ここでご紹介するお店は、私たちの身近なお店ばかりです。読者の皆さんがお客様として、あるいは通りすがりとしてご存知のところが多いことでしょうが、そのオーナーや内側については意外と知ることが少ないに違いありません。『北の手かわら版』編集部では、ＡＳＡ店スタッフの強力な情報力の助けを借りて、一軒一軒のお店をインサイドレポートしてまいります。

自薦他薦を問わず、大歓迎致しますので、ＡＳＡ田端・西ヶ原店またはおなじみのスタッフにお声掛けください。

なお新設のフリー広告スペースのご活用もどうぞ!!

手技で日本を元気に!

ひらい整骨院

明るい応対が評判のアットホームな整骨院。コミュニケーションを大切にし、一人ひとりに合った治療を提供している。痛みの原因や治療方針、予測される通院回数等を丁寧に説明してくれるので安心だ。

保険診療ではマッサージ、低周波、マイクロ波、ロラーベッド、物理療法。保険外治療では鍼灸、カイロプラクティック等を行う。なお、特定疾患（神経痛・リウマチ・腰痛症・五十肩・頸腕症候群・頸椎捻挫後遺症）の場合には、医師の同意書があれば健康保険で鍼灸治療が受けられるそう。「かかりつけ医がいない方は提携医院をご紹介します。お気軽にご相談ください」。

また、ケガ予防の運動指導にも力を入れている。患者の状態に合わせ、寝たままできるストレッチ法を教えたり、スポーツをする人には普段のフォームを見せてもらい、注意点を指導したりするのだとか。

「雨の日の来院で次回割引券プレゼント」や、５のつく日の来院で「自由診療半額券プレゼント」など、嬉しいサービスも好評だ。

・北・田端4−5−2 山田ビル102
・☎5834−8724
・受付時間　月〜金9時〜12時、15時〜20時。土・祝9時〜12時、14時〜19時
・休診日　日曜
・各種保険・労災・生保・交通事故取扱
http://www.hone.co.jp/

田端商店街のレシートご持参で（金額はいくらでもOK♪）
10分間の延長マッサージを
通常価格1,000円 525円

飛騨高山の郷土料理を味わえる力ジュアルダイニング

ダイニング ハルコマ

「飛騨牛のホホ肉赤ワイン煮750円」、「温野菜朴葉みそを添えて500円」など、魅力的なメニューが手軽な値段で揃う。和・洋・エスニックと多彩な料理を学んだ店主の鷲見（すみ）さんが、幼い頃から親しんだ飛騨高山の郷土料理をカジュアルに楽しんでほしいと昨年10月に開いたお店だ。

飛騨高山から直接仕入れる特上の飛騨牛料理をはじめ、和牛モツ一人鍋、ドテ煮丼温玉付など、食欲をくすぐるグランドメニューに加え、黒板メニューやリクエスト次第の裏メニューもあり、食事だけでもOK。

地酒や各種ドリンクが揃うほか、珍しいのは12種もの梅酒リスト。理由を尋ねると「僕が好きだからです（笑）」と鷲見さん。お猪口でチョイ飲みできる梅酒テイスティングセットや、ポットハーブティが6種から選べるなど、女性の心をくすぐる演出もニクい。

20名位までの宴会、貸切も可能。鍋や飛騨牛を盛り込んだコースは一人2500円〜。「まずは知っていただきたいから」と看板メニューのクーポンをつけてくれた。行かなきゃ！

・豊・駒込1−19−1 ビアレス駒込2F
・☎6902−1662
・営業時間　17時〜25時30分（LO25時）
・定休日　日曜日
http://koi.koi1007.jimdo.com/

北の手かわら版
2月号
読者クーポン
特選飛騨牛ホホ肉ワイン煮込み
1組につき
1皿サービス
（2月末まで）

東京でイチバンの品揃え。沼津直送の新鮮な干物が激安で!

干物まる 巣鴨地蔵通り店

店主の関口さんが両手にいものから、アジやホッケといった定番まで、干物が金目鯛干物。贈り物やパーずらりと揃う専門店。ティの話題づくりに大好評の同店の人気商品だ。こんなビッグな干物をはじめ、伊勢海老やまぐろなどの珍し送品。富士の湧水で丁寧に洗って柿田川の水で丁寧に洗って作られる新鮮な魚介は、出来たてのうちに瞬間冷凍され、翌日には「干物まる」の店頭に並ぶ。もちろん無添加。鮮度抜群だから、おいしくて、しかも値段は市価の2〜3割と激安。店先で行っている試食も好評だ（七輪の炭火焼!）。

リクエストに応えて、新商品も続々増えている。清水から届く「いわし削り」、淡路島の「いかなごのくぎ煮」。宍道湖の「大和しじみの濃縮だし」。お土産に最適な「かにせんべい」等々、海の幸の魅力が満載。

「干物」つながりで、巨峰や桃のドライフルーツも販売中。土日と4の日は混むので平日がおすすめ!

・豊・巣鴨3−38−3−1F
・☎5980−6072
・営業時間　10時〜18時
・不定休
http://hinomaru.jimdo.com/

デパートにしかないようなフレームが地元で買える

サニーグラス

駒込駅東口から徒歩1分。レームが地元で買えて嬉しい」と喜ばれている。

ある眼鏡専門店。店内には取扱いブランドは、国内外合わせて30種ほど。グッ静かにジャズが流れ、明るく入りやすい雰囲気だ。

デザイン性の高いメガネをたくさん揃えており、「デパートにしかないようなフランド『アランミクリ』も置いている。

また、注目の国内若手ブランドも充実。ポップなカラーでニークなデザインの『タカノリユゲ』。太いフレームで存在感のある手作り眼鏡『杉本圭』など。どちらも国際的な展示会で受賞歴のある実力派だ。

価格はメガネ一式で10,500円（レンズ込み）〜。レンズ交換は5、250円〜。レンズの在庫があれば当日渡しも可能だそう。また、眼鏡の調整・洗浄・ネジ交換は無料でサービスしてくれる。「当店でお買い上げいただいた眼鏡でなくても、お気軽にお持ちください。地域の皆様に喜んでいただける店づくりをしていきます」と店主の荒木さん。

・北・中里2−2−3
・☎6903−5940
・営業時間　10時〜19時
・不定休

名刺・看板・チラシなど販促ツールの製作はおまかせ!

エンジョイデジ工房

「お店や会社のイメージや商品を、わかりやすくお客様に伝えたい」。そんな時の強い味方が、エンジョイデジ工房。名刺・大判ポスター・看板・チラシ・ショップカードなど、販売促進ツールのデザインから印刷まで行っており、目的や用途に応じた最適な提案を行っている。データ持ち込みも歓迎とか。

映像関係にも強く、ホームビデオの編集〜プレス、撮影部隊の派遣も可能だ。

また店内では、PC系小物やラジオ、LED電球などを販売しているほか、パソコントラブルの相談にも乗っており、「パソコン関係でお困りの際はお気軽にご相談ください」と深瀬店長。初回相談料は無料。

水道水が抗酸化水に変わるシャワーヘッド等を扱う美容健康通販サイト運営中。

http://elcedeshower.com

フレッシャーズフェア 4月末迄

スピード名刺	50枚	100枚	デザイン料
片面白黒	980円	1,280円	~~250円~~
片面フルカラー	1,280円	1,580円	~~300円~~

激安カラー名刺	250枚	500枚	デザイン料
表フルカラー 裏モノクロ	1,980円	2,980円	~~500円~~

「北の手かわら版を見た」で デザイン料無料

・北・中里2−4−8
・☎050−1021−7980
・営業時間　13時〜18時
・定休日　水・日曜日
・e-mail　fukase@azur-sg.net
・http://www.enjoy-digi.jp

北の大地・富良野の魅力がぎゅっと詰まったアンテナショップ

憩空間 ふらの本舗

昨年5月のオープン以来、牧場直送の無添加ソフトクリームでファンを増やしている「ふらの本舗」。ここは、ふるさと富良野の魅力を届けるべく店主の松井浩和さんがオープンした純私設のアンテナショップだ。

産直野菜も好評で、定期的に野菜を買いに来る人もいるほど。寒暖の差が激しい富良野は、旨味がギュッと詰まった農作物が穫れる北の台所。今の時期は、減農薬で頑張る農家から届くジャガイモと玉ねぎが並んでいる。宅配の機内食にも採用されているスープのほか、ドレッシング、ジャム、ソースなど多彩。

嬉しいことに、ＪＡふらの製レトルトビーフカレーが店内で食べられるワンコインランチも始まった。カップのソフトクリームも付いて、なんと500円!

雪解けの5月頃からアスパラやメロン、トウモロコシなどが順次入荷予定とか。富良野の春が待ち遠しい。

ＪＡふらののの加工食品も豊富に揃う。全日空の機内食にも採用されているスープのほか、ドレッシング、ジャム、ソースなど多彩。

・北・田端2−7−27
・☎5832−9510
・営業時間　10時〜19時
・定休日　無休