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!!

オリジナル文房具・衣料・雑貨

セプト

きれいな色柄のレターセット、手触りのいい紙、デッドストックの筆記具、手づくりのアクセサリーなどが所狭しと並べられ、文具や雑貨好きなら時間を忘れて楽しめるお店。衣類はフランス製やイタリア製のカットソーなど、ちょっと珍しくてミセスが着やすい質のいい品を置いている。

オリジナルのノートやポチ袋などの文房具はどれも100円。上質の紙で作られた封筒は1枚10円(!)。シールや髪飾りを目当てに「近所の小学生もおこずかいを握りしめて買いに来てくれます」と店主の寺西さんは顔をほころばせる。

名刺やオリジナル原稿用紙などのオーダーも受けており、名刺は50枚1800円、便箋30枚1500円。紙と印刷にこだわったホンモノだ。作家さんからの注文もあるとか。「どこに頼んでいいかわからないことも、印刷に関することと何でも相談してください」とも。

また、紙選びからできる「オリジナルノートづくり」のワークショップも開催予定。参加希望の方は気軽に問い合わせてみて。

・北・西ヶ原1−17−7
・☎5390−2445
・営業時間　10時〜19時
・不定休（電話確認の上ご来店ください）

北の手かわら版 1月号 読者クーポン
本紙ご持参の方
5%OFF!!
(3月末迄)

心と身体を癒す上質な時間。骨格・筋肉・自律神経にやさしくアプローチ

あすかソフト整体院

「つらいけどまだ何とかなる」と自分の体を後回しにしていませんか?

我慢は不健康のもと。ストレスの溜まるこのご時世、ひどくなってから病院に駆け込むより、時には体にご褒美をあげて健康的に過ごしたいもの。

体質・生活習慣・持病など、一人ひとりに応じた施術と生活指導でリピーターの多い同院。「判で押したような施術は行いません」。眠りを誘うここちよい施術で、体が欲する「心地よさ＝自然な状態」を体に覚えさせ、改善に導いていく（ソフト整体50分4千円）。

「情報が多すぎるから大事」なのだとか。

また、冬は「顔のコリ&乾燥」も見逃せない。表情筋マッサージ&炭酸パック(50分5千円)で、ン年前のお顔を取り戻してはいかが?

「情報が多すぎるから出やすいが、原因はおなかの筋肉が冷えて縮こまっていることにあるとか。だから、「おなかを温め、ほぐすことが一番大事」なのだとか。

・豊・駒込6−26−12グレース駒込1階
・☎3916−3372（予約優先）
・営業時間　9時〜21時
・12月31日〜1月2日休業
・定休日　なし
・http://asuka-seitai.jp

北の手かわら版 1月号 読者クーポン
ソフト整体50分
通常4,000円を
3,000円
初回限定 (1月末迄)

シェフの真骨頂「ブイヤベース」をぜひ味わって!

ビストロ ル・トロケ

写真で渡辺シェフが抱えているのは色とりどりの鎌倉野菜。「これ、今朝早く、鎌倉で買って来たんです。素材のおいしいですよー。素材の力は絶大だから」。

本格的なビストロ料理を手頃な値段で楽しめる同店。毎日手書きで出されるメニューには「本日のブイヤベース（黒ソイ・エビ・ハマグリ・ムール・ヤリイカ）」「リーズナブルな『フレンチ弁当』を計画中」という嬉しいお知らせも。現在、元気で食べるのが大好きなアルバイトスタッフ募集中。

ほか魅力的な料理名がびっしりと躍る。年明け早々は、近はオーガニック系も多く登場。すべてグラスOKで580円〜。

料理など、フランスの郷土料理を日本の食材でアレンジした料理が楽しめる。

一人で切り盛りしているゆえの悩みもあり、「お待たせすることもあって、お客様にご迷惑をおかけしていますが、一生懸命やります!」とシェフ。ワインは味と価格のバランスのいいものを揃え、最

・北・田端1−16−2
・☎3823−1120
・営業時間　18時〜24時（LO）
・定休日　月曜日（祝日の場合は営業して翌日休）、第3火曜日
・年末は年越し元旦3時まで営業
・年始は3日から
・カウンター8席・テーブル4席

朝びきの大山鶏、うまい日本酒と焼酎

焼き鳥 酉縁

寒さが身に応える季節。焼鳥と酒が恋しくなったら酉縁の暖簾をくぐろう。

山陰の豊かな自然で育まれた健康な鶏を手作業でさばいている問屋から仕入れており、鮮度抜群。定番のカシワや砂肝等はもちろん、るよう定期的に入れ替えている。

希少部位も刺身も、まるごあるので、7本は稀少部位が中心。後はゆっくり単品で追加していくといい。〆は親子丼、鶏雑炊などいかがだろう。

デザートの滋卵プリンは女性に大好評。

カウンター7席とお座敷2組。こじんまりと落ち着ける大人向きの店。予約がおすすめ。

旬の野菜串も素材の旨みがぐんと引き立ち、炭火焼ならではの味わい。今なら里芋や、芽きゃべつ、葉たまねぎがうまい。

グループで行くなら、事前に「おまかせ焼鳥」を頼んでおくと待たずにすむ。5本800円は定番部位がメイン

・北・中里1−9−15
・☎3828−2480
・営業時間　18時〜24時
・定休日　火曜日
・大晦日は夜10時頃まで営業、年始は5日から
・http://torien.amiki.com/

生花祭壇・家族葬・お別れ会

フラワーセレモニー

「終活」という言葉、最近はTVや雑誌などで取り上げられる機会が増えたのでご存知の方も多いのでは。

「終活」とは、元気なうちに葬儀やお墓について具体的に考え、人生の最終章をよりよく締めくくれるよう事前に整えておくこと。

駒込駅東口のフラワーセレモニーは、葬儀や諸手続き、相続、お墓のことまで本人や家族の話をじっくり聞いて、きめ細やかな提案、アドバイスを行っている。

「実際はまだ亡くなってからのご相談が多いのですが、ご葬儀が終わると多くの方が、葬儀までが慌ただしくて大変だったとおっしゃいます」と代表の高橋さん。

同社では、色とりどりの花で祭壇を飾る『花祭壇』やホテルのお別れ会など、様々な提案が可能。複雑な葬儀費用も内訳が明示されており、人数や予算に合わせて検討しやすい。例えば、家族葬フラワープランは50万円（生花祭壇・葬儀代金込み）。会員登録（無料）すると祭壇10%割引などの特典が受けられる。

現在、店頭で「エンディングノートの書き方」のしおりを無料配布中。

・北・中里2−1−9
・☎3915−4387
・365日24時間受付
・HPは近日開設予定
・メール flower.ceremony@gmail.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。い」と喜ばれている。

取扱いブランドは、国内外合わせて30種ほど。グッチやディオールなど有名ブランドや、眼鏡ブームの火つけ役ともいえるパリのブランド『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。ポップなカラーでユ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10500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
・12月30日〜1月3日休業
・不定休