に移転してきました。店内はナチュラルで、歩み入ると美味しい匂いに包まれ、種類が豊富になってしまいました。色んな種類のパンがズラリと並んでいる中で、一番人気はカレーパン。香ばしくて、パリッとした生地の中にスパイシーなカレーは、やはりやみつきになりますね！他にも、浅漬けのセロリと、チーズを組み合わせた少し変わったパンや、オリーブとアンチョビの丸くて可愛いパン、ハワイアンドーナツなどなど…食べ過ぎ注意ですよ(笑)そんな中でも、今の時期オススメなのが『春の大納言ショコラ』桜の花びらと、葉の塩漬けが入った春の香りに満ち溢れたパンです。大納言の甘さと、桜の香りが何とも魅力的です。4月末頃までの限定メニューです。ぜひお早めどうぞ。



【住所】鎌ヶ谷市新鎌ヶ谷4-6-28  
【TEL】047-468-8046  
【営業時間】9:00~19:00 (商品がなくなり次第閉店)  
【定休日】火・水曜日  
新鎌ヶ谷駅から徒歩約8分/駐車場有



ときわだいら  
**常盤平**

ごまう  
**五香**

もとやま  
**元山**

くぬぎ山

きたはつとみえき  
**北初富**

しんかまがや  
**新鎌ヶ谷**

**常盤平けやき通り**

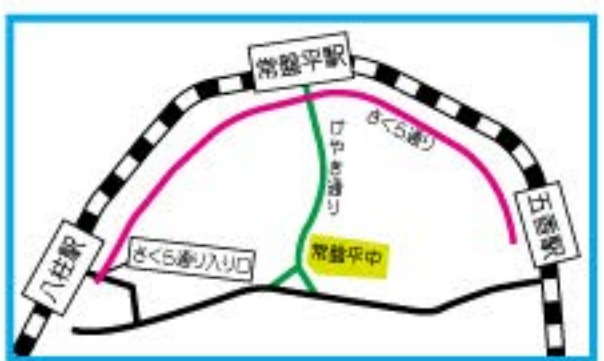
常盤平けやき通りは、読売新聞創刊120周年を記念した企画「新・日本街路樹百景」で全国から集まった470景の中から選ばれたものです。昭和36年に当時、田畑や林しかなかった常盤平に、大規模な常盤平団地が完成し、その中央を貫くメインストリートに沢山のケヤキが植えられました。雄大な樹形の美しさは見る人の心を和らげ、街並みに風格をもたらしています。



常盤平さくら通り

**常盤平さくら通り**

八柱駅から五香駅まで、全長約3キロ続く桜のトンネル。草木が芽吹き、花開く季節の4月はやわらかな陽光とともに、常盤平団地付近沿いを走る新京成電鉄の電車から見える桜は、全国的にも知られています。樹齢は40年を超え、ソメイヨシノを中心に約640本並ぶ桜並木は日本の道100選にも選ばれています。



**くぬぎ山駅**

梨やぶどうなど果樹園が広がる駅周辺には、新京成電鉄の本社をはじめ、電車の安全運行のための点検作業などの車両基地があります。年に1回の車両基地見学会は大人気のイベント。



車両基地

**下総小金中野牧跡 捕込**

下総小金中野牧跡は江戸幕府が軍馬を飼育し全国支配を確保するために設けた小金五牧の一つです。中野牧は、慶長年間(1596~1615)に設置され、明治維新で廃止されるまで存続しました。「捕込」は放し飼いにされ、半ば野生状態であった野馬を、年に1回集めて、捕獲選別する野馬捕りを行う場所です。軍馬生産を支えた軍馬生産の遺跡であるため、平成19年2月6日に国史跡に指定されました。





# おうちでカフェ



皆さん『おうちカフェ』という言葉をご存じですか？自宅で気軽にカフェ気分を味わいたい…という方が女性を中心に増えてきています。『おうちカフェ』の良さは、自分の家で心からリラックスできること。周りを気にせずゆっくりと思いのままに過ごせます。そこで気軽にできるドリンク、軽食のレシピをご紹介します。お気に入りのレシピをみつけて是非カフェ気分を味わってみてください★

## ケンタッキー風 ビスケット

### 【材料(5個分)】

■強力粉	130g	■ベーキングパウダー	10g
■砂糖	大さじ1	■塩	少々(1g程)
・有塩バター	40g	・牛乳	65cc

- ①オーブンに鉄板を入れ、210度に余熱しておく。
- ②バターを刻んで冷凍庫に入れ、■をボールに入れ、混ぜる。(振るわなくてOK)混ぜ終わったら、バターを加え、バターをつぶす。
- ③②に牛乳を入れてこねないように軽く混ぜる。(まとまらなくてOK)
- ④生地を丸めて麺棒で強引にのばす。まとまりだしたら、打ち粉をしてたむ作業を5~6回繰り返して、2cm程の厚さに広げる。
- ⑤型抜きなどで成形する。(綺麗なクリアファイルを丸めてもOK)
- ⑥成形後は断面を触らないようにし、オーブンシートに並べる。
- ⑦生地の表面に指先でサラダ油を塗り、10~15分焼けば出来上がり！



## ホットケーキ ミックスで スコーン

### 【材料(8個分)】

・ホットケーキミックス	200g	・バター	50g
・チョコレート	1枚	・牛乳	50cc

- ①チョコレートを適当な大きさに刻んでおき、バターを室温に戻す。
- ②ボールにホットケーキミックスと、バターを入れてよく混ぜる。
- ③牛乳、刻んだチョコを加えて混ぜたら、ひとかたまりにまとめる。
- ④オーブンシートを敷いた天板に生地を置き、軽く形を整える。
- ⑤包丁で8等分にして、170度のオーブンで25分程焼いて出来上がり☆



## 冷凍パイシートで 簡単キッシュ

### 【材料(一皿分)】

・ほうれん草	1束	・ベーコン	5枚	・玉ねぎ	1/4個
・バター	10g	・卵	2個	・牛乳	150cc
・生クリーム	大さじ2	・パイシート	1枚	・チーズ	お好み

- ①ほうれん草をざく切り、ベーコンを細切り、玉ねぎを薄切りにする。
- ②フライパンにバターを熱し、玉ねぎを炒める。きつね色になったらほうれん草とベーコンを入れて、塩・胡椒で味付けし、冷ましておく。
- ③オーブンを180度に余熱する。ボウルに卵を割り、泡だて器でよく混ぜ、牛乳と生クリームを加える。(※泡立たないこと！)②を加えざっくり混ぜる。
- ④パイシートを薄く延ばし、キッシュ皿に敷きつめて③を流し入れる。
- ⑤上から粉チーズ(モッツァレラでもオススメ)をたっぷりのせ、オーブンで20分程焼いて出来上がり！



いつもはわざわざカフェに行っていたのに、このレシピで自宅で簡単に出来ておいしいドリンクや本格的な軽食が出来ました☆気軽にカフェ気分を味わえて、さらに自宅なので、周りの目を気にせずリラックス出来ました。時間があまりない人にもオススメ♪

## キャラメル フラペチーノ

### 【材料(一人分)】

■バニラアイス	150g~200g	・砂糖	大さじ1
・インスタントコーヒー	大さじ2	・氷	小さいの10個程
・キャラメルソース	大さじ2		

- ①■以外の材料を全てミキサーに入れて混ぜます。
- ②氷がある程度砕けたら■を入れてミキサーで更に混ぜます。  
※混ぜすぎるとアイスが溶けてしまうので、注意！
- ②コップに①を入れて、上にお好みで生クリーム、キャラメルソースをかけて出来上がり♪



## Wベリーの ヨーグルトジュース

### 【材料(一人分)】

・ヨーグルト	100g	・牛乳	50ml
・ブルーベリー	5個	・イチゴ	5個
・蜂蜜	小さじ1	・レモン汁	大さじ1
		・氷	3個程

- ①材料を全てミキサーに入れて混ぜれば出来上がり。  
※ブルーベリー、イチゴを凍らせると氷は不要です。  
お好みで生クリームをかけても美味しいよ☆



## さくらの まっちゃラテ

### 【材料(一人分)】

・桜の塩漬け	お好み	・牛乳	200cc
・抹茶	小さじ1	・砂糖	小さじ山盛り1

- ①桜の塩漬けを器に入れて30秒程塩抜きする。
- ②飾る部分の桜を残し、他を全てみじん切りする。
- ③鍋に残りの材料と、みじん切りした桜を入れて沸騰直前まで温める。
- ④カップに③を注ぐ。少し鍋に残しておき、残ったものを温めながら網じゃくしでぐるぐる回しながら上下に動かし、泡を作ります。
- ⑤カップに泡をのせて、②で残した桜を飾り、出来上がり♪



## いちごとシナモンの ピネガーティー

### 【材料(一人分)】

・茶葉	3g程	・いちごジャム	お好み	・お湯	150ml
・りんご酢	5ml	・シナモンスティック	1本(パウダーでも可)		

- ①いちごジャムとりんご酢を混ぜておきます。
- ②ポットに茶葉と砕いたシナモンを入れ、お湯を注ぎ、3分程蒸らす
- ③カップに①を入れて②を注ぎ、混ぜれば出来上がり♪  
(※いちごを刻んで入れるのもオススメ！)





【道路標識〇×クイズ】この標識の意味は歩行者注意である。



✓

Pet ceremony Prayer

# ペットセレモニー プレア 3月12日(火) OPEN



永遠のやすらぎをペットセレモニープレアで

霊安室 / 火葬炉 / 納骨堂 / 合同慰霊碑 / 待合室 完備

個別火葬時間・・・9時～20時

個別火葬の場合、事前のご予約が必要です。  
18時以降の火葬予約は、当日17時30分迄  
に、お電話ください。

お参りの時間・・・9時～18時

電話の問合せ・・・24時間 対応

フジペットセレモニーの2号店として、松戸にオープン致しました、  
ペットセレモニープレアです。よろしくお願いたします。  
資料請求やご見学もできますので、どうぞお気軽にお問い合わせください。

\*08\* 【答え】×。 歩行者専用の標識です。幼児連れ去り注意でもありません。

【道路標識〇×クイズ】この標識のある道路は原付進入禁止である。



✓



待合室



納骨堂



霊安室



合同慰霊碑



お別れ室



駐車場



新京成線くぬぎ山駅より徒歩15分

ペットセレモニー プレア ☎0120-700-054

〒270-2214 千葉県松戸市松飛台 390-5 TEL047-394-4541 FAX047-394-4514

【答え】×。 原付二段階右折禁止の標識です。進入禁止ではありません。 \*09\*



# 知って得する 病気のアレコレ?

No.05

体のほてり・大量の汗・イライラするといった症状が出たら要注意！それは更年期障害の始まりかも知れません。更年期障害とは、これまでは閉経を向かえた女性のホルモンが急激に減少することで起こる、身体的・精神的な不調を指していました。しかし最近では、若い方や男性など、性別や年齢に関わらず起こる病気となっており、生活習慣病と言われることもあります。



## 更年期障害とは...

更年期の症状は特に以下の3つの要因が考えられます。

- ① 身体的要因：卵巣機能の低下
- ② ホルモンバランスの乱れ
- ③ 心理的要因：性格に依存
- ④ 環境的要因：家庭・職場・社会
- ⑤ 不安・ストレス

これらが相互に重なり合って生じると言われています。更年期に起こる症状が人によって差があり、悩みの深さも違うのはこれらの要因に差があるからです。特に環境的要因は更年期の症状の重さを左右します。

家庭が円満で生き甲斐を持つ方は、更年期の症状が軽いという報告もあるようです。更年期障害の特徴は自覚症状が中心で、人によって出方は異なり、また一定の症状ではなく、次々と違った不調としてあらわれます。そのため、その辛さは他人には理解してもらいづらく、たくさんの方が悩まれているのが特徴です。

## 簡単チェック...

- 顔がほてる
- 汗をかきやすい
- 腰や手足が冷えやすい
- 息切れ、動悸がする
- 寝つきが悪い、眠りが浅い
- 怒りやすく、イライラする
- くよくよしたり憂鬱になる
- 頭痛、めまい、吐き気がよくある
- 疲れやすい

頭痛・めまい・耳鳴り・物忘れ・憂うつ感・判断力、集中力低下・不眠・不安感・倦怠感・しびれ・蟻走感(皮膚に虫がはうような感じ)・かゆみ・知覚過敏・知覚鈍麻・肩こり・腰痛・関節痛・背筋痛・筋肉痛・のぼせ・ほてり・冷え・動悸・息切れ・手足の冷え・皮膚や粘膜の乾燥・湿疹・発汗・ドライマウス・唾液分泌の異常・ドライアイ・食欲不振・吐き気・便秘・下痢・腹部膨満感・のどのつかえ・月経異常・頻尿・残尿感・性器下垂感・性交障害・外陰掻痒症など、さまざまな症状がみられます。

## 自分で行う健康管理

肩こり、腰痛、手足の痛みがある

あてはまる項目が多い場合は生活習慣の改善を含めて注意が必要です。食事や運動など日頃の生活に気をつけて、無理な生活をしないようにしましょう。また、あまりに体調が優れない場合は専門の医療機関を受診しましょう。

生活習慣の改善

- 元気がないと思つてエクササイズなどは無理と思つていませんか？体を動かさないと代謝も悪くなり、悪循環を招いてしまいます。ウォーキングや水泳などの有酸素運動は呼吸器や循環器系に刺激を与え、自律神経の安定により効果がありません。
- 心のバランスを整える
- 更年期障害をより重くする原因でもあるのが過労やストレスです。きちんと深呼吸したり、気分転換を心がけたり、リラックスする時間を作ったりと、日頃から心がける事も大切です。



氏名：坂本 信一  
勤務：プレミア茂原ホール  
役職：支店長  
趣味：釣り  
一言：誠心誠意 真心をこめたお手伝いをさせていただきます。

# 情熱社員

JOUNETSU・SHAIN

当社スタッフの紹介を勝手にさせて頂くコーナーです。様々な情熱をもったスタッフがおりますので、ご覧ください。 No.02



氏名：野田 隆久  
勤務：プレミア市原ホール  
役職：支店長代理  
趣味：DIY(日曜大工)  
一言：感謝の気持ちを忘れず自らも皆様に感謝される人を目指します。



## カステラのさかえ屋

Home Made Castilla SAKAEYA

創業以来、製造と原料にこだわり安心でおいしいカステラを作っている「さかえ屋」。地元ではカステラといえばさかえ屋という程有名なお店です。常時10種類以上のカステラが、半斤から一斤で販売されています。種類は…蜂蜜・ざらめ・抹茶・あずき・チーズ・チョコなど実に豊富！季節によって、桜・梨・いちご等の変わり種もあります★結構重みのある生地はしっかりと解けていきます。弾力があってとても美味しいです！また、さかえ屋が運営する「パンケーキ専門店スヴェニール」では、カステラと同じ粉を使って



限定100名プレゼント

焼かれたパンケーキを食べることができます。おススメはスヴェニールランチ(960円)。サンドイッチのように色んな具が挟まれているお食事パンケーキはその日の8種類から選べ、デザートは4種類から選べます。カステラとはまた違った味が楽しめるのも魅力ですね★もちろん、自慢のカステラも販売しているので、持ち帰りも◎

カフェドゥ スヴェニール  
松戸市松戸新田553-5  
営業時間 / 10:00 ~ 18:00  
定休日 / 火曜日  
※都合により定休日を変更することがあります。

### 内容 みっちゃんパック

①はちみつ(半斤×1) ②抹茶(半斤×1)  
③マンゴー(半斤×1)

官製葉書に住所・氏名・電話番号・感想をご記入の上、下記宛にご郵送ください。5月15日消印まで有効です。皆様からのご応募お待ちしております。

〒263-0044 千葉市稲毛区小中台町356-13 富士典礼(株) 『みっちゃんパック』まで  
※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

HOPE

30th Anniversary

ご来場の方に

BOXディッシュ  
プレゼント!!

葉書持参で1セット  
プレゼント!

先着1,000名様  
なくなり次第終了

〈会員の皆様へ〉

事前に届くDMハガキを  
忘れずにお持ちください

プレア茂原ホール

入場無料

4月21日(日) 10時~15時

# 感謝祭

当日来社入会した方 &  
当社の会員になられている方限定

# 大抽選会

50型液晶テレビ  
TDシニアバスポート  
ヘルシオ・GOPAN  
などが当たる!

あの! あきらさんが来る!



2階式場  
入口にて  
13:00  
~13:30

当日2階式場入口にて整理券を  
配布致します。(先着150名様)  
なくなり次第終了とさせていた  
だきますのでご了承ください



※写真はイメージです

10円 ポップコーン

50円 おもち  
(あんこ・きなこ・ごま)  
フランクフルト

100円 野菜のつめ放題  
①10時~  
②13時~

## 次回のイベント

4月14日(日)	京葉銀行プラザ	相談会	10:00~18:00
4月27日(土)	プレア市原ホール	相談会	10:00~15:00
5月3日(祝・金)	プレア成田ホール	相談会	10:00~14:00
5月26日(日)	プレア稲毛ホール	感謝祭	10:00~15:00
6月1日(土)	プレア茂原ホール	相談会	10:00~14:00
6月2日(日)	成田ボンベルタ	相談会	10:00~17:00
6月30日(日)	プレア市原ホール	相談会	10:00~15:00
7月6日(土)	プレア稲毛ホール	相談会	10:00~14:00

※日時や場所が変更になる場合がございます。詳細は下記へご連絡ください。

…石材だより…

平成25年度  
大好評 平和公園墓地

代行受付中!

詳細は4月15日  
号の市政だより  
にて発表される  
予定です。



プレア稲毛ホール

〒253-0044  
千葉県稲毛区小中台町356-13  
☎043-206-4444



プレア茂原ホール

〒297-0073  
茂原市長尾2532  
☎0475-23-4444



プレア成田ホール

〒286-0046  
成田市飯仲1-19  
☎0476-24-4444



プレア市原ホール

〒290-0056  
市原市五井1738-5  
☎0436-23-4444



プレア茂原プラザ

〒297-0073  
茂原市長尾2673-4  
☎0475-23-4444



フジベットセレモニー

〒263-0051  
千葉県稲毛区衛生町552  
☎0120-482-940



ベットセレモニープレア

〒270-2214  
松戸市松飛台390-5  
☎0120-700-054

New

☎0120-00-4422

www.prayerhall.com