

ちくわの
伝統味技
只今売出し中

久留米餅、米酒、越前漆器
お菓子、筑前のかき、和紙etc.

「みそだば」の「おまかせ」で、
地場産くるめ

久留米市東合川五丁目8番5号
TEL.0942-44-3700
http://www.kurumestyle.com

かすりすと 募集中

くるめすたいる

筑後
スローライフ
情報誌

Vol.
171

5
2009

FREE

ブルーのドレスを着た女性は、
ツツミの「スローライフ」は
「スローライフ」のイメージを
表現しています。

tsutsumi
DRESS HOUSE

ツツミドレスハウス ツツミ
PHONE 0942-38-3080
http://www.t-tt.com

CONTENTS

- 02 今日も気分は「自転車」、
近ごろ、自転車が
面白い!らしい
- 04 健康と暮らし
からの参考書
- 05 キッズルーム
- 06 くるめ NEWS BOX
- 07 JIBUN-STYLE
地元スタイル
- 08 初夏の久留米チャリンこめぐり
自転車に乗って、街中めぐり
- 11 ブルフェス2008
「カメラアプレート」創作料理コンテスト
- 12 すろーらいふ 身土不二
- 13 すろー風土
- 14 今日のおでかけ
MUSIC BOX
- 15 今日のおたのしみ
タレント、プレゼント
- 16 耳給北風のは



今日も気分は「自転車」。
近ごろ、
自転車が面白い!らしい

スローライフ
Slowlife

ゆったり・地産地消で、旬を感じながら、家族を大切に暮らす。
……それが私たちの提案するスローライフです。

■発行人/筒井博文 ■編集人/中野直美
■久留米市内を中心に約250ヶ所以上の店舗窓口等

くるめすたいる

検索

おかげさまで満1歳(開店1周年)になりました。

道の駅出荷者との一大イベント

道の駅くるめ 開店1周年記念祭

5月16日(土)~6月14日(日)



EVENT

お楽しみ大抽選会 5/16(土)

お買上1,000円毎に1回抽選(ほとめきの里出口前)

ちっこ川良かもんスタンプラリー 期間中

期間中、大型販売所6ヶ所巡れば、抽選で豪華食品プレゼント!
(道の駅くるめ、うきは、ノ(サロ、小石原、三連水車、道の駅)
用紙は各大型販売所で

地場産くるめ即売会 5/23(土)、24日(日)

交流研究室

体験農業(野村農園) 5/30(土)、6/13(土)

久留米市太郎原町の野村農園でスイートコーン又は小松菜の
収穫体験。ご希望の方は道の駅くるめ事務室までお申し込み
下さい。(TEL応募OK) 両日共に先着20名

まだまだ、ほかにイベントが盛りだくさん!

プレゼント

湯布院散策、別府温泉 バスの旅300名様ご招待

どどどと旅行プレゼント!!
期間中500円お買上げで
応募用紙差し上げます。

特別メニュー

レストラン「ほとめき産」 期間中

地元産素材にこだわったおみやぎ
(異材はいるいる) 150円~210円

テイクアウト「マイマイ」

東向入りテイクアウト増量セール
5/16(土)、5/26(土)、6/6(土)
石垣島産バナナチップ生ジュース250円 期間中



ほとめきの里
道の駅
くるめ

TEL 0942-47-4111

T 839-0822 久留米市善導寺町大塚221-33

営業時間/9:00~18:00

定休日/第3水曜日

URL/http://www.michinoeki-kurume.com

①住所 ②年齢 ③職種(勤務先) ④自転車種 ⑤愛車(車種) ⑥どんな時に使っていますか? ⑦自転車の好きなところ ⑧定って好きなところ ⑨出発地点



佐野 泰三さん

①久留米市在住 ②35歳 ③「SIMPLE HAIR's」代表 ④3年 SHARO BIKES (MTB) (PIST) ⑤通勤、休日はキレイな景色を楽しみながら汗を流しています ⑥エコでありファッションの一部、カスタマイズして自分にフィットした状態で使えるのがいい ⑦季節感を肌で感じれること ⑧穴内堂周辺



小柳 直孝さん

①久留米市在住 ②34歳 ③「Salice(サリーチェ)」オーナー ④2年 ⑤知人から譲りうけたワイズさんのロードレーサータイプ ⑥天気が良い時、あったかくなってきたら ⑦自然や季節感を肌で感じられること ⑧江川ダムから小石原付近 ⑨筑後川のサイクリングロード



松岡 真生子さん

①久留米市在住 ②30歳 ③ - ④24年(池中プランクあり) ⑤ママチャリ(通勤) ⑥買い物、子どもの移動、住 ⑦気軽に乗れる、細い道もラクラク ⑧池田川沿い、クリスマスは新池通り ⑨日吉町、くるるん、スーパースタ



まつおか たいせいくん

①久留米市在住 ②5歳 ③園児 ④4ヶ月 ⑤くるとあそびのハーレーダビッドソン ⑥かそくとあそびとき ⑦とにかいたのしい ⑧すいてんぐうのした ⑨こうえんやどて

まつおか みこと ちゃん

①久留米市在住 ②7歳 ③小学生 ④2年 ⑤ピンクのじてん車 ⑥あそびにいくとき ⑦バンドル ⑧ひがし町公衆えん ⑨ひがし町公衆えん

私たちが、久留米の自転車党



GUCCI さん

①久留米市在住 ②31歳 ③「ぐっち温泉」オーナー ④10年 ⑤ピーチクルーザー-ロコモリブ ⑥買い物出し ⑦エコい ⑧池田川沿い ⑨ジャックダイニング



布勢 勝基さん

①久留米市在住 ②33歳 ③製造業 勤務 ④10年 ⑤BRIDGESTONE-Bike ⑥通勤時、外出時、ツーリング ⑦存より自由 ⑧サイクリングロード、市道 ⑨久留米市内外、久留米市近郊、サイクリングロード

布勢 勝大くん

①久留米市在住 ②9歳 ③小学生 ④5年 ⑤SPECIALIZED-Gary Fisher ⑥友達と遊ぶ時、家族で出かける時 ⑦風を切っていけること ⑧サイクリングロード ⑨久留米市内、サイクリングロード

布勢 勝久くん

①久留米市在住 ②10歳 ③小学生 ④6年 ⑤TREK-Gary Fisher ⑥友達と遊ぶ時、家族で外出時 ⑦車で入れないところにも入って行けること ⑧サイクリングロード ⑨久留米市内、サイクリングロード

布勢 勝也くん

①久留米市在住 ②6歳 ③小学生 ④2年 ⑤カブ号 ⑥朝れた日 ⑦自分の脚で漕ぐこと ⑧自宅周辺 ⑨自宅周辺



足立 智美さん

①久留米市在住 ②24歳 ③「SIMPLE HAIR's」美容師 ④11年 ⑤ビアンキ Volo ⑥通勤、休日 ⑦雨の景色が見れること、風が気持ちいいこと ⑧筑後川 ⑨あすけの商店街



大谷 奏美さん

①福岡市在住 ②20歳 ③株式会社 未来工房 営業事務 ④15年 ⑤GI-MARZVALD TS-2618B ⑥通勤(未来工房社員用自転車) ⑦タイヤが大変いいところ、履き心地がいいところ、細い道でも通れること ⑧朝れた日に音楽を聴きながら走ると最高です ⑨津井公園、上津バイパスあたり、木村園



秋吉 直樹さん

①久留米市在住 ②38歳 ③「原宿屋 JIRO」オーナー ④10年 ⑤Look(from フランス) ⑥いやでもどこでも、⑦自分力で走れること ⑧、⑨自転車が多いところ以外のところでもいそいそと乗る!!

5月は自転車月間

自転車の基本的な法律である「自転車の安全利用の促進及び自転車駐車場の整備に関する法律」が昭和56年5月に制定されたことを記念し、毎年5月に「自転車月間」として、自転車の安全に関する多彩な行事が実施されています。また平成10年度からは「5月5日」を「自転車の日」とし、皆さんに自転車を好きになってもらいたいという思いが込められています。

バイロジーズとは

放置自転車の増加や自転車交通事故の多発など、自転車に関連する問題が随所発生し、抜本的な対応が求められています。バイロジーズをすすめるのは、自転車が安全かつ快適に利用できる環境の実現を目指して全国各地で活動を展開していることが、市民の立場から自転車利用のマネー向上にも努力しています。自転車のルールやマナーを守って正しく使ってください。

<http://www.bicyclojy.jp>

こんな自転車に乗りたい!! 最新自転車情報

イタリア生まれの本格派。走りを楽しみたい人に
ピナレロ FP2 PRICE: ¥252,000(本体価格 ¥240,000)



やっぱり自転車はヨーロッパ(モトメ)じゃなくロードレーサーじゃなくイタリア人なあなたには、ちょっと違ってイタリアの名産品はイタリアならではのカッコよさは、それだけでも価値があります。もちろん走りも本格派です。

街乗りも走りもスマートに楽しめる、強張りなモデル
ジャイアント ESCAPE R3 PRICE: ¥52,500(本体価格 ¥50,000)



新築もリサイクルも積極的に楽しみたい、だけどドロップハンドルは大きすぎてちょっと...という人にオススメ。アジアを代表するブランド、ジャイアントは今や世界最大規模の自転車メーカー。コストパフォーマンスはバグンです。

ママチャリから卒業するならコレ! カワイイだけじゃありません
ルイガノ LGS-TR 2 PRICE: ¥51,450(本体価格 ¥49,000)



コンビニもサイクリングにも気軽に、そしてちょっとオシャレに乗れる一台。色も5色(ブラック、ターコイズ、アイボリー、ピンク、ホワイト)から選べるし、7段変速子で走りもグッド。ママチャリよりちょっとイイ自転車に憧れている人にピッタリ!

からだの参考書

口臭のおはなし

～唾液のチカラ～



竹上歯科医院
口臭ケアセンター 院長
竹上 美紀 先生

新生活がスタートして環境が変わった人も多い季節、人と話す機会が多くなるこの時期、口臭が少しでも気になる人と人間関係を作ることには関係がなかりません。今回は、田中丸町にある「竹上歯科医院」の口臭ケアセンターで、院長の竹上美紀先生に、口臭と唾液の関係についてお話を伺いました。

その中で、口臭を防ぐために最も重要な役割を果たすのが唾液です。唾液の働きが口臭と大きく関連しているのです。唾液には口の中の洗浄・殺菌作用があり、細菌の増殖を抑制するので口臭を予防する効果があります。例えば、口臭が特に強いと言われる朝起きたての口臭は、唾液が乾いた状態から唾液が分泌されていく間に、唾液が口の中を洗い流すことで、口臭が軽減されていくのです。

良い口の中の環境を作るには、よく噛んで食事をし、しっかりと唾液を出すことが大切です。唾液は消化を助けるだけでなく、強い唾液作りはつなぐ食べはよくありません。一日三食きちんと摂りましょう。近年改めて見直されている「食育」と、強い唾液作りはつながっているんです。また食べた後、水を飲むのも良いですね。水分を十分に補給して唾液の分泌を助けましょう。

長い口の中の環境を作るにはどうしたらいいですか？
川の流れる川を想像してください。清流のキレイな川だと臭いもなく、ドロドロ川は臭いがしますよね。口の中もそれと同じなんです。口の中をきちんと掃除して、質の良いキレイな唾液が流

れていることが良い環境です。口の中が良い環境だと、口臭が抑えられるだけでなく、風邪や虫歯にもかかりにくくなるんですよ。

ナイスシニアになろう!

vol.72

「采けないで元気に暮すには…」

特別講師 吉永 美佐子
久留米市日吉町115
電話:0942-35-2725/FAX:0942-31-1318

歳をとると本当に物忘れが多くなり、あれこれと言った代名詞ばかりを使うようになりまよふ。このまま安けてしまつたら、不安がよぎることもありません。歳と並んでいまだに面筋的な治療法がない認知症!でもそれはなりたくないものです。最近では予防に関する研究もかなり進んでいます。認知症になる危険因子として遺伝的要因と医療レベルの危険因子に大まかに分けると、

- 日時: 5月14日(木) 14時～16時
- 場所: 久留米市市民活動サポートセンター (六ツ門アーケード旧井筒屋向かい側)
- 費用: 無料
- 問い: NPO法人 栄養ケア・ちっこ TEL.0942-38-7427(担当:古賀)

栄養士による 子どもの食事相談

一野菜好きのこどもに育てるために～

参加者募集!

健康最新シリーズ①

介護保険でリハビリを!

平成21年4月の改正で、介護保険で1～2時間のリハビリができるようになりました。

どんな人が 利用できますか?

脳梗塞や骨格等が壊れたり、歩行が困難な方など、症状によりご相談に応じて、介護保険の認定を受けている方へ介護保険に介護度が1、2、3、4、5と記入されている方または、認定を受けていない方で申請して介護認定を受ければ利用できます。

自分で通院 できないときは? スタッフが送迎車で自宅までお迎えに伺います。

どんなリハビリができるの? 平行棒を使った歩行訓練、自分で出来る事を増やす筋力強化訓練、麻痺が少しでも軽くなる訓練、体力が低下しないように筋力アップする訓練、専門の国家資格を持った理学療法士、作業療法士がマンツーマンでその人にあつたリハビリを実施します。

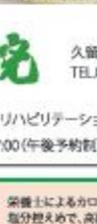
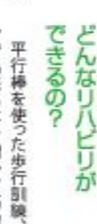


※介護保険を利用するには、ケアマネージャーにプランを立ててもらふ事が必要があります。ケアマネージャーもご紹介いたします。

いろいろな機器を使ったリハビリも出来ます。



歩行補助車、平行棒



楠病院

久留米市日吉町115 TEL.0942-35-2725 FAX.0942-31-1318

【診療内容】 内科・外科・消化器科・泌尿器科・リハビリテーション科・人間ドック・検診

【診療時間】 平日9:00～18:00/土曜9:00～17:00(午後予約制) ※急患はいつでも受け付けます。

高齢者専門 宅配弁当



高齢者専門 宅配弁当

高齢者専門 宅配弁当

高齢者専門 宅配弁当

高齢者専門 宅配弁当

高齢者専門 宅配弁当

高齢者専門 宅配弁当

口臭で悩んでいませんか?

当院は、久留米では数少ない口臭治療専門の(口臭外来)を行っています。口臭治療の世界的権威である大阪の「ほんだ歯科」と提携し、問題をしっかりと解決します。少しでも不安のある方、ぜひお越し下さい。

おためしコース
口臭ケア10回トリートメント+リンス
¥3,750
※口臭薬の初回¥1,080

本格コース
長い口臭でお悩みの方、歯医者にいっても問題がないと言われるけど、口臭がとてめえになる方
口臭ケア10回が1回+不安を解決へと導きます
初回料 ¥26,250 + 口臭ケア用品
再診料 ¥13,650

唾液検査 ¥1,050

その他、各種コースがあります。お気軽にスタッフへお尋ね下さい。

竹上歯科医院 0943-74-1181

久留米市日吉町上道6-19-3 休診
一般診療時間 月～土 9:00～13:00/14:00～19:00 ※土曜は17:00まで
口臭外来診療時間 土・日・ホの休診のみ ※予約制

http://takegami-shika.com/

5月 日曜日のお医者さん

3日(祝)	4日(祝)	5日(祝)	6日(祝)	10日	17日	24日	31日
<p>内科 久留米山王リハビリテーション病院 山本町 43-8033</p> <p>内科 秋吉内科 32-5545</p> <p>内科 年田内科 33-1955</p> <p>外科 永永堂病院 63-2152</p> <p>外科 宮城外科 43-2329</p> <p>小児科 いのち小児科 30-7611</p> <p>皮膚科 藤吉皮膚科 27-2125</p> <p>眼科 実吉眼科 34-6828</p> <p>耳鼻科 宮城耳鼻科クリニック 52-6733</p> <p>歯科 佐藤歯科 21-7380</p> <p>山王歯科 32-3230</p>	<p>内科 富辺病院 43-8570</p> <p>内科 井上クリニック 51-0250</p> <p>内科 花畑病院 32-4555</p> <p>外科 花畑病院 32-4555</p> <p>内科 渡辺内科 27-2504</p> <p>小児科 ひだか子どもクリニック 南 22-0119</p> <p>産婦人科 藤本クリニック 21-9825</p> <p>眼科 杉田眼科 22-2020</p> <p>耳鼻科 平木眼科 944-0405</p> <p>歯科 山下健太歯科クリニック 21-5354</p> <p>古賀健太歯科クリニック 46-5700</p>	<p>内科 相馬内科 22-0148</p> <p>内科 香月内科 47-1036</p> <p>内科 上海中央クリニック 21-8022</p> <p>外科 林田医院 26-2237</p> <p>内科 菅野内科 30-3129</p> <p>小児科 はるこどもクリニック 45-8558</p> <p>産婦人科 菅野レディースクリニック 30-2258</p> <p>眼科 菅野眼科 843-0450</p> <p>耳鼻科 菅野眼科 32-6125</p> <p>歯科 杉本歯科 30-1856</p> <p>ひまわり歯科 26-1555</p>	<p>内科 いのち医院 21-6862</p> <p>内科 青木内科 30-6030</p> <p>内科 田中内科 30-2855</p> <p>外科 本間外科 35-3618</p> <p>内科 菅野内科 47-0072</p> <p>小児科 藤田子どもクリニック 45-6000</p> <p>産婦人科 とみぞレディースクリニック 30-6870</p> <p>眼科 近江眼科 30-6090</p> <p>耳鼻科 ヤクク耳鼻科クリニック 21-6924</p> <p>歯科 前原歯科 26-3343</p>	<p>内科 天壽堂医院 45-2000</p> <p>内科 豊楽クリニック 21-9431</p> <p>内科 丸山クリニック 33-2250</p> <p>外科 徳和内科 38-4166</p> <p>内科 田中外科 30-0123</p> <p>小児科 かとう小児科 27-2220</p> <p>産婦人科 田崎クリニック 35-2727</p> <p>眼科 石の眼科 30-1515</p> <p>耳鼻科 立石耳鼻科クリニック 094-76-0469</p> <p>歯科 中野歯科 76-6087</p>	<p>内科 近内クリニック 30-0025</p> <p>内科 保野内科 32-6710</p> <p>内科 早井病院 22-1306</p> <p>外科 にしごおり医院 47-0777</p> <p>内科 内藤病院 32-1212</p> <p>小児科 豊崎子どもクリニック 47-0818</p> <p>産婦人科 藤吉産科 36-2222</p> <p>眼科 山下眼科 35-2225</p> <p>耳鼻科 池田耳鼻科クリニック 094-76-1578</p> <p>歯科 秋山歯科 22-0106</p>	<p>内科 竹田内科 21-3720</p> <p>内科 田中内科 43-6171</p> <p>内科 やまもとクリニック 46-8560</p> <p>外科 山田整形外科 39-2020</p> <p>内科 たがみ医院 45-1186</p> <p>小児科 吉永小児科 33-2036</p> <p>産婦人科 河田産科 32-2502</p> <p>内科 林田内科 32-2168</p> <p>耳鼻科 菅野耳鼻科 44-6858</p> <p>歯科 菅野歯科 47-6836</p>	<p>内科 五神内科 36-8821</p> <p>内科 山崎内科 43-6888</p> <p>内科 菅野内科 30-8009</p> <p>内科 菅野内科 34-0150</p> <p>小児科 はるこどもクリニック 45-6858</p> <p>産婦人科 菅野産科 46-6181</p> <p>内科 久留米市市民活動センター 46-7724</p> <p>耳鼻科 耳鼻科クリニック 094-76-5587</p> <p>歯科 西岡古田歯科 30-2460</p>

News Box

読者の皆様、お店の方々等からの最新情報を募集しています。取材してほしいところ、その理由、一言PRを明記の上、FAXまたはE-mailで、
[送付先] FAX: 0942-30-9917 E-mail: info@kurumestyle.com

Topics 話題のサロン

安心・安全にこだわったサロン 「メリージャズ」



国道209号線沿いの六反相交差点そばにあるサロン「Merry jazz」(メリージャズ)は、ハンド・フット・ボディなどのアロマトリートメントやベビーマッサージ教室、まつげエクステ、ハーブヘナトリートメント(会員制)とメニューが豊富で、使用するオイルなどは無添加・無農薬にこだわります。まるで友だちの家に遊びに来たような居心地の良さで、口コミで大人気です。★5月は1dayショップに参加予定。詳しくは「Merry jazz」で検索してください。

■Merry jazz (メリージャズ)
久留米市梅瀬町1127-7 アイランドビル201・202 黄色の建物です
TEL.090-6296-1317/営:10:00~(完全予約制) emerryjazz3@gmail.com

Event 楽しいイベント

お日さまと健やかに過ごす「ぞく」を考える くくり糸を使って編み物をする

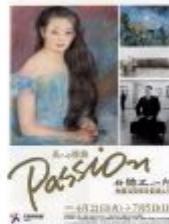


地球温暖化が進むなか、あなたの生活に「知恵」や「文化」をいち早く取り入れてみませんか?「くくり糸」、これは蜘蛛の巣をつくるために不可欠な糸です。蜘蛛を一つ一つ発酵させた染料に反物となる糸と一緒に染められた本藍染めの「くくり糸」。この本物の藍のよさを、編み物を通して感じませんか?

■日時:5月30日(土) 13:00~17:00 ■持物:かぎ針またはかぎ棒
■場所:NPO法人太陽文化振興会事務所
■参加費:一般 ¥1,200(糸1個と飲み物付き) 親子セット ¥1,700
(多めの糸1個と飲み物付き) 幼児は別途送料/金具はそれぞれ ¥100/個
■締切:5月22日(金) ※当日のキャンセルは参加料いただきます。
■申込・問:NPO法人太陽文化振興会 0942-39-1810

Art 石橋美術館

石橋正二郎生誕120周年を記念して 美への情熱~Passion~



久留米・石橋美術館の創設者、石橋正二郎の生誕120周年を記念し、彼の情熱を注いだ美術品収集の数々を紹介する展覧会を開催します。この展覧会では、パブロ・ピカソの「女の顔」やクロード・モネの「麗理」などを展示いたします。多くの人々に感動を与えてきた正二郎のコレクションをこの機会にお楽しみ下さい。

■日時:4月21日(火)~7月5日(日)/10:00~17:00(入館は16:30まで)
■場所:石橋美術館(久留米市野中町) ■休館:月曜日(5月4日は開館)
■入場料:一般 ¥800、シニア ¥600、大高生 ¥500、中学生以下無料 ※団体割引あり
■問:0942-39-1131 ※読者プレゼントあり(詳細は15P)

Event 楽しいイベント

いい日地場産の日(5月)



新鮮がまぶしい季節になりました。5月は大型連休が楽しみですが忘れずに毎日の日にはしっかり感謝の気持ちを贈りましょう! 地場産くるめでは毎月11日を「いい日地場産の日」として11%割引(酒類を除く)や手作り体験教室を開催しています。今月は「かすりを使ったうさぎのブローチ作り」を予定しています。5月8日10時よりお電話にて受付いたします。開催時間は①10時~②13時30分~各申込先着30名様、合計60名様のご両席です。参加料は500円となっています。地場産くるめには久留米がすりの手摺げやお洋服、インテリア商品など、素材もなかにもキラリと個性のひかるプレゼントが盛りだくさんぜひ選択のひとつとして久留米がすり商品をご検討下さい。

■場所:(財)久留米地域地場産振興センター(地場産くるめ)
久留米市東合川15丁目8番5号 TEL.0942-44-5700

Book オススメ本

東京DLの涙が止まらない物語 最後のパレード



東京ディズニーランドの開業に沸き、当パークのスーパーバイザーを約15年間つとめた著者が、キャストたちへ丁寧に語り伝えていた「ディズニーランドの心温まる出来事」...泣ける話と心温まる話、日本人・日本人有名なテーマパークのホスピタリティがどこまで高いのか?ゲストのために尽くすキャストの奮闘記ともいえます。

■著者:中村 亮 ■定価:1,200円(税別) ■発行所:サンクチュアリ出版
■発行日:2009年3月10日 ※読者プレゼントあり(詳細は15P)

Seminar みんなの情報

みんなのパソコン講座

第1回 フリーソフト・Open Office を活用しよう!
◆日 時:5月24日(日) 13:00~16:00
◆場 所:久留米市市民活動サポートセンター-みんなくる
◆参加費/500円 ◆定員/10名(先着順)
◆講 師:インターネット生活支援隊
◆対 象:NPO・ボランティアに興味がある方
※詳細はお問い合わせ下さい。
パソコンのことなら何でも構いません!
みんなのPC相談会
◆日 時:5月17日(日) 10:00~16:00
◆場 所:久留米市市民活動サポートセンター-みんなくる
◆参加費/無料 ※相談時間は一人30分
◆申込み/不要 ※ノートPCも持ち込みOK!
■申込・問:TEL.0942-30-9067/FAX.0942-30-9068

スパイスな食育

vol.30 「過密スケジュールの旅」

スパイスハウス吉山 吉山 武子

我が家のうつつと茂ったもみじ(大木)の木陰にテーブルを出し、心急ぎながらコラムを書いています。4月8日~10日、大阪在住の息子夫婦が計画してくれた大阪城クルージング(遊覧船)を孫の成長に見入りながら楽しい一時を過ごしました。次の日、夫の関西同窓会に同行し長谷寺・宝生寺と知り日本の建築文化の粋と祭の事象に息をのみながら堪能しました。

何よりも親世代とは、いくつになってもその時に戻れるなつかしさ、嬉しさがあふれ(私もその輪の中に飛び込みながら)皆さんのお話や行動からほのぼのとした温かみもが例え、プラットフォームの桜吹雪に。

見送られ感傷的になりながら思い出深い旅となりました。

4月14日~15日、広島~岩国へと飛び、(夫と生徒さん数名同行)広島駅よりアストラムラインに乗り換え少し山の手にある緑の木に囲まれお洒落なギャラリーに到着しました(ランチに吉山のキーマカレーが出されてあり、その試食と応援をかねて)、大変美味しく出来上がっていて、寒いなかでのマサラチャイの美味しさがホッと一息疲れを癒してくれました。二日目、岩国市在住の料理仲間の先生のキッチンスタジオを訪れ、心づくしのケーキとハーブティーを楽しみお餅つきからの雑煮をながめ宇野千代女史の生家も見学出来、まばゆいばかりの新緑のなかのかけ足の旅も無事終わりました。大いにリフレッシュ出来て私のなかでも次のステップへと動き始めました。

ローズマリー
料理にはイチキン、ジャガイモと相性がよい。モーニング
TEA=(ローズマリー+レモン)+ラズベリー系をミックス
するとさわやかな香りで元気ができますよ!

端午の節句用の かしわもち、ちまきづくりの会

(有)里鎌屋 TEL.0942-78-5088
久留米市北野町金島297-1/営:8:00~16:00/休:火曜/駐あり

◆30万本のつつじを堪能しよう

久留米の春のシンボルイベント、久留米つつじまつりが今年も4月5日~11ヶ月間開催されます。久留米百年公園を会場に、生産者直送の久留米つつじ約20万本や盆栽、鉢物、観葉植物など約10万本が並べられます。市価の2~3割引きで展示即売され、あついで、全国から約30万人の方が集まります。あなたもつつじまつりで久留米の春を堪能しませんか?

久留米つつじまつり
とどろき 5月5日(祝)まで
9:00~18:00
とどろき 久留米百年公園

久留米つつじまつり実行委員会事務局 TEL.0942-47-1875
(財)久留米観光コンベンション国際交流協会 TEL.0942-31-1717

◆満開の花を見に行こう

春の植木まつり
今年のくるめ緑花センターの「春の植木まつり」は、期間が1ヶ月延長され、5月末まで開催されます。道の駅くるめでのイベントや寄せ植え教室など盛りだくさんのイベントが目白押し。丹精北園はもう春満開です。触れてみませんか?

春の植木まつり
とどろき 5月31日(日)まで
9:00~18:00
とどろき くるめ緑花センター内

くるめ緑花センター協同組合
TEL.0942-47-2581

西日本わかばスクール 久留米教室

子育て、幼児期の教育にお悩みのお母さん!1歳半からの知能育成

創立25年目の西日本わかばスクールは「子どもの知性と感性を豊かに育てる」ことを目的に、1歳半から小学4年生までを対象に独自のカリキュラム・指導法を実施しています。人としての基礎が養われる乳・幼児期、心の発達と知能の発達を正しく理解して育てなければなりません。子どもは全て遊びから学んでいくものです。

0942-33-1152
久留米市日吉町25-7深見ビル2F
TEL.092-823-1152
http://www.wakaba1152.com

らくらくプラン

引越作業を全て当社に任せて頂くプランです。お客様は引越先へ移動するだけでOKです。

標準プラン

荷造り資材は当社がご用意します。小物類の荷造り荷解きはお客様で行って頂くプランです。

節約プラン

荷造り資材はお客様でご準備下さい。近距離は当日搬入OKです。その他の地域も即日搬入です。

単身プラン

少量の家財にピッタリなプランです。近距離は当日搬入OKです。その他の地域も即日搬入です。

くるめ引越センター

お引越は、お任せ下さい!
お引越から引越し後の
移住までお任せの「くるめ」が
一番安心できる引越センター
をご用意しております。

まずは、お気軽にお電話下さい。
0120-44-2850
http://www.kisaco.jp/kurume-trans
久留米運送株式会社

JIBUN-STYLE

じぶんスタイル

5 FREE

発行日/2009年4月30日 発行人/藤井博文 編集人/中野直美 発行/有限会社クルメスタイル 〒830-0031 久留米市六ツ門町7-123F TEL.0942-37-1439 / e-mail: info@kurumestyle.com

「小川選手と小川選手との出会いが、再び自転車と自分をつないだ」

香月さんと小川選手との出会いは七年前、バイク店にお客として訪れた小川選手が、日本選手権競輪の優勝者という偉大な選手だと知り、自転車の話を聞いて「お、そうしていいですね、小川選手をはじめ数名の選手がビストのフレームを店に持ってきて組み立てたい方がいれば無料でもってくれる」と言われ、その

香月さんと小川選手との出会いは七年前、バイク店にお客として訪れた小川選手が、日本選手権競輪の優勝者という偉大な選手だと知り、自転車の話を聞いて「お、そうしていいですね、小川選手をはじめ数名の選手がビストのフレームを店に持ってきて組み立てたい方がいれば無料でもってくれる」と言われ、その

「小川選手との出会いは私の人生において大きな出会いでした。組んでもらったビストを見て、特別な自転車で格好いいな、乗ってみたい」と興味を覚えた。話を聞くと、小川選手は競輪選手で、約十五名からなる「久留米競輪選手の小川選手」に、毎週水曜日の夕方、競輪場のバンクコースを走行練習している。

「一人の選手との出会いが、再び自転車と自分をつないだ」



これが自分スタイル



「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

【PROFILE】かつき まさかずさん
36歳、1972年生まれ、久留米市藤山町山身、曾守町在住。上津町にてバイク店「香車エンジンアリング」経営。趣味はビストに乗ること、バイク、水泳、ゴルフ。好きな言葉は「和魂洋才」。

「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

「競輪場のバンクコースを走行練習している。幼い頃、初めて神助鞍を外してもらった時の喜びが忘れられない。香月さん、自転車好きだった少年時代は新聞配達をし、自転車は必需品だった。そのころバンクに乗るうちに、自転車から競輪までかかっていた」といふ。

わたしたちは、人と街を応援しています

プロの技術でお掃除しませんか?

水まわりの壁紙、エアコンの掃除など、お掃除に困ることも、何でもご相談下さい。

プロの技術 プライツ ジャパン

TEL.0120-046-128

学校制服 各種制服の専門店

フルヒロ

夏服キャンペーン中

TEL.0120-29-0162

メガネ 宗野 六ツ門店
megane souno mutsumonten

おかげさまで創業136年。業界最強の季節、お肌だけでなく目のケアも大切。新作入荷。

「サングラスフェア」5月16日(土)～31日(日)

TEL.0942-38-4651 / 六ツ門町8-22 営業:10:30～19:00 / 休:水曜

宗野総本店
sounosouhonten

おかげさまで創業136年。年に1度の輝きの祭典ダイヤモンドフェア。コンシェルジュクラブ(旧光華楽隊)にて。

「ダイヤモンドフェア」5月19日(水)

TEL.0942-38-4611 / 六ツ門町7-15 営業:10:30～19:00 / 休:水曜

一番街アンネ

アーリーサマーコレクション

GALERIE ANNE ギャラリーアンネ

着こなしが気軽に華やか、プリントアイテム。今年取り入れるなら、程よくトレンドを意識した、チェックブラウスがおすすめです。

TEL.0942-35-8270 / 東町26-6 / 営業:11:00～20:00

ギョウザ専門店 又兵衛の味をご家庭で!

餃子の又兵衛通商部門・持ち帰り専門店

餃子シュウマイのー

TEL.0942-44-0740

又兵衛見習い募集

18～40歳位まで、将来独立を目指す方、歓迎します。

ギョウザの又兵衛

TEL.0942-34-2405

カッピーチャンス 大抽選会

5月7日(木)14時より

特賞...10,000円
1等...5,000円
2等...3,000円
3等...1,000円
参加賞...600円

抽選会場 久留米六角堂広場村道特設会場

くるとするスタンプ会

TEL.0942-46-8060

ぎょうざの店 娘娘
gyouzanomise nyannyan

久留米の名物ぎょうざ「娘娘」。手作りの皮と具が一体となってもちもちしたぎょうざに。

ぎょうざ 20個 700円
水餃子 700円

TEL.0942-33-9359 / 六ツ門町10-34 営業:14:00～23:00 / 休:日曜

BOUTIQUE ANNE プティクアンネ

TEL.0942-35-8272 東町26-19 / 営業:11:00～19:00

ANNEX アネックス

TEL.0942-34-7975 東町25-41 / 営業:11:00～20:00

人気のランチに「パニーニランチ」が新登場!



パスタやピザ、自家製ケーキなどオーナーこだわりの料理が味わえる「タベルナ石」。この度、大人気のランチに「パニーニランチ」が仲間入り!毎朝手作りする自家製パンに、たまごとハムがたっぷり入っています。数量限定なのでお早めに!ボリューム満点の「パスタランチ」もおススメです。お昼限定なのでお早めに!ボリューム満点の「パスタランチ」もおススメです。お昼限定なのでお早めに!ボリューム満点の「パスタランチ」もおススメです。

ピッツェリア タベルナ石

TEL.0942-30-7070
久留米市藤山町397-10
営:11:30~15:00(OS14時)、18:00~22:00(OS)
休:月曜(祝日の場合は翌日) ※ランチは火曜~土曜

自分に合った下着で理想的なバストラインを



これから薄着になる季節、下着も気になりますよね?ランジェリー専門店「Primavera miu」では、人気の下着ブランド「チェスニービューティ」を久留米で唯一取り扱っています。補正力があり美しいデザインが魅力で、着けると自然に胸がセンターに寄り理想的なバストラインになります。小さな胸の方から大きな胸の方まで、様々なバストタイプの方にオススメです。価格は9,450円。自分に合った下着を着て、あなたの魅力をアップさせましょう!

Primavera miu (プリマベラミウ)

TEL.0942-37-2003
久留米市藤山町397-6
営:11:00~19:00/休:月曜

久留米チャリンコめぐり

自転車に乗って、街中めぐり



Course A

久留米城跡からスタート、食べて、学んで、遊んでおしゃべりして...、たくさんの「楽しい」を詰め込んだ欲張りコース。

Course B

筑後川河川敷からスタート、河川敷の景色を楽しんだあと、食べて、学んで、最後にひと息、気分転換にピッタリのゆったりコース。

初夏を飾る、7周年感謝フェア

5/15(金)~5/19(火)の5日間
そろそろ夏色の装いが似合う季節になりますね。7周年を迎える久留米店ではいぐさの今年のアイテムが揃いました。夏の必須アイテムの靴・麻素材の洋服は大人可愛いものばかり。涼しさを演出のガラスやいぐさ小物(枕、スリッパなど)は母の日父の日のプレゼントにおススメ。これからの季節に快適な日々をくらしの中に!

いぐさブティック 草久留米けやき通り店

TEL.0942-46-3088
久留米市藤山町字6丁目397-7
営:10:30~18:00 休:毎週水曜日

この夏30周年感謝祭 素敵なかすりを発見



街なかの住宅街にある餅工房&ギャラリー「山村織物」では、オリジナルの久留米がすりを使った洋服や小物類を展示、販売しています。この7月、10日目のイベントとして、ミニファッションショーも計画。ギャラリーには、常時かすりの洋服、小物、袋物、反物が展示され、気軽に立ち寄れます。

山村織物

TEL.0942-34-0886
久留米市藤山町206-4
営:9:00~18:00
休:年中無休

30周年感謝祭
7月4日(土)・5日(日) 9:00~17:00
このときしかお目にかかれない掘り出し物もいっぱい、お楽しみに!

花と共にある時間作りませんか



生花によるフラワーデザインからアブリザーブドフラワーまで花と奏でる時間・空間を演出する水落柳子さんは、毎年石橋文化センターで開催されるバラフェアで、フラワーコーディネートをプロデュースされています。自らの教室もNFD公認校としてこの春からスクールを開講中。デザイナー資格取得をめざす方や基礎から習いたい方、花の見方楽しさがわかり、きっと花の虜になりますよ。

NFD公認校 水落柳子フラワーデザインスクール

TEL.0942-37-2866
久留米市津福本町1781-2

アレンジメント体験 ~5月31日(日)まで
★アブリザーブドフラワーのアレンジメント体験 3,500円(材料費込)
★フラワーアレンジメント体験 2,500円(材料費込) 各体験は要予約です

庭づくりのショールームは、英国風庭園カフェ



4月上旬にスタートしたこのショールームは、執行役員のお庭の建築家ギャラリー、外観の屋根材は英国産の屋根材で、内部のインテリアも英国産の輸入ものがほとんど。オーナーの執行さんお気に入りの器でいただく「紅茶」とお菓子が魅力です。ここでは、料理のワークショップや教室にも利用でき、夕方からグループでの会議等にも利用できます。またガーデンショップ2階は布雑貨、洋服の手作りショップ「ジュン」も同時にオープン。午後のひだまりの中、お庭を眺めながらゆっくりと時間を過ごしてみませんか!

インザガーデン

TEL.0942-34-9666
久留米市津福本町207
営:10:00~18:00
休:月曜日

一度食べたらやみつき!武屋の「白たいやき」



「見てびっくり食べてびっくり!美味しいぞ!」白くて珍しい武屋の「白たいやき」は行列ができるほど大人気!もちもちの皮にあんがぎっしり入って、一度食べたら忘れられない味!冷めてもおいしく、またオーブントースターで焼いても別の食感が楽しめるので、11手みやげにもピッタリです。

たいやき 武屋 (久留米店)

TEL.0942-34-2780
久留米市大手町1-6
営:10:00~19:00/休:なし

《本店》
TEL.0944-33-1785
久留米市三瀬町大木町蛸池187-1

心のこもった手づくり洋食はいかが!



一品一品が手作り、そして本格洋食が味わえると評判の「紀しん」。人気の「イタリアンハンバーグ(¥980)」は、とろ〜りチーズと甘いつまみソースがたっぷりかかってボリュームも満点!またランチはサラダ・ライス・コーヒー付き、産直の新鮮な野菜もあるので、子ども連れの方もママたちにもオススメです。気軽に本格洋食をお楽しみ下さい。

洋食亭 紀しん

TEL.0942-37-2050
久留米市岡野町2720-4
営:(平日)11:00~14:00、16:00~22:00
(土日祝)11:00~22:00
休:不定休/店の前に駐車場あり

取材スタッフのひとこと
口に入れた瞬間、肉汁がじゅわ〜、ジュシーでやわらかいハンバーグとソースがベストマッチ!ぜひ食べてみてください。

スポーツガーデンのスケートリンクは年中無休で営業中!



スポーツガーデンでは年中無休でアイススケートを営業しております。その他、ボウリングやパティン、ゲームコーナーもあります!ゴールデンウィークも「スポーツガーデン」で決まり!

スポーツガーデン久留米

TEL.0942-34-7008
久留米市合川町2125 信託センター前
http://www.spoga.jp
★5/9(土)までは深夜4時まで営業(アイススケートは20時まで)

アイススケート滑走料 300円割引券
ボウリングでは フェスタ抽選会開催!!

久留米の幼児教育の草分け



「親と子の未来塾」は、幼児教育者七田真氏の教育プログラム「七田チャイルドアカデミー」の久留米唯一の教室。九州で最も早く七田の幼児教育を取り入れた幼児教育のノウハウをもった教室です。お母さんのお家にいるときから5~6歳を中心に小学生まで右脳と左脳のバランスの良い全脳教育をめざしお母さんとともに学びます。

七田チャイルドアカデミー 親と子の未来塾

TEL.0942-38-8330
久留米市野中町926-10
休:あり(要確認)/駐:有り

一人ひとりに合ったシャンプー選びから始めます



「お客様の身近な存在でありたい!」そう話す「カエル」が目指すのは、誰もが気軽に安心して訪れる美容室。ここでは、一人ひとりの頭皮や毛髪の健康状態をカウンセリングして、その人に合ったシャンプーやカラー剤を選んでくれます。肌にも優しいものを中心にシャンプーも20種類以上を常備、好みの香りを選ぶこともできます。また店内では花やアロマ雑貨も販売していますよ。夏に向けて「頭皮スッキリコース」もおススメ!男性もお気軽に!!

カエルのしっぽ

TEL.0942-45-5800
久留米市合川町23-9
営:(平日)11:00~22:00(土日祝)10:00~20:00
休:火曜、第2・3水曜/駐:有り(千本杉/イオン前)

四季を感じさせる繊細で絶品の脂はいかが?



旬の素材にこだわり素材を最大限に生かす、それが店主の心情。玄米や長時間の天然物を中心に仕入れた素材をつかったオリジナルのメニューが多いのも特徴。例えば、マグロや穴子をふった「上土巻」店主おまかせの「巻巻きの盛り合わせ」。そして、和洋折衷を好むんだ!「蕎麦おまかせコース」もおススメです。気軽に絶品の脂をお楽しみ下さい。

広又 甚六

TEL.0942-37-6123
久留米市西町1506-5
営:12:00~14:00
17:00~22:00(OS 21:00)
休:日曜日

一度味わうとまた食べたくなる!絶品ナポリピザ



ブラヴァの自慢は、ナポリから取り寄せた新鮮で焼かれた本格ピザ!注文を受けてから丁寧に焼き上げるピザは、表面サクサク・内側もちりの生地の上にトロ〜り具がたっぷり乗って、絶品の味わいです。その他ソースによって太さ・硬さを調整するという「パスタ」一品料理、ワイン、カクテル類も充実。南イタリアをイメージした店内で気軽にワイワイ、料理とお酒を楽しんでみては!!

新築開業 ナポリピザの店 BRAVA (ブラヴァ)

TEL.0942-34-3917
久留米市天神町152-4第6トミヤビル1F
営:11:30~14:00(OS)、17:30~22:00(OS)
休:水曜

店内をリニューアルして 席数が増えました!

CHIKUGO すゝ一風土 STYLE

第25回 私にもできる!食育の初心者講座

食べたくなるような「ハーブ石けん」

「ラベンダー、カモミール、ローズヒップ、さあどれがいいですか?」とまずはハーブ選びから石けんづくりが始まりました。今回の講師は大川市で自然成分、天然素材にこだわりの石けんを作っているミントベル代表の飯島裕さん。ハーブティを煎れ、それを石けんの粉と混ぜあわせ、さらに精油を加え型をとったら石けんの出来上がりです。シンプルだけど素材にこだわった赤ちゃんも使えるハーブ石けん!食べたくなるような見た目の手づくり感にも感激でした。



「簡単!粉モンおやつづくり」
粉を使った簡単スイーツを作るのよきを作ってアツアツを味わいましょう!
■講師:食育サークル「おむすび隊」 ■料金: ¥100(ひとり)
■日程:5月16日(土) ■会場:赤ちゃん本舗4F

参加募集
お問い合わせ
0942-85-1515 (受付時間)
0942-37-1439 (予約専用)



旬Cooking

米米くらぶ代表 飯島 ユキ子

今月の料理
巻き寿司

行楽シーズン真っ只中、たまにはひと手間かけたお弁当を作ってみませんか。昔は、お花見や、運動会、遠足など、特別の日にはよく母が巻き寿司やいなり寿司を作ってくれました。これが今はいよいよ悪い出となって心に深く残っています。今やお寿司は世界中の人が注目している日本の伝統食の一つです。是非、我が家の手作り巻き寿司をマスターしてください。中に入れる具材は何でもよく合います。甘辛く煮たかんぴょうや椎茸、厚焼き玉子、人参やほうれん草、今の季節は絹さやや三つ葉でもいいでしょう。胡瓜や漬物を使うと簡単です。穴子やうなぎだとちょっとリッチです。卵アレルギーだと高野豆腐をくちなしで色付けるといいですよ。赤、黄、緑、黒と彩を考えて作ってみてください。

「巻き寿司」の作り方

1. 米5合を研ぎ、鍋に洗い米と水2.2、厚布5cm角1枚を入れ、1枚目の水加減で飯を炊く。
2. 酢1/2C-砂糖大1-塩小1を合わせて、合わせて飯を作り、ご飯が冷めたら、寿司飯に専し、合わせて飯を炊く。
3. 酢飯が冷めたら、ヒタヒタの戻し汁・砂糖、醤油各大2・味噌大1で煮詰め、さめたら千切り。
4. 干瓢20gは水でさらせぬみし、洗って、ヒタヒタの水で戻す。戻し汁とだし1C・砂糖大2・醤油大1.5で煮詰め。
5. 人参1本は縦半分に切りにし、ヒタヒタのだし・味噌大2・塩小1/2で煮詰め。
6. 三つ葉1把は、色よく茹でる。
7. 卵4個は、砂糖・塩を少々入れ、厚焼き卵にする。
8. 海苔6枚は中表に合わせて、軽くあぶる。
9. 海苔を敷いた、器に巻きすの手に合わせて量250g〜300g位のすし飯を軽く手でまとめ、海苔の向う側1cm位握って広げる。
10. ご飯の中央に具を並べよく並べ、具を包んで押さながら親指を巻きすの腹に当て、持ち上げるようにしてご飯の端と端をくっつけ、巻きすごとくると巻き、全体をしめるようにして形を整える。
11. 濡れ布巾で包んで濡らさながら、1本を8つに切る。
- *高野豆腐の場合は戻して、拍子木に切り、くちなしを3つ位に切っておにつけた汁とだし、味噌・塩・砂糖で煮詰め。

旬のすぶーんの 筑後平野 旬だより (vol.21) 立花町のデコポン

農産物が盛んに栽培されている立花町。4月にはデコポンが旬を迎えました。フルーツが旬を迎えると、銀のすぶーんではフルーツの下処理に大忙し。お日様をいっぱい浴びて、みずみずしく実ったデコポンを、手作業で加工していきます。皮をむき、白いすじが入らないように薄皮を取って実だけにしていきます。薄皮に残った果汁もしっかり絞って、自然の恵みを一滴残らず使います。一つひとつ加工するのは時間もかかって大変ですが、不思議とデコポンに愛情が湧いてきて、よりおいしいお菓子になってあげなくてはと感ずるのです。ジューシーなデコポン。まずは、夏季限定のフルーツジュレとして登場です。一度お試しください。



取付協力/銀のすぶーん

くらしの知恵・食養生 産直やくらし 暮らしづくり

朝陽は早く、夕陽はゆっくりと長くなりました。日中時間が長くなるにつれ、あれもこれもしようと思えます。1日は24時間、もっと欲しいなと思ってもこればかりは作れません。ただ、充実した時間は自分で作ります。日覚めをよくするティータイム、まわりを確かめて新書を読み、前日の整理、本読み等々、ゆっくりとした時間の中、だんだん明るくなっていく部屋。この時間がとても気に入っています。しかし、これを増やすため、毎朝自分と戦っています。「あと、5分」と、この5分は間違いの元。気がつく時計はひと回りしています。昔、美術室の色紙に「人間は毎日あの世とこの世を行き来している。寝ている時はあの世、起きたら

この世で、日覚めたら生きていくことに感謝」と書いてあったのを思い出しました。感謝、感動、納得と思ふ気持ちは気の流れをよくするそうです。静や大層は高いと共鳴する確率だから、思い切り深呼吸したり、ゆっくりと体を動かして歩く森の中をイメージするだけでも肺・大腸系の汚れを落とすのだそうです。「ハイ」と言う高直な返事も一瞬にして気の流れをよくすること。(ハ)は繁栄、(イ)は命。「ハイ」はあなたのことを無条件で受け入れるという返事で命を懸ける言葉だそうです。何気なく使っている言葉だけれど、体と共鳴しているのですね。

ハーブ香房SARA より自然なハーブをめざして、アンテナショップオープン!

朝倉市三奈木町にある、ハーブ香房SARAでは、自然のままのハーブを、美味しく味わって欲しいとの願いから、5月上旬からハーブ園内にアンテナショップをオープンしました。園内には、農業を全く使わないハーブ約100種類を栽培中。生産・加工・卸しを専門に行っていた香房SARA、身近にフレッシュハーブティを味わいながら、試飲も購入もできるショップは今後人気を集めそうです。ハーブはこれから最盛期。いろんなハーブの花も楽しめます。ショップには他にもハーブ商品がたくさんあり、これまでにない新たなハーブとの出会いが生まれますよ。



ショップアイテム
ハーブティ(体調に合うハーブティ)
ハーブ石けん(アロエベラ、カモミールなど7種類)
ハーブウォーター、ボタノ、入浴剤、
ハチミツ入りハーブビネガー etc.
ハーブ香房 SARA
朝倉市三奈木町2915
TEL.080-5200-0773 FAX.0946-22-7768

筑酒美人 ~ちくしゅびじん~
お酒の会 in 喜多

■とき 5月14日(木) 18:30受付 19:00開始
■参加歳元 千年乃松酒造株式会社 田中吉政さん
■参加対象 20歳以上の女性
■定員 20名
■参加費 4,000円(お酒代、お料理代含む)

参加者募集
お申し込みは、くろめすたいる編集部へ
TEL.0942-37-1439 FAX.0942-30-9917
info@kurumestyle.com

5月9日(土)までに電話かFAXかEメールで、
〒住所・氏名・年齢・電話番号(連絡のとれるもの)
「筑酒美人お酒の会イベント参加希望」と明記。

旬素材を楽しむ。
旬の食材を使った創作和食が楽しめる「喜多」
「一目見て感動し、そして一口食べて感動してもらいたい...」
そんな料理人の思いが込められた料理の数々
新しい素材の組み合わせに驚かされます
ジャズが流れる黒を基調とした店内
この空間で味わう料理とお酒は、また格別なものです
さあ、今宵は特別なひとときを過ごしましょう

伊勢エビのみぞれあん ¥1,580

宴会特別コース
2,500円(8品) 3,500円(10品) 5,000円(10品)
※「宴会特別コース」を20名様以上で予約のグループには、
「真鯛の塩焼き」0,990円をサービスしております

車庫の美食コース
3,800円 5,000円 7,000円 (各10品)
※コースは全て+1,500円で飲み放題をお付けできます

本日のお魚のお造り ¥480~

和食 喜多
TEL.0942-34-0723
久留米市六ツ門町22-20 1F-2F
営:17:30~24:00
休:日曜
駐:近くに有料Pあり
個室2~24名/大広間20~60名

Calendar 5/1-5/31

p15 ※プレゼントの詳細は、P15をご覧ください。

プレミアムステージ 6月21日(日)まで
★仮面ライダーディケイド 4月29日(水)～6月21日(日)
GW 花火打ち上げ & 夜間営業
5月2日(土)～5月5日(火)まで
★打ち上げ花火(20:00～)
★夜間営業(20:30まで営業)

「カーネーション」と「一の瀬焼」
■うきは市役所(吉井町)●5月11日
まで(土日祭日は閉庁)/母の日を
前にカーネーションと一の瀬焼をて
展示いたします。
■一の瀬 陶器まつり
■一の瀬焼(浮羽町)●6日まで
地元産「一の瀬焼」展示いたしま
す。■0943-30-9225 丸田原(丸田
町)

「夜の水族館09」
GW開催決定!!
5月2日(土)～5月6日(水)
■GW期間:9:30～21:30
(入館料:990円)
■夜の水族館は18:00～
(入館料:500円)
■毎年恒例のGW企画!!「夜の水族
館」を5日間、開催します。夜のイル
カショーやアクアナイトコンサート
などイベント満載。夜ならではの幻
想的な雰囲気を是非お楽しみください!

やすらぎのプラネタリウム
～星空リラクゼーション～
「運が福の星に願いを寄せて」
■18:30～19:30(18:15開場)
参加費:¥600(高校生、65歳以上無
料)/定員:254名/参加対象:高
校生以上/申込は電話予約が必要。
美しい星空と音楽の中で、心も身体
もリラックスする空間を味わえる。大
人のためのプラネタリウムです。

色で愉しむバラのある空間
バラフェア
カラーオプ・ローズ
■石橋文化センター●24日まで
9:00～17:00/休館日:月曜
入場料:無料/今回のバラフェア
では、「バラが本来持っている美し
さ」、「色」の魅力を注目を集
めました。その他、メインイ
ベントも5/2～5/6まで楽
しめます。ぜひ色彩豊かな
バラの空間をお楽しみ下
さい。■03-33-2271

星野村エビネ園展
■星野村総合保健福祉センター
「そよぞよ」多目的ホール●6日まで
9:30～17:00/見学無料
約250本の香り豊かな美しいエビネ
園を展示いたします。
■0943-52-3165

それいけ!アンパンマンショー
■ジョイフルタウン高橋1Fウェルカ
ムコート●11:30～、12:00～/15:
00～15:30/子ども達の憧れ、アン
パンマンと仲間達が盛り上げる可
愛さいっぱい!のショーです。アジ
ン会、撮影会あり/■04-2100

蝶屋ミズジャパン2009
■久留米市民会館大ホール
■13:30開場、14:00開演、18:00終
演/入場料:無料/蝶屋株式会社主
催/■04-34-4711

第5回 昔なつかし布展
■古耕工務たかた●12日まで
10:00～17:00/久留米街を中心に
帽、型染などの懐かし布巾や手摺
の紗句などを展示販売します。
■02-3484(高田)

上映会
■スーパースター久留米1F視聴覚ホール
■14:00～16:00(14:20からは入場
できません)/申込・入場料不要
「預(もが)りの島」(2007年日本)他1
本上映/■03-7800

Cafe de 説法
■カフェ・ド・ロッセ(大川市津津ヴィ
ラベルティ)●20:00～22:00/参
加費:¥500(茶菓子代)/キャンド
ルの下で敬語体験、イベント説法、雑
談交流会。誰でも気軽に参加下
さい。/■0944-36-8448(大久保)

毎月11日
いい日「地場産の日」
■場所/地場産ふくも 2階
10:00～17:00 044-3700
★久留米餅・特産品全品11%引き
(酒類は除く)
■かすりを使ったうさぎの
「ブロード作り体験教室」
(1)10:00～(2)13:30～
参加費 ¥500
各先着30名 合計60名
事前予約が必要
5/8、10時より電話にて申込受付
※手作りパンも販売いたします。

草木染めと多肉植物展
■園花舎(山本町)●17日まで
11:00～17:30/約100点の草
木染めの洋服、日傘、帽子や、おもしろ
い形の多肉植物も展示販売しま
す。■05-5565

健康教室
「うつ病と適応障害」
■医療法人 日高整形外科病院
ミーティング室(藤山町)●13:00～
14:00/講師:大善寺 富田病院
院長 富田 伸先生/■05-2276

第26回大好評!食育講座
「簡単!粉もんおやつづくり」
■アカチャンホンポ高橋店4F
■12:30～13:30(お茶)参加費:ひとり
¥100/講師:食育サークル「おすす
び隊」横田高チヨミよみなををを
ります/■申込み:85-1515(お茶)お茶
室、37-1439(お茶)お茶室

赤ちゃん「ハイハイ」
■アカチャンホンポ高橋店4階「い
こいの広場」●11:00～、14:00～
当日受付(開始時間30分前)/
ハイハイができる1歳未満の赤ちゃん
対象です。※参加無料、参加者全
員に参加賞あり/■03-3409

久留米を100倍楽しむ!
WELCOME PARTY
転勤族の妻
■スーパースター久留米●10:00～12:00/
10:00～15:00(受付13:00～)/
対象:児童・幼児とその保護者/参
加費:無料/定員:100名/申込・
■03-3409

TAO LIVE 2009
「浮世夢泡打楽」
■石橋文化ホール●16:30～
入場料:¥6,000(当日 ¥500増)
※全席指定/■092-714-0159
(横)キョードー西日本

フリーマーケット
■ジョイフルタウン高橋1Fウェルカ
ムコート●24日まで/10:00～18:
00/ぜひ、ご家族やお友達と一緒に
ご来場ください。/商品なくなり
次第終了/■04-2100

ママと赤ちゃんの栄養相談会
■アカチャンホンポ高橋店2F
粉ミルク/母乳/育児用品
●1日:13:00～16:00/アキオ
●5日:11:00～16:00/高木乳業
●15日:13:00～16:00/ピュンスター
●15日:13:00～16:00/明治乳業
●22日:13:00～16:00/和光堂

5月31日(日)「スペシャルライブ MAMIS野力奏一DUO」
Cheek to Cheek 5周年スペシャルライブ
MAMI & 野力奏一 DUO
久留米が誇る素晴らしいジャズシンガー
MAMIさんと、山下達郎、阿川泰子、ケイコリ
ー、寺井尚子などのアルバムやツアーの参加
でも知られ、森田芳光監督「愛と平成の色男」
「キッチン」「おいしい結婚」「ハル」などの映
画音楽も手がけている、日本を代表する人気
名ピアニスト野力奏一さんのたいへん、貴重な
スペシャルライブです!音に酔う素敵な一夜
を過ごしませんか?
■18:30スタート(18:00開場) (2nd)21:00スタート(20:30開場)
※完全入場制
チケット:1st、2ndともに、¥3,500(お酒はあいません)
■0942-39-5475

2日(土)
「Sunrise Cafe 4th Anniversary Live」
サンライズ カフェ(高橋)
20:30スタート(19:00開場)
¥1,500(ドリンクオーダー)
お申し込み:0942-32-0467

5日(祝)・16日(土)
「ワールドブルース
フェスティバル」
Jimmy's Bar Lounge (高橋)
19:00スタート(18:30開場)
¥1,000(ドリンクオーダー)
出演:Serial A、Shines、
夕暮舞大バンド等
■0942-34-7364

29日(金)
「YAYOI & 岩見淳三 Jazz Live with 田部俊彦」
アフターアワーズ・バー(高橋)
19:30スタート(18:30開場)/チケット:2,500円(飲み代別)
ハートウォーミングなJAZZギター&ヴォーカルデュオ。
今回はサクソプレーヤー田部俊彦とのトリオ。スタン
ダードJAZZをはじめ、JAZZテイストのPOPS、ボサノバな
ど幅広いライブをお楽しみください。
■0942-32-7285

毎週水曜日
「ルーレットライブ」
ルーレット (高橋)
20:00～
ルーレットハウスバンド
によるセッションライブ
■0942-32-7432

ワーナー・マイカル・シネマズ上野
TEL 0952-52-7211
上野のサブスクリーン
■毎月1日は入場料 ¥1,000～W・T ■毎週水曜、女性のお客様に限り入場料 ¥1,000～W・T
■レイトショー(21:00以降)¥1,200～W・T
■シニア割引(60歳以上)¥1,000～T
【ワーナー・マイカル・W/ジョイ・T】

T・ジョイ久留米
TEL 0942-41-8250
上映中
おっぱいVレー
5/1～
名原健コナン 謎の連続者(フェイサー)
5/1～

夫から妻へ、妻から夫へ
「60歳のラブレター」
長年連れ添った夫婦が感
動の想いほがきで綴る恋
慕企画「60歳のラブレター」
に着想を得た本作。そこ
で描かれるのは、歳を重ね
てこそ感じる夫婦間の焦
りや迷い、喜びや悲しみ、そ
して大切な人との絆。これ
から輝いて生きようとする
人達に勇気を与えてくれる
感動作。
ワーナー・マイカル・シネマズ・上野

「60歳のラブレター」
長年連れ添った夫婦が感
動の想いほがきで綴る恋
慕企画「60歳のラブレター」
に着想を得た本作。そこ
で描かれるのは、歳を重ね
てこそ感じる夫婦間の焦
りや迷い、喜びや悲しみ、そ
して大切な人との絆。これ
から輝いて生きようとする
人達に勇気を与えてくれる
感動作。
ワーナー・マイカル・シネマズ・上野

戦国時代、天下統一の影
でたがー人民衆のために
戦い続けた石川五右衛
門。その伝説の姿を手
にする。その筋には、歴史を大
きく変える信長暗殺の
裏の真相が隠されていた。
紀里谷和明監督の新作!
常識を超えた映像美に乞
うご期待!
T・ジョイ久留米

耳納北麓の風

MINO-HOKUROKU NO KAZE

初夏編

久留米のもう一つの顔「耳納北麓」。

その移り変わる四季を

イベントや気になるお店を織り交ぜてお送りいたします。

新緑の耳納北麓へあなたも出かけてみませんか。

EVENT Info.

山辺道文化館の催し物

【ボトルフラワー展】～50点展示～

さまざまな花やボトルで出来た可愛い
ボトルフラワーを50点展示します。

開催期間平成21年5月2日(土)～24日(日)

時間:10:00～17:00

場所:山辺道文化館

休館日:5/7(木),5/11(月),5/18(月)

入館料:無料

交通:百歳/ス25番で「草野島前」バス停下車

すぐ(無料駐車場あり)

(山辺道文化館)

久留米市草野町草野487-1

TEL:0942-47-3015

Ema:yamabel@stam.or.jp

くらめ緑花センター春の植木まつり

開催期間:4月1日(水)～5月31日(日)

場所:くらめ緑花センター(久留米市善導町)

TEL:0942-47-2581(くらめ緑花センター)

第22回 グリーンフェスティバル

開催期間:5月10日(日)

場所:福岡県緑化センター(久留米市田主丸町)

TEL:0943-72-1193(財)福岡県緑化センター

耳納連山山開き

開催期間:5月17日(日)

場所:藤取山頂(うきは市吉井町)

TEL:0943-76-3980(うきは市観光協会)

高良大社川原祭(へこかき)

開催期間:6月1日(月)・2日(火)

場所:高良大社(久留米市善導町)

TEL:0942-43-4893(高良大社)

Information MAP



くらしのギャラリー 山帰来

さわやかな園に、
焼き立てワッフルの贈り物

初夏の草野に新しいランチスポットができました。ギャラリー山帰来では、この春から「焼き立てワッフル」とスープの相性ぴったりの「ワッフルランチ」が人気を呼んでいます。外観サクッ!中モチリのワッフルはどこにもないこだわりの味。またデザートでも「ワッフルセット」も好評。焼き立てワッフルに好きなデザートトッピングができます。定番の「紅茶のかき水」とともに山帰来の人気定番になりそう!



ワッフルランチ ¥1,200
ワッフル+ソーダ/アイス/コーヒー
コーヒーは紅茶にかき水もできます



ワッフルセット ¥800
焼き立てワッフル+コーヒー/紅茶
(トッピングの価格を別途)
紅茶のかき水 ¥700

久留米市草野町草野313
TEL:0942-47-4506
営:10:00～18:00
ランチタイム:12:00～15:00
休:なし(12/29～1/3は休み)

ぶどう園カフェ 樹蘭

焼き立てフルーツパイは
自家農園からの旬の味

ぶどう園の中のカフェ「樹蘭」。この地域のフルーツを使ったフルーツパイやジャムがおすすめ。旬の生フルーツが入ったフレッシュパイは年間10数種類作られる。自家農園では、ぶどう(巨峰、安芸クイーン、ピオーネ、ハニーレッドなど)ブルーベリー、アズ、イチゴ、イチジクなどがお菓子の材料になっています。清々しい耳納北麓の風に吹かれながら美味しいパイはいかが!



フルーツパイ168円から

久留米市田主丸町石町482-1
TEL:0943-72-4528
営:11:00～18:00
休:火曜(収穫期は無休)



ランチタイム
(11:30～15:00)
ハピタ
ランチ ¥2,480(ドリンク別)

道の駅くらめ

おかげさまで満1歳になりました
道の駅くらめ開店1周年記念祭
5月16日(土)～6月14日(日)

道の駅くらめが満1歳(1周年)を迎えます。今月中旬から約1ヶ月間、1周年記念イベントが週末毎に開催されます。大抽選会(5/16)ちびっ子サイコロ大会(5/17)などのイベントやスイートコーンの収穫体験(要申し込み)など盛りだくさん。また期間中、500円お買上げ毎に応募用紙で湯布院散策・別府温泉バスの旅300名ご招待などこの機会に道の駅くらめにしてみませんか。



主なイベント

- ちっこ川原かもんスタンプラリー
期間中大型直売所6か所回れば、抽選で豪華商品プレゼント! (道の駅くらめ、うきは、バサコ、小石原、三連水車、耳納の壟)
- 新たなまねが量産当り大会(5/17)
- 地場産くらめ即売会(5/23, 24)
- 収穫体験(野村農園)5/30、6/13
スイートコーン又は小松菜の収穫体験、先着20名(両日共)お申し込み4名、道の駅くらまで(tel)でOK
- ほとめ産1周年特別メニュー
地元産素材にこだわった「おやき」いろいろ
150円～210円
- マイマイ1周年特別メニュー
果実入りアイスクリーム増量セール 5/16・26・6/6
石垣産産バナナアップル生ジュース250円(期間中)



久留米市善導寺町大塚221-33
TEL:0942-47-4111
営:9:00～18:00
休:第3水曜日

リラクゼーションサロン ぶりめーゆ

エステサロンから
女性の皆さまへ～
バラのお花のプレゼント

田主丸駅から耳納連山方面に向かう途中の静かな住宅街にある「ぶりめーゆ」。女性限定で完全予約制。自宅エステならではの安心した空間でリラックスしながら丁寧なお手入れを受けることができます。大自然に囲まれた癒しの空間で、あなたの「キレイ」時間をすさしてみませんか。

特典 「くらめすたいる」を見てと言って予約された方全員に
スペシャルコース ¥5,250→¥3,500
フェイスアップコース ¥7,350→¥5,000
■期間限定/5月1日～31日まで



その他、フェイスアップコース ¥2,625、フット＆肩コース ¥2,100～など、たくさんのコースをご用意しています。

バラのお花のプレゼント
オーナーから毎日の日にちなどで予約の方全員に高級なバラのアレンジメントのプレゼント(誕生日までの予約の方のみ)

編集者 blog

近場の癒しを求めてリラックス旅 ～田主丸駅周辺編～

田主丸駅で下車し、周辺をぶらり歩いてみました。カッパの形をした可愛い駅、雰囲気のある欧風料理店、中央公園、耳納連山のまぶしい朝の光を浴びながら歩くこのコースは、駅長おすすめのウォーキングコースだとか、10分くらい歩くという静かな住宅街が、あれ、そういえば以前この辺りの住宅街でエステをしてもらった…たしか名前が「ぶりめーゆ」。そしてその時、体験したのは「フェイスアップコース」。疲れた表情と顔の筋肉がすぐにキュッと引き締まったのを実感したっし私も自宅エステという安心した空間でうけるお手入れはリフレッシュには最適だった…よし!今日のウォーキングコースのメインにまたちよっと寄っちゃおうと、…あー気持ちよかったです! (お手入れも相変わらずとっても丁寧。自然の「パワー」もあって耳納の麓のリラックス旅、とって満足でした。

久留米市田主丸町田主丸1195-26
TEL:090-8918-6600
完全予約制/女性限定

