

自由が丘熊野神社の節分風景 2月3日(水)



今年の節分祭は、前々日の夜降った初雪が残る境内で例年のように午後4時から行われた。4時半からは豆撒き神事で拝に威儀を正した年男・年女(特に寅年の小学生が12人も揃って可愛らしいトトラトヲ)の撒く豆を拾う

人々が今年も大勢集まって大賑わい。日が落ちると寒さが身にしみましたが、紅梅は昨年同様の香りを放っていた。今年も良い年でありますように。

31周年目の自由が丘丘区住民会議・新年会

1月26日の火曜日午後6時から緑が丘文化センターで住民会議の新年会が行われた。昨年30周年目の住民会議を無事会長として職責を務め上げられた山本秀代会長は晴れやかな表情であった。5月の



写真: 近藤信治

の総会には、30周年記念誌が上梓されるそうで楽しみです。

過去最高の出席 自由が丘振組の新年会



2010年の新春は、どう見ても不安材料の充満でマイナス志向になりがちだったが、1月20日(水)の雅叙園「舞踊」の間だけは初春の寿ぎに満ちていた。6時の開宴前から、自由が丘商店街振興組合の新年会に集う晴れやかな面々はなんと総勢156名。過去最高の出席と言うことであった。ご列席の来賓の方々のお名前を司会の高近誠氏が読み上げられたが、錚々たる方々に頼もしい限りであった。妻が腫ともなると、皆さんご自分の席から離れて親交を深め合っておられた。今年もまた自由が丘は多くの方々に支えられて益々の盛況は間違いない。との基が出たようである。

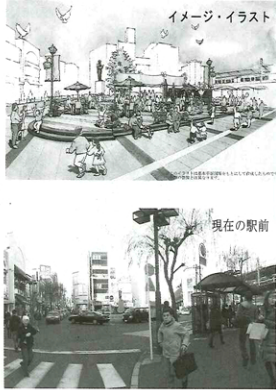
＜発行所＞
東京都目黒区自由が丘5-16-16
自由が丘商店街振興組合
TEL (3717) 4541
発行責任者・平井泰男

是非ご覧ください。駅前ロータリー改修のシミュレーション

2月14日(日) 午後4時～5時半(歩行者天国の時間帯)

自由が丘駅前広場整備計画現場確認ワークショップ

2月14日(日)今春工事を開始予定の自由が丘駅前広場整備計画に先立ち、同計画の実設計の詳細を最終確認する現場確認ワークショップが開催される。主催は自由が丘街並み形成委員会、自由が丘駅前広場検討懇談会。共催は、株式会社ジェイ・スピリット、自由が丘丘区住民会議、自由が丘商店街振興組合、目黒区。ワークショップ当日は、自由が丘の玄関口・駅前ロータリー部分に、来年完成する約300平方メートルの歩行者用広場『女神広場』の平面位置をテープやコーン等を使って表示。同時に女神像の移転位置も原寸大の模型で表示する。整備計画では歩道幅の拡張とバリアフリーが予定されているため、実施設計で示された歩道道の境界線や横断歩道、バスレーン、タクシーレーンなどの範囲を確認していく。又、早稲田大学芸術学校教授の卯月盛夫氏による50分の1大型模型を展示。来街の方に簡単なアンケートを実施する予定。自由が丘の新しい『女神広場』をより良いものにするために、是非当日自由が丘に来訪いただき、ご参加いただきたい。



広島オープンカフェを視察

1月27・28日の両日、自由が丘丘区住民会議、卯月盛夫早稲田大学芸術学校教授ら総勢8名で広島市で既に実施されているオープンカフェを視察訪問した。案内して頂いたのは、広島市都市活性化局観光交流部交流課の高野氏と梶川氏。オープンカフェ実施までのいきさつをレクチャーして頂いた後、案内頂いた。



広島市の場合、『水の都』という特徴を前面に押し出した施策を行っており、このオープンカフェもその一環という事だった。従って河岸を利用して開放的な雰囲気を持っており、これをそのまま自由が丘に適用できるわけではないが、大変参考になる視察となった。

自由が丘商店街振興組合広報部長 秋山知隆

Jiyugaoka Official Guide Web http://www.jiyugaoka.or.jp/ 自由が丘オフィシャルガイドウェブ

離婚・相続・遺言・不動産トラブル・債務整理など
まずはお気軽にご相談ください。

自由が丘総合法律事務所

弁護士 狩野 剛 (東京弁護士会)
弁護士 田中博尊 (東京弁護士会)
弁護士 土池田一孝 (東京弁護士会)
土日夜間の相談も承ります。

受付時間 月～金 9:30～17:30
TEL 03-6459-5852
http://www.jiyugaoka-sogo.jp/
目黒区自由が丘1丁目14-4-601

不動産は信頼の

KEN

Ken Corporation Ltd.

売買・賃貸・管理・店舗

お気軽にお電話ください
TEL 5729-3330
www.kencorp.co.jp

幸せをつかえ

自由が丘開運占館

Angel Garden

恋愛・結婚・風水・方位・仕事運
健康・恋愛・結婚・対人関係
数値開運・改名・教育・受験・入試

運のつぎは
エンジェルガーデン
あなたの心の相談役

TEL (5701) 3239
TEL (5701) 3973
TEL (5701) 3973
http://www.angelgarden.jp

熊野神社

目黒区自由が丘1-24-12
熊野本宮の御神意を記る
TEL 3717-7720

自由が丘への提案、アイデア
ニュース等、FAXでお寄せ下さい。

振組事務局へ
FAX 03・3717・4549

美と香り

MIDORIYA

みどりや化粧品

アルビオン・イグニス
エリクソンス・実生堂
アルビオンエステ
自由が丘デパート内
TEL 3717-4043

戦前・戦後
古書買入

美術アワード関係・哲学・歴史・文学等々
本を買います。ご相談下さい。

3717-6843

自由が丘2-11-8
古書 西村文生堂

★多目的ホールとして、
街の広場としてご利用ください。

大規模・多用途・多目的
多目的ホール、多用途・多目的
多目的ホール、多用途・多目的
多目的ホール、多用途・多目的
多目的ホール、多用途・多目的

自由が丘、メルクスセル4F
TEL 03-3724-1551

CLUB as HOME
~ for life recreation ~

LIBERTYHILL CLUB
www.libertyhill.club.jp

〒152-0035 東京都目黒区自由が丘3-26-4
TEL 03-5731-5731 FAX 03-5731-5732

Jiyugaoka Times



ホイップるんサポーターになって
オリジナル
ホイップるんGOODS
を作いませんか？

第1次ホイップるんサポーター募集

年会費 10,000円(1年間のキャラクター料を含みます)次年度より自動更新
ホイップるんキャラクターを使用した商品を作りますか。

ただいまホイップるんサポーターにご入会いただきますと、キャラクターをご利用いただける権利および二次創作物の制作、利用する権利を1年間ご提供いたします(1年ごとの更新)。お店、企業の販売促進Goodsや宣伝材料にご利用いただくことも可能です。

詳しくは株式会社ジェイスピリット ホイップるん委員会担当までお問い合わせください。

メール: whiprun@jiyugaoka-spirit.com

FAX : 03-3717-4601

※ 制作物は、事前にホイップるん委員会が審査があります。

※ 自由が丘、およびホイップるんのイメージダウンにつながるような使用方法は出来ません。

※ 年会費の途中返金はございません。



自由が丘の「体感治安改善事業」

防犯カメラやLEDライトなどが設置されます。

自由が丘が東京都の事業である「体感治安改善事業」の対象地区になったことはご存知のことと思います。

「体感治安」とは、体で感じる治安の状態をいいます。日本では2002年以降犯罪認知件数が落ちている状況であるにもかかわらず市民は犯罪の脅威の増大を感じて不安になっており「体感治安」が悪化していると言われています。そこで自由が丘においては「体感治安」を悪化させないために本事業に加わることになったようです。



会長・栗山雅則氏

「自由が丘は、特に治安が悪いわけではありません。しかし、来訪される方や居住される方が犯罪への不安を感じられるようになっては活気を失ってしまうので、先手打って犯罪予防の観点からハード、ソフトの両面から事業を行うことにしました。ハードの整備については防犯カメラと暗い場所へのLEDライトの設置を行います。また、ソフト事業として産業能率大学のご協力により大学生の方々に街の案内を兼ねて街の巡回をしてもらい案内人事業を実施します。このような事業を通じて街の皆様と安心していただければと思います」と事業を推進する自由が丘防犯対策推進協議会会長になられた栗山雅則氏はおっしゃっています。なお、今回進めている事業については様々なところで注目されておりラジオや新聞、テレビから数多く取材されています。2月1日にはテレビ東京において本事業が紹介されました。「体感治安改善事業」に加わったことで自由が丘のPRに一役買っているようです。なお、事業を実施する場所は今年6



テレビ東京で紹介された夜間パトロールの様子

か所ありますが5か所はJRの沿線であり私鉄沿線は自由が丘だけということです。

自由が丘のイメージソング来月CDリリース ♪ 夢・自由が丘 ♪
ホイップるん音頭 ♪ 歌手は井上あずみさん

㈱ジェイスピリット・ホイップるん事業部では、月に1回は定期的に事業部会を開いて、

可愛いホイップるんらの活動の場をあげようと、地道に検討し実行を重ねて参りました。オリジナルグッズを作ったり、縫いぐるみのホイップるんに中目黒や横浜まで電車に乗ってもらったり、盆踊り、女神まつりに出演して好評を得、自由が丘周辺、東横線沿線では知名度もかなり上がりました。この度は、自由が丘のイメージソング創りにも関わり、「夢・自由が丘」とお子様用盆踊り音頭「ホイップるん音頭」が3月末にはCDリリースの運びに至りました。自由が丘のイメージソングのデモテープを2回ほど聞いた記者は自然に「夢・自由が丘」のメロディーをハミングしていました。・・・これは、いい感触です・・・というのは、「新作オペレッタ公演などの幕が下りた後、観客がメロディーを口ずさんで帰ればその舞台は一応大成功」と某有名演出家がおっしゃっていたからです。イメージソングの歌手は、「となりのトトロ」の主題歌などでファミリー層に人気の井上あずみさん。自由が丘では、春のスウィーツフェスタや女神まつりでもお馴染みですね。3月のCD発売が楽しみです。



ホイップるん事業部会風景

●ホイップるん事業部会は㈱ジェイスピリット奥角広報部長及び西村ホイップるん事業部長を中心にホイップるんに係わる人々が月に1回開催しています。

これで万全 ネズミの駆除

ねずみの駆除には悩まされるものです。自由が丘商店街振興組合上環境部長のお骨折りで、昨春ネズミ捕りのエキスパートをお招きし、捕獲器を配布、かなりの効果を得ましたが、それでも全滅とはいきません。それは、小さい隙間(直径2cmほど)があれば大きな溝鼠でも外から侵入するのです。1月14日(木曜日)朝10時、目黒区保健所生活衛生課住まいの衛生係の方が見えて、南口ガード脇の横丁で実際に穴を塞いで下さいました。コンクリートの亀裂で出来た隙間を見つけ、まず金属たわしを埋め込みます。その上にセメントと砂を水で溶いて捏ねたモルタルを塗りこんで仕上がりです。これで完璧。ここからは鼠は侵入できません。コンクリートの亀裂の他水道管、ガス管、エアコン配管周りの隙間などが侵入口です。



室内にも配電盤の裏側などに穴はないか、厨房機器の裏側、天井床壁なども点検して下さい。

相談・お問い合わせは

目黒区保健所生活衛生課

03-5722-9500住まいの衛生係まで。

J I Y U G A O K A O F F I C I A L G U I D E W E B <http://www.jiyugaoka.or.jp/> 自由が丘オフィシャルガイドウェブ

おいしいはと 玉川屋
早朝6時より営業致しております
目黒区自由が丘1-29-18 ☎3718・5361
美容・着付・エステティック・ネイルサロン
ROMANA
☎ 3724-0080
自由が丘2-9-15 火曜定休

江戸前の味を誇る 遠久寿司
目黒区自由が丘1の26 ☎3717・5006

56ブランドの旅を揃えた旅のブティック JTB 自由が丘
自由が丘2-11-20 日興コーポリアルビル5F ☎3725-1231 日興・祝日営業(水曜定休)

ホテルプুলitzer HOTEL PULITZER JIYUGAOKA
自由が丘駅徒歩2分 駐車場完備 TEL: 03-5726-3361

オリジナルジュエリー 考案 SALON DE JEWELRY
自由が丘1-26-7 ☎3724-6908

フルーツマート
自由が丘1-31-10 ☎(3717)6039

健康的・本格的インド料理 テイクアウト・デリバリーOK
サンガワ TEL 3718・6157
自由が丘1-24-3玉川ビル1F

Your best consultant on PHOTOGRAPHY JIYUGAOKA popeye
☎ 3718・3431-2

焼肉 京城園
自由が丘店(銀座通り) ☎3723-1650 毎週火曜定休 営業 11:30~11:00

季節料理・釜めし つくね焼 40名様以上の宴会 承ります。 自由が丘・広小路 (3717)6881・(3723)9184

経済産業大臣認可 (有)大和屋企画葬祭 TEL 03(3717)7463 FAX 03(3714)7310

JIYUGAOKA TIMES

自由が丘の熊野神社に神さまがお越しになる大切な日なの... 新年祭、二月に入って節分祭や初午と祭事は続いた。年に何回か神社が行うこの祭事の... 第一日曜日に行われる例祭... 私たち一般には熊野神社の「お祭り」として親しまれてい... が、実はこれは年に一度、

今年も自由が丘に住む多くの人びとが熊野神社で新たな年を迎えた。一月一日の午前... 春時を期して行われる歳旦祭... 社殿から延びる長い参道の入り口に立つ石鳥居... 自由が丘商店街振興組合... 自由が丘商店街振興組合... 自由が丘商店街振興組合... 自由が丘商店街振興組合...

自由が丘の新年会が1月31日(日)リパティヒルクラブで土居美咲選手を囲む40名のサポーターが集まり栗山雅則氏司会で開催された。キャプテンの岡田一弥氏は「自由が丘は非常に多彩な活動で有名な街ですが、有能な若手テニスプレイヤーを街で応援して世界に羽ばたかせようとしていることは素晴らしい」とある会費でい... 非常に嬉しい思いです」とご挨拶。現在インターネットにより全国にランキングのニュースが瞬時に伝わる時代。現在土居プロのランキングは日本で第8位。世界では200位だ。記者の前の席の大阪から駆け付けられた方は「美咲プロは、もうすぐ世界ランキング100位以内になれるよ」と自分のことのように喜んでおられた。美咲さん3月の予定は、全米を他流試合してまわるそうだ。自由が丘の名前が全米に付いてまわることになる。「健闘を祈る！」

TEAM自由が丘のニューカム付きウェアで土居美咲プロ来月は全米で他流試合
TEAM自由が丘の新年会が1月31日(日)リパティヒルクラブで土居美咲選手を囲む40名のサポーターが集まり栗山雅則氏司会で開催された。
キャプテンの岡田一弥氏は「自由が丘は非常に多彩な活動で有名な街ですが、有能な若手テニスプレイヤーを街で応援して世界に羽ばたかせようとしていることは素晴らしい」とある会費でい非常に嬉しい思いです」とご挨拶。現在インターネットにより全国にランキングのニュースが瞬時に伝わる時代。現在土居プロのランキングは日本で第8位。世界では200位だ。記者の前の席の大阪から駆け付けられた方は「美咲プロは、もうすぐ世界ランキング100位以内になれるよ」と自分のことのように喜んでおられた。美咲さん3月の予定は、全米を他流試合してまわるそうだ。自由が丘の名前が全米に付いてまわることになる。「健闘を祈る！」
「TEAM自由が丘」とは、自由が丘から世界で活躍できるテニスプレイヤーを発掘、育成するプロジェクトで、サブキャプテンに藤井圭一、白子豊也、ジェネラル・アドバイザーに中野達子さんと選任して、平井泰男理事長、渡辺靖和副ジュゼピット代表取締役と自由が丘関係者が加わっている。支援金：1口 10000円。趣旨にご賛同の方々が加入できます。

自由が丘の熊野神社に神さまがお越しになる大切な日なの... 新年祭、二月に入って節分祭や初午と祭事は続いた。年に何回か神社が行うこの祭事の... 第一日曜日に行われる例祭... 私たち一般には熊野神社の「お祭り」として親しまれてい... が、実はこれは年に一度、

今年も自由が丘に住む多くの人びとが熊野神社で新たな年を迎えた。一月一日の午前... 春時を期して行われる歳旦祭... 社殿から延びる長い参道の入り口に立つ石鳥居... 自由が丘商店街振興組合... 自由が丘商店街振興組合... 自由が丘商店街振興組合... 自由が丘商店街振興組合...

自由が丘の新年会が1月31日(日)リパティヒルクラブで土居美咲選手を囲む40名のサポーターが集まり栗山雅則氏司会で開催された。キャプテンの岡田一弥氏は「自由が丘は非常に多彩な活動で有名な街ですが、有能な若手テニスプレイヤーを街で応援して世界に羽ばたかせようとしていることは素晴らしい」とある会費でい非常に嬉しい思いです」とご挨拶。現在インターネットにより全国にランキングのニュースが瞬時に伝わる時代。現在土居プロのランキングは日本で第8位。世界では200位だ。記者の前の席の大阪から駆け付けられた方は「美咲プロは、もうすぐ世界ランキング100位以内になれるよ」と自分のことのように喜んでおられた。美咲さん3月の予定は、全米を他流試合してまわるそうだ。自由が丘の名前が全米に付いてまわることになる。「健闘を祈る！」

TEAM自由が丘のニューカム付きウェアで土居美咲プロ来月は全米で他流試合
TEAM自由が丘の新年会が1月31日(日)リパティヒルクラブで土居美咲選手を囲む40名のサポーターが集まり栗山雅則氏司会で開催された。
キャプテンの岡田一弥氏は「自由が丘は非常に多彩な活動で有名な街ですが、有能な若手テニスプレイヤーを街で応援して世界に羽ばたかせようとしていることは素晴らしい」とある会費でい非常に嬉しい思いです」とご挨拶。現在インターネットにより全国にランキングのニュースが瞬時に伝わる時代。現在土居プロのランキングは日本で第8位。世界では200位だ。記者の前の席の大阪から駆け付けられた方は「美咲プロは、もうすぐ世界ランキング100位以内になれるよ」と自分のことのように喜んでおられた。美咲さん3月の予定は、全米を他流試合してまわるそうだ。自由が丘の名前が全米に付いてまわることになる。「健闘を祈る！」
「TEAM自由が丘」とは、自由が丘から世界で活躍できるテニスプレイヤーを発掘、育成するプロジェクトで、サブキャプテンに藤井圭一、白子豊也、ジェネラル・アドバイザーに中野達子さんと選任して、平井泰男理事長、渡辺靖和副ジュゼピット代表取締役と自由が丘関係者が加わっている。支援金：1口 10000円。趣旨にご賛同の方々が加入できます。

自由が丘地域のスポーツ & カルチャー

少年野球クラブ 自由ヶ丘ドジャース
選手募集： 目黒区立緑ヶ丘小学校、目黒区立宮前小学校及び自由が丘近隣地域在住の国立・私立の小・中学校に通う生徒
練習日時： 水曜日(15:00~17:00) 多摩川緑地広場、目黒区砧球場
土・日・祝(同時) 緑ヶ丘小・宮前小
お問合せ E-mail: jldoggers@q00.itscom.net
自由が丘サッカークラブ(JSC)

SOCCER
近隣の区立小学校だけでなく、国立・私立小学校などのお子さんと一緒に、元気にサッカーを楽しんでいます。主に低学年のお子さんとキッズ(未就学児)を対象に「体験学習」をうけています。
http://jiyugaoka-sc.com/

TENNIS
テニス同好会 場所 駒沢オリンピック公園
短歌
あをぞら会
主 宰 者 安元百合子

自由が丘会館3Fにて(毎月)午後、短歌の集いを開催しております。
次回開催日時： 2月19日(金) 午後2時より
お申込み先： 田島美代子 電話 03-3722-4556

GOLF
激戦を制したのは 稲葉憲司(トヨタ・トヨタ)
マスターズ会第575回(1月)成績表
若洲ゴルフリンクス(パー72) 天候 晴

Table with 7 columns: 氏名, 所属, アウト, イン, ハンド, フロント, ネット. Lists golfers and their scores.

2位には 栗山雅則(リパティヒル)
自由が丘マスターズ会1月の定例会は、去る1月6日(水)に江東区若洲にあるゴルフリンクス(パー72 6378ヤード)にて、東京曙学院、22名が参加して行われた。これは、東洋風を理地とした土地に、アウトイン両側が、海を身近に見えるフラットな距離のあるコース、今年で開場20年になるそうだ。またコースをセパレートする松林が大きく育ちゴルフ場の趣も変わってきた。これは、風が吹かない日がない毎日吹いているが巨大な風力発電用の風車が、おだやかに回転していた。午前9時半、アウト、インに別れてスタートしていた。東京湾からの海風が時々強くなるので、ティショットが大いになる所だ。前半好スコアで迎えてきたのが、アウト 田島、稲葉(0) 小宮(+1.5) 栗山(補) (+4.5) 安藤、魚見(+4.5) 栗山(補)(-1.5) 石井、那根(-1) 楳本(-0.5) 川辺(+2) 鳥井(+2.5) 岡村、高橋(+3)と混戦模様。後半、中盤まで一進一退であったが、稲葉、栗山(補)、楳本、川辺の4名が抜け出してきた。そんな中、楳本と川辺は精一杯頑張ってきたが、わずかに1打おぼす3、4位に後退。優勝争いは、栗山(補)、稲葉の一騎打となった。そして栗山(補)が、トップでホールアウトしたが、マスターズ会のルール(長期欠席)によって稲葉が実に10年ぶりの優勝となった。今日のベストグロス賞は、川辺俊太郎(初)、プービー賞は、田中敏であった。成績は別表の通り、尚、次回第576回は東名CCにて2月3日(水)に開催の予定です。
この記事は広告版です。

計報 ◆岩村航法殿(当組合員・広小路会会員・元青年部長・(有)センスクリエイティブ社長岩村千一殿ご子息)入院治療中のごとく一月三十日逝去。享年七十。ご冥福をお祈り申し上げます。
JIYUGAOKA OFFICIAL GUIDE WEB http://www.jiyugaoka.or.jp/ 自由が丘オフィシャルガイドウェブ

ご宴会とお食事に 七味亭
自由が丘 1-29-14 フロント・ビル4F
TEL 3724-4473

DUSKIN プロのおそうじ Servicemaster
ダスキン 自由が丘店
TEL 0120-32-43-54

なんでもそろいます 自由が丘デパート イガラシ
TEL 3717-0227~9番

誠堂
宝石・時計・メガネ・コンタクト・眼鏡・美容師
TEL 3717-6660-1

歓迎！大小ご宴会 60名様まで 万盛館
自由が丘1-2-25 TEL 3717-3273

備長炭本焼 蒲焼刺菜 八沢川
自由が丘(駅南口) TEL 3717-7950

健康と家計を助ける 安藤薬局
本店：薬局 TEL 3718-7493 (南口)
支店：薬局 TEL 3724-5850 (サンフェスタ)
南口店：調剤薬局 TEL 5729-0846 (南口)

紀州南高梅の製造直売店 有限会社福梅本舗
自由が丘店 03-5731-3550

本紙広告募集中
お問合せは振組事務局へ
TEL 03-3717-4541

整骨・鍼・スポーツマッザージ 多宝堂
各種保険適用
TEL 3724-8104

優良な住環境をづくります 自由が丘オークビル
MakeUp Garage
TEL 3717-1172

オルゴールの店 ドレミ
国産から輸入まで1000種以上
TEL 3724-9320

JIYUGAOKA TIMES

資料ご提供のお願い
 自由が丘商店街振興組合では50周年記念作品展に向けて資料を集めています。写真・地図・新聞等、他の自由が丘の街に係わる資料をご提供下さい。事務局まで (TEL:03-717-4541)

JYUGAOKA TIMES

Jiyugaoka Association of Business & Commerce
 TEL 03-3717-4541
 FAX 03-3717-4549
 http://www.jiyugaoka.or.jp

PASMO・Suicaで当てよう！ このステッカーのあるお店へGo！

2月28日まで

主催：目黒区商店街連合会 後援：目黒区

キャンペーン期間中にPASMO・Suicaを使ってお買い物やお食事をする、スクラッチカードがもらえます。削ってあたりが出たら、その場で商品券(2,000円)やステキな商品ニルケアセット等がもらえます。



シエフのひくい言 さまがわり

石島 邦彦

暮れから今年にかけて自由が丘の街並みも変わってきました。特に今年は新規のお店が多いように感じます。これも不況の産物なのでしょう。しかし一向に良くはならない景気。逆にその中で如何に楽しむか人々は考えるようになってきているようにも思えます。そこに自由が丘に人を集めるヒントがあるのではないのでしょうか。

そんな寒い日に身も心も温まる一品！！『アッシュ・パルマンティエ』残り物の肉の上にジャガイモのピュレを載せて焼いたフランスの家庭料理です。18世紀の飢饉の際フランスにジャガイモを伝えたパルマンティエ男爵に敬意を表して、名前が付けられました。今は市販のポテトロッケで作ります。玉葱1/2個とんにんにく1片のみじん切りをオリーブオイルで炒めます。しんなりしてきたら合挽肉200g、タイム、ローリエを加え、だまにならないように良く炒め、塩胡椒し風味に赤ワイン100ccを加え水分がなくなるまで煮詰めます。グラタン皿に2等分します。

ポテトロッケ3個をそのままボールに入れてつぶし、牛乳180ccを加え柔らかいヴェルトの上に載せパルマンティエチーズを振り200度のオーブンで15分ほど焼けば出来上がり。カレー粉、エルブドプロヴァンスなどを振って焼き色バリエーションが楽しめます。

C 不動産紹介
 自由が丘1-26-5 稲毛ビル1・2F
 10:00~18:00
 毎週水曜日第1・3火曜日
0120-994-431
 www.mnss.co.jp/jyugaoka

D スイーツ・カフェ
 自由が丘2-16-19
 平日11:00~19:00
 土・日・祝11:00~20:00
 水曜日
03-3725-2013
 http://www.nazeya.com

E リラクゼーション
 自由が丘2-9-6
 Lu・自由が丘5F
 12:00~19:00 土日祝11:00~20:00
 水曜日
03-5729-1178
 www.g-no.com

F フィットネジム
 自由が丘1-3-28
 オペラ館B1号室
 10:00~21:00
 日曜日・土曜日(第2・4)
03-5731-0165
 http://kaasuo-deux.com

G 洋服リフォーム
 自由が丘1-27-2
 ひかり館2F
 10:00~20:00
 日・土
03-3723-7432
 http://jiquelform.jp

H ヘッドスパ、育毛専門店
 自由が丘1-26-5
 稲毛ビル31F(平日)
 12:00~21:00
 水曜日
03-3717-2022
 www.c-hairs.com/headspa

I 靴・服飾雑貨
 自由が丘1-25-2
 MK10ビル1F
 12:00~17:00(土日11~18)
 水曜日
03-5701-3950
 http://sorasora.co.jp

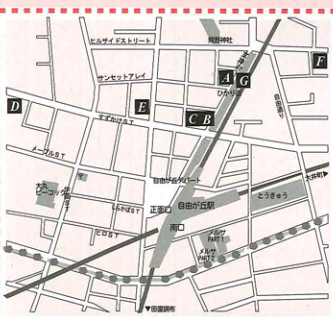
J フランス生まれの髪と頭皮のエイジングケア
 髪にハリ、コシがない、バサつき、抜け毛、薄毛...様々な髪の悩みにフランスの高級ヘアケア「ジョアンヌ・ロール」のオリジナルメソッドで頭皮を徹底的にケアし、健やかな髪を育みます。植物療法とツボ療法の融合で自然治癒力を呼び覚まし、美しさを取り戻します。

K 加圧トレーニングDEUX
 自由が丘1-3-28
 オペラ館B1号室
 10:00~21:00
 日曜日・土曜日(第2・4)
03-5731-0165
 http://kaasuo-deux.com

L 加圧トレーニングを行うと全ての機能が元気に!
 さまざまなプログラムを組み合わせた新しい感覚のトレーニングを行っています。明確なボディメイクインゴール(シェパツァ、細マツチ、8割の筋力アップ等)をお持ちの方にはパーソナルなお手伝いをします。

M 海外エステ・ホテルスパの技術を自由が丘で復讐するリラクゼーション!!
 海外エステ、ホテルスパ出身のセラピストによるハンドマッサージで様々な国の施術が楽しめます。技術の高い自営業のセラミオイルを使用するインド伝承医学に基づくアユルヴェーダは、施術後一週間デトックス(毒排出)効果が得られるそうです。

自由が丘の新しい仲間たち



A 靴・服飾雑貨
 自由が丘1-25-2
 MK10ビル1F
 12:00~17:00(土日11~18)
 水曜日
03-5701-3950
 http://sorasora.co.jp

B ヘッドスパ、育毛専門店
 自由が丘1-26-5
 稲毛ビル31F(平日)
 12:00~21:00
 水曜日
03-3717-2022
 www.c-hairs.com/headspa

C ショッピングロードヘッドスパ自由が丘店
 自由が丘1-26-5
 稲毛ビル31F(平日)
 12:00~21:00
 水曜日
03-3717-2022
 www.c-hairs.com/headspa

D 人気のお店が豊富な揃うナチュラルスタイルの店
 良質で長く使えるインポートシューズ(KOOS・オランダ)(Calzaro・スパン)を中心にバッグ、ウェアなど展開、品質にこだわった遊び心のある揃いでナチュラルなスタイルを提案しています。長く使えるお気に入りのアイテムが見つかります。

E 海外エステ・ホテルスパの技術を自由が丘で復讐するリラクゼーション!!
 海外エステ、ホテルスパ出身のセラピストによるハンドマッサージで様々な国の施術が楽しめます。技術の高い自営業のセラミオイルを使用するインド伝承医学に基づくアユルヴェーダは、施術後一週間デトックス(毒排出)効果が得られるそうです。

F フィットネジム
 自由が丘1-3-28
 オペラ館B1号室
 10:00~21:00
 日曜日・土曜日(第2・4)
03-5731-0165
 http://kaasuo-deux.com

G 洋服リフォーム
 自由が丘1-27-2
 ひかり館2F
 10:00~20:00
 日・土
03-3723-7432
 http://jiquelform.jp

H パンツの丈つめなら30分
 今日買った服は、今日着たい!そんな時、とても便利です。お気に入りの服もおしゃれによみがえります。パンツの丈つめ ¥1,050 ウエストつめ(メンズ) ¥2,100~ ジャケットの袖丈つめ ¥2,100~

JYUGAOKA OFFICIAL GUIDE WEB http://www.jiyugaoka.or.jp/ 自由が丘オフィシャルガイドウェブ

JYUGAOKA TIMES

feelin'YAMAHA
 自由が丘
ヤマハ家具ショップ
 南口メルサパートII4F ☎3718-1111

新しい飛躍!
TCC 高橋建設(株)
 自由が丘3-10-20 ☎3718-8111

LIBERTY CORPORATION
 telephone:035701-1225 035701-1229 fax:035701-1228
 建設業/不動産業(株)第1070403号
 商業施設(店舗・オフィス)一般住宅/リフォーム
 企画・デザイン・設計・施工

ご宴会と中国料理
梅華
 自由が丘駅前美観 ☎3717-6930・3724-6790

室内のおしゃれ
自由が丘 春峰堂
 襖 掛軸
 ☎3718-1255
 ☎3717-6704

お菓子のホームラン王
亀屋万年堂
 本社 ☎(3723) 0345(代)
 支店 ☎(3717) 0400
 駅前店 ☎(3717) 4510

ミセス ファッションの店
自由が丘101
 レザー・毛皮オーダー承ります
 本店 ☎3724-3922
 学芸大支店 ☎3716-3563
 自由が丘ひかり街店 ☎3717-7628

そば処 自由が丘
朝日屋
 自由が丘駅前 しばらく通り
 ☎3718-5566

Floukuzumi
 代理店 日本電気建設株式会社
 東京支店 自由が丘自由が丘1-28-14
 フラウクズミ株式会社オクスエ商事
 〒152-0035 東京都目黒区自由が丘1-28-14
 ☎03-3723-2511 / FAX 03-3723-2086

新刊書籍 雑誌 外務部のみ
自由書房
 TEL 3717-0360
 FAX 3725-8760

羽根・寝具・寝装品
 ふとんの
いづな
 自由が丘南口
 自由が丘1の9の5
 ☎3717-6305

ひかり街入り口 サンリキ街
 コンパ M サツヤ ☎3717 ニック アツシ ☎3725
 自由が丘 自由が丘 ☎3718 1189
 自由が丘 ラビエ ☎3725 自由が丘 ラビエ ☎3717
 自由が丘 ラビエ ☎3725 自由が丘 ラビエ ☎3717
 自由が丘 ラビエ ☎3725 自由が丘 ラビエ ☎3717
 自由が丘 ラビエ ☎3725 自由が丘 ラビエ ☎3717