



発行：自由が丘商店街振興組合
〒152-0035
東京都目黒区自由が丘1-29-16
TEL 03 (3717) 4541
FAX 03 (3717) 4549
発行責任者：原武

街の情報をウェブサイトで提供
自由が丘オフィシャルガイドウェブ
自由が丘 検索

新型コロナウイルス感染拡大に伴う 「自由が丘スイーツフェスタ」 開催延期のお知らせ

Jiyugaoka Sweets festa!

平素より自由が丘商店街にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。
新型コロナウイルスの感染拡大ならびに4月7日に発令された「緊急事態宣言」を受け、春のスイーツイベント「自由が丘スイーツフェスタ」(5月3日〜6日)の開催延期を決定いたしましたことをお知らせ

いたします。
本イベントを楽しみにしていただいていた皆さま、またイベント開催に向けて準備を進められていた商店街各店の皆さまには、このような急なお知らせで迷惑をおかけしますことをお詫び申し上げます。
なお、延期の日程につきましては、感染状況や行政当局からの情報などを踏まえ慎重に判断し、後日改めて発表させていただきます。

まずは一日も早く事態が収束に向かい、心からの笑顔で皆さまをお迎えできるようになることを自由が丘商店街一同、願っております。最後に、自由が丘の地域住民の皆さま、商店街各

店の皆さまの健康と安全を心より祈りいたします。
2020年4月9日
自由が丘商店街振興組合
理事長 原武

《お知らせ》
本紙394号(2020年3月25日発行)でお知らせいたしました「夢スイーツコンテスト」につきましては、大変残念ですが開催中止とさせていただきます。
本コンテストへ応募された皆さまへ、大切なお知らせがございます。本紙4ページをご覧ください。

告知

自由が丘商店街振興組合総会

5月26日(火)

*詳細につきましては、組合員のみなさまへ後日配付する資料をご確認ください



街の安全活動に貢献 まちの案内人「セザンジュ」に 碑文谷警察から感謝状

自由が丘のまちの案内人・セザンジュが3月25日、安全で明るく住みよい街づくりに貢献したとして、碑文谷警察署(瀧口知之署長)から感謝状を贈呈された。

表彰式は同署の署長室で行われ、セザンジュとして活動する産業能率大の学生スタッフ、事業を提携する自由が丘商店街振興組合の原武理事長が出席した。

瀧口署長は「セザンジュは平素から地域安全活動を積極的に推進し、安全で明るく住みよい街づくりに貢献している」として高く評価した。

《お知らせ》
新型コロナウイルス感染拡大を受け、セザンジュは毎週日曜・祝日の12時〜15時に実施しているまちの案内活動を中止しています

自由が丘オフィシャルウェブサイト <http://www.jiyugaoka-abc.com/>

遺言・相続 初回出張相談無料

自由が丘綜合法律事務所

弁護士 田中博尊 (東京弁護士会)
弁護士 池田一奈 (東京弁護士会)

土日夜間のご相談も承ります。
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

お問合せはお気軽に
☎5729-3330
www.kencorp.co.jp/

戦前・戦後 古書買入

美術・アート関係・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

電話や会合で 聞き間違えたこと ありませんか?

あなただけの補聴器をお作りします

オーダーメイド補聴器の店 自由が丘サウンド

魚菜学園ビル2F 03-5729-3357

熊野神社

目黒区自由が丘1-24-12
熊野本宮の御神霊を祀る
TEL 3717-7720

ヒヤリングストア

自由が丘本店

私たちは「目立たない」、「見せない」にこだわった小型補聴器専門店です

言語聴覚士
認定補聴器技能者 在籍

3723-2055

自由が丘駅 正面口徒歩2分
<http://www.hearing-store.com/>

森税務会計事務所

税務申告・税務相談・事業承継・相続・贈与
会社設立・M&A・事業再生・経営コンサルティング

- 行政書士、一級ファイナンシャルプランニング技能士の資格を有するスタッフがおります。
- 弁護士、司法書士、社会保険労務士と提携しております。
- 経営革新等支援機関の認定を受けております。

〒152-0035
東京都目黒区自由が丘
2-9-15 宮崎第一ビル 2F
TEL 03-5726-3866
FAX 03-5726-3867

所長 森 隆夫

CLUB as HOME

~ for life recreation ~

LIBERTYHILL CLUB

www.libertyhill.co.jp

〒152-0035 東京都目黒区八雲 3-26-6
TEL 03-5731-5731 FAX 03-5731-5732

一誠堂

宝石・時計・メガネ・コンタクト・画廊水曜定休 (3717) 6660-1
光の花 アール・ヌーヴォー
一誠堂美術館
セザム自由が丘B1 ☎3718-7183

新型コロナウイルス感染症にかかる相談窓口

目黒区新型コロナウイルス感染症対策本部 提供

感染が疑われるかたの相談窓口

次の症状や感染の疑いがあるかた、医療機関への受診や検査、新型コロナウイルス感染症に関する基本的な問い合わせは、新型コロナウイルス受診相談窓口にご相談ください。

- ① 風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続く(解熱剤を飲み続けなければならない)場合を含む
- ② 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある
- ③ 高齢者や基礎疾患などがあるかた、妊婦のかたで、①または②の症状が2日程度続く

新型コロナウイルス感染症に関する問い合わせ

● 目黒区新型コロナウイルス受診相談窓口(帰国者・接触者電話相談センター)

☎03-5722-9089

☎03-5722-9089

☎03-5722-9089

☎03-5722-9089

☎03-5722-9089

☎03-5722-9089

● 都の電話相談窓口(新型コロナウイルスコールセンター)

☎03-5722-9089

☎03-5722-9089

☎03-5722-9089

☎03-5722-9089

☎03-5722-9089

☎03-5722-9089

目黒区新型コロナウイルス対策コールセンター

新型コロナウイルス感染症に関する各種問い合わせやご意見などは、新たに設置した専用コールセンターにご連絡ください。

☎03-5722-9435

☎03-5722-9435

☎03-5722-9435

☎03-5722-9435

☎03-5722-9435

☎03-5722-9435

緊急事態宣言への都の対応に関する問い合わせ

● 東京都緊急事態措置相談センター

☎03-5388-0567

☎03-5388-0567

☎03-5388-0567

☎03-5388-0567

☎03-5388-0567

☎03-5388-0567

☎03-5388-0567

☎03-5388-0567

感染症対策へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症を予防し広げないためには、日常生活での手洗いと咳エチケットをきちんと行うことが大切です。また、できる限り人混みの多い場所を避けることや、十分な睡眠・食事をとって体調を整えることなど、一人ひとりが予防への意識を高めていただきますようお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症とは

新型コロナウイルス(COVID-19)は、ウイルス性の風邪の一種で、発熱や喉の痛み、長引く咳、強いだるさといった症状を訴えるかたが多いことが特徴です。重症化すると肺炎になり、高齢のかたや基礎疾患のあるかたは重症化しやすいと考えられます。

正しい手の洗い方

① 濡らした手を石鹸で洗います。② 手の平をこすり合います。③ 手の甲をこすり合います。④ 指の隙間をこすり合います。⑤ 手の指をこすり合います。⑥ 親指をこすり合います。⑦ 石けんをよく洗い流し、清潔なタオルやハンカチでよく水気を拭き取ります。

よく洗えていないのはココ!

手洗いの前に! ① 爪は短く切っておきましょう! ② 時計や指輪は外しましょう!

最新の情報について
新型コロナウイルス感染症への対策は、作成時の情報に基づいています。最新の情報は目黒区ホームページをご覧ください。各事業等の問い合わせ先にご確認ください。
目黒区ホームページ
<https://www.city.mejuro.tokyo.jp/>



今月のテーマ 教育費と生活費

上田哲也 税理士事務所
税理士 上田哲也

「昨」今、新型コロナウイルスの話ばかりで何かと気が滅入る毎日ですが、先日「孫の大学入学金と授業料にお祝い金をプラスして150万円を子に渡した」が何か問題はありませんか? という孫の教育費についてのご相談がありました。

このご質問は「贈与税の問題はありますか?」という意味ですが、皆さんはどのように思われますか?

相続税法基本通達21の3-5には、明確にその答えがあります。「教育費については、扶養義務のある者が必要な都度直接に贈与したものである場合は贈与税の課税価格に算入しない」とつまり今回のケースのように、祖父が孫の教育費を負担しても、その金額に関係なく贈与税の問題は生じないのです。

ちなみに扶養義務者の範囲は次の通りです。

【配偶者】夫や妻
【直系血族】父母、祖父、祖母、兄弟姉妹
【二親等内の親族】生計を一にする

注意点が一つあります。

①直系血族限定なので生計別の叔父叔母が可愛い甥姪の教育費を肩代わりすれば、贈与税の問題が生じます。

②扶養義務者であっても必要な都度、贈与しなければなりませんので、前述のケースで授業料を4年分まとめて子や孫に渡すと、初年度納付分以外の3年分の授業料は同様に贈与税の対象になります。

現在、「教育資金の贈与の特例」として1人150万円までは非課税扱いの枠がありますが、そうした手続きを取らなくとも教育費支給のルールを守れば心配ご無用です。

生活費についても、教育費を支給する際とは同様に考えて構いません。つまり前述の扶養義務者から日常生活に通常必要な費用を受給するのであれば問題ありません。金額については上限がないためご主人に資力があれば毎月生活費として50万円を奥様に渡したとしても、奥様が株式の購入や貯蓄に回したりせず、全額生活費で使い切れば贈与税の問題を気にする必要はないこととなります。

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

紀州南高梅の製造直売店
福梅本舗
自由が丘店 03-5731-3550

本紙広告募集中
お問い合わせは
自由が丘商店街振興組合事務局
☎03(3717)4541

相続 上田哲也 税理士事務所
自由が丘 3-6-20
☎3717-0877
相談初回は無料

本紙広告募集中
お問い合わせは
自由が丘商店街振興組合事務局
☎03(3717)4541

Luz 2F 新築・中古・リノベーションの資料図書館
Mansion Library
Jiyugaoka
TEL:03-3718-7017 女性 マンション 検索
10:30~20:30(土日・祝祭日休)

「命の水と生活の水」作りに電気、電子、コンピュータ・システムで貢献する
シンク・エンジニアリング株式会社
本社:〒152-0035 東京都目黒区自由が丘3丁目16番15号
TEL:03-3724-7201 FAX:03-3724-7203
シンク・AIT株式会社
〒152-0034 東京都目黒区緑が丘1丁目21番24号
TEL:03-5731-9246 FAX:03-5731-9247

遺言・相続なら青山事務所へ
夫婦2人の行政書士が全力で対応いたします。
青山事務所
Aoyama Legal Office
自由が丘1-22-5東横タウンビル2F
☎03-6421-2313
<http://aoyamalegaloffice.com>

MIDORIYA
美と香り みどりや化粧品
自由が丘デパート内
☎ 3717-4043
・アルピオン・イグニス
・エレガンス
・インフィオレ(オーガニックコスメ)
・アルピオンエステ

本紙広告募集中
お問い合わせは
自由が丘商店街振興組合事務局
☎03(3717)4541

ご旅行のご相談お任せください
JTB 自由が丘店
自由が丘2-11-20 ☎03-6738-6550

本紙広告募集中
お問い合わせは
自由が丘商店街振興組合事務局
☎03(3717)4541

自由が丘商店街振興組合 新規会員リスト ※2019年4月～2020年3月加入者分

店名	住所	扱ひ品
フタバヤ靴店	目黒区自由が丘2-15-25 石橋自由が丘ビル1階	靴小売店
N-DRESS	目黒区自由が丘1-24-1 オセル自由が丘1階A	オーダードレスショップ
自由が丘マシュマロペビー	目黒区自由が丘1-25-9 自由が丘テラス地下1階	ペビー用品
ジャンセン 自由が丘店	目黒区自由が丘2-16-22 陽輪台自由が丘ビル1階	アパレル製造小売業
カインドオル 自由が丘店	目黒区自由が丘1-14-15 yashimaビル1階	リサイクル
YARRA自由が丘	目黒区自由が丘2-9-10	洋服
GLEN FIELD	目黒区自由が丘1-8-2 サウスゲートビル103	革小物の販売
white balloon by FABRICS	世田谷区奥沢5-27-11 自由が丘アオキビル1階	洋服・バック・雑貨
ドルチェフィオーラ	目黒区自由が丘2-11-16 小杉ビル1階	女性用下着
TONAL	目黒区自由が丘1-8-19メルサ1階	婦人服
株式会社ヴィクリエイト	目黒区自由が丘2-18-13 パークハウス自由が丘1階	物販
インドエステ Rise	目黒区自由が丘2-20-24 NOA自由が丘101	エステ
オリエンタルリリース 自由が丘店	世田谷区奥沢5-31-16 パサージュコート1階101号室	タイ古式マッサージ
仙豆のちから 自由が丘店	目黒区自由が丘1-24-6 GROVEビル301	サービス
LACO hair&spa	世田谷区奥沢5-23-18 メディス自由が丘5階	美容室
Bido Jiyugaoka	目黒区自由が丘2-17-2 WAVE自由が丘1階	エステティックサロン
サロン・ドゥ・ソレイユ	目黒区自由が丘1-27-2 ひかり街1階	ビューティ
鮎 季和	目黒区自由が丘1-25-3 YKビル1階	鮎屋
資生堂パーラー 自由が丘店	目黒区自由が丘1-4-10	飲食店
茶加匠	目黒区自由が丘2-9-8	タピオカ
田ノ実 自由が丘店	目黒区自由が丘1-26-16 田ノ実ビル	食品販売 飲食
セレクトカフェ コッピン	目黒区自由が丘1-26-3 自由が丘升本ビル1階	飲食店
越後料理 悪代官	目黒区自由が丘1-11-1 丸家ビル2階	居酒屋
デビルクラブ 自由が丘	目黒区自由が丘2-12-18 ジェイパーク自由が丘1階	クラブビル・シカゴビザ
水炊 旅	目黒区自由が丘1-25-2 地下1階	飲食
Cafe Mint	目黒区自由が丘1-15-10 ジュンビル1階	珈琲豆販売 カフェ
晴 haru	目黒区自由が丘1-25-5 五十嵐ビル1階	飲食
ひな鳥素揚げ 月鳥	目黒区自由が丘1-3-24 藤巻ビル1階	和食
ワインとイタリアン料理 141	目黒区自由が丘2-14-1 とり正ビル3階	イタリアン
Bar HGA	目黒区自由が丘1-3-24 藤巻ビル2階	ウイスキー
OIL&VINEGAR レストラン瑞穂	目黒区自由が丘2-8-8 LeCielBlueビル2階	イタリアン・フレンチ
食堂ムラッチョ	目黒区自由が丘2-14-1 とり正ビル2階	飲食
焼鳥きみゆき	目黒区自由が丘2-14-1 とり正ビル1階	焼鳥
Butter 自由が丘店	目黒区自由が丘1-8-19 メルサ2ビル2階	パンケーキ・パスタ・ドリンク
YATSUDOKI 自由が丘	目黒区自由が丘2-2-13 Jグラスビル1階	菓子製造 販売
dal Barone	世田谷区奥沢3-12-6 リン・アルボ奥沢1階	イタリアンワインバー・レストラン
鮎光	世田谷区奥沢2-10-3 グレイシア自由が丘1階-B	鮎

店名	住所	扱ひ品
Community Mill自由が丘	世田谷区奥沢5-26-12 XAREA自由が丘1階	飲み物・雑貨
はちかくSTORE自由が丘	目黒区自由が丘1-23-4 ラフィーヌ自由が丘1階	パインアップルケーキ専門店
3&1 FACTORY	目黒区自由が丘2-9-8	パン・チーズ・ハムの販売
モンロワール自由が丘店	目黒区自由が丘2-10-10 シーズビル1階	チョコレート菓子類小売
AmiCono JIYUGAOKA	世田谷区奥沢5-27-9	ジェラテリア
CARAMELIFE	目黒区自由が丘1-16-12 マートルコート自由が丘II105	食料品キャラメルペースト小売
台湾車輪餅	目黒区自由が丘1-27-2 ひかり街1階	餅
OTTEN	世田谷区奥沢5-26-9 栄ビル1階	マサラチャイ・コーヒー
台染茶	目黒区自由が丘1-28-8 自由が丘デパート1階	タピオカ
自由が丘クリニック Beauty Terrace	目黒区自由が丘2-8-7 コア自由が丘1階	化粧品
MAGIE DU CHOCOLAT	世田谷区奥沢6-33-14	菓子製造販売
あんで2	目黒区自由が丘1-27-2 ひかり街1階	
フロム・ナウ・オン	目黒区自由が丘3-6-8 黒沢1階貸店舗	アロマ雑貨
有限会社NCU	目黒区自由が丘1-26-3 自由が丘升本ビル3階	構造設計事務所
あしカラダ 自由が丘店	目黒区自由が丘2-9-15 錦織ビル3階	リラクゼーション
SEASONS自由が丘	目黒区自由が丘2-14-7	不動産管理
東急建設株式会社 自由が丘オフィス	目黒区自由が丘2-11-22 旧藤原ビル2階	建築業
フラメンコスタジオ 自由が丘アリアーテ	目黒区自由が丘1-26-1 SS自由が丘地下1階	ダンススタジオ
株式会社オープンハウス 自由が丘営業所	目黒区自由が丘2-10-20 弥生ビル2階	不動産仲介業
エステイター株式会社 自由が丘支店	目黒区自由が丘1-14-15 Yashimaビル3階	不動産業
Zenius株式会社	目黒区自由が丘1-25-12 リードマンション6階	貿易・仲介業
ワールドフルールいけばな 小原流	目黒区自由が丘1-8-6 中島ビル3階	いけばな教室
日本外食ベンチャー 海外展開推進協会	目黒区自由が丘2-9-4 自由が丘吉田ビル301	飲食業コンサルティング
株式会社明治製作所	目黒区自由が丘1-3-15 BISビル2階	建築業
創健堂	目黒区自由が丘2-9-4 吉田ビル2階	整体
佐川急便 目黒営業所 自由が丘1丁目SC	目黒区自由が丘1-25-2 MK10ビル1階	運送業
24/7 Workout 自由が丘店	目黒区自由が丘1-24-3 プランキューブ自由が丘2・3階	パーソナルトレーニングジム
Megumi Ballet	目黒区自由が丘2-2-12 リパティコート橋本1階	バレエ教室
株式会社DAYS	目黒区自由が丘2-9-4 吉田ビル2階	事務所
学校法人河合塾 自由が丘校	目黒区自由が丘1-15	専修学校
株式会社櫻本三笠屋 自由が丘店	世田谷区等々力6-36-12 サンフラワー等々力ビル1階	業務用酒類卸
自由が丘ウロケクリニック	目黒区自由が丘1-24-6 GROVEビル1階	医療
三好歯科自由が丘	世田谷区奥沢5-25-9 インディペンデンスビル5階	歯科
自由が丘内科クリニック	目黒区自由が丘2-8-17 グランデ自由が丘ビル1階	病院

各店舗の詳細情報は「自由が丘オフィシャルウェブサイト」でご確認ください

本紙広告募集中
お問い合わせは
自由が丘商店街振興組合事務局
☎03(3717)4541

世界の紙巻・葉巻・パイプたばこ
いづみや
自由が丘南口通
自由が丘1-9-5
TEL 03-3717-6305

なんでもそろいます
自由が丘デパート
イガロシ
☎ 3717-0227～9番

本紙広告募集中
お問い合わせは
自由が丘商店街振興組合事務局
☎03(3717)4541

備長炭本焼 蒲焼割烹
鱧 八沢川
自由が丘(駅南口) ☎3717-7950

整骨・鍼・スポーツマッサージ
多宝堂
各種保険適用
☎3724-8104

本紙広告募集中
お問い合わせは
自由が丘商店街振興組合事務局
☎03(3717)4541

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

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

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

Jiyugaoka Contents Lab

LIBERTY CORPORATION
telephone: 03/5701-1225 03/5701-1229: facsimile
建設業許可・都知事(般・9)第107043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

自由が丘新聞

2020年(令和2年) 4月22日 第395号



丘ばちだより 2020



April

新型コロナウイルス騒動の中、今年の丘ばちプロジェクトが開始しました。越冬に成功した1群に新しい仲間の2群を加えて、3群でのスタートです。丘ばちのメンバーは、丘ばちプロジェクト公式キャラクター「丘ばちくん」の手作りマスクをつけ、マスク不足を乗り切っています。今年も自由が丘ハッチや丘ばちくんが活躍します。よろしくお祈りします。

自由が丘 丘ばちプロジェクト
http://okabachi.exblog.jp/

Follow me!! Instagram @okabachi



今回の「夢スイーツコンテスト」応募作品の一部

「夢」をテーマに描いた作品を楽しみにお待ちしていますが、新型コロナウイルスの感染拡大を受け、今回はコンテストを中止させていただきます。ご了承ください。応募いただきました

「夢スイーツコンテスト」へ応募いただいた皆さまへ

この度は自由が丘スイーツフェスタ「夢スイーツコンテスト」にご応募いただきありがとうございます。自由が丘を代表する菓子店「モンブラン」「亀屋万年堂」「モンサンクレール」「自由が丘スイーツフォレスト」のパティシエたちは、「夢」をテーマに描いた作品を楽しみにお待ちしていますが、新型コロナウイルスの感染拡大を受け、今回はコンテストを中止させていただきます。ご了承ください。応募いただきました皆さまには心よりお詫び申し上げます。今回応募してくださった方全員に、記念品「丘ばちクリアファイル」をお贈りいたしました。記念品がお手元に届いていない方は、自由が丘商店街振興組合 ☎03・3717・4541 までお問い合わせください。

お知らせ

お知らせ

「マリクレール・フェスティバル」 「THE J」 開催中止

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、5月に開催を予定していた「マリクレール・フェスティバル」 「THE J」 を中止いたします。どうかご理解いただきますようお願い申し上げます。

自由が丘南口商店会
自由が丘駅前中央会

自由が丘スイーツフェスタ実行委員会

▼当組合副理事長
ひかり街味よし 代表
藤田純一殿 御母堂
藤田ミチ子殿
4月4日(逝去78歳)

謹んで故人のご冥福をお祈り申し上げます

自由が丘にお店を出したいな編⑨

ホイップるんの ウラハナリ

87 ササキミツコ

今日の感染人数 〇〇〇名

なんかせまってきたな...

うん... こわいね

2m

家にいて他にできることないかなあ

アマビエ コスとか?

vol.115 フランス料理「ブティマルシェ」オーナーシェフ 石島邦彦

次号につづく!!


あさりのチャウダー風カリカリグラタン (4人分)

●材料

- 冷凍あさり.....100g
- 白ワイン.....30cc
- ブロッコリー.....1/4個
- サツマイモ.....小1/2個
- レンコン.....1/2房
- ニンジン.....1/2個
- しいたけ.....4個
- ジャガイモ.....中1個
- 玉ねぎ.....中1/2個
- 厚切りベーコン.....40g
- ショウガ.....10g
- 薄力粉.....大さじ2
- オリーブオイル.....20cc
- 牛乳.....1カップ
- バター.....20g
- 生クリーム.....1/2カップ
- バケット.....約3cm
- パルメザンチーズ.....20g
- 塩胡椒.....少々

●作り方

- ①あさりは白ワインをふって解凍する
- ②材料②は1cmの角切り、ショウガはみじん切りにする。バケットは厚さ5mm幅で6枚に切る
- ③材料④を小口に切り、ブロッコリーは小房に分けさつと茹でる
- ④鍋にオリーブオイルを入れ熱し、①とショウガを加えよく炒める。玉ねぎが透き通ってきたら薄力粉を入れ、粉っぽさがなくなるまで炒める
- ⑤④と牛乳を加え、野菜が柔らかくなるまで煮る
- ⑥野菜が煮えたら生クリームとあさりを汁ごと加え、塩胡椒で味を調える。ブロッコリーを加えてひと煮立ちさせ、バターを加え混ぜる
- ⑦耐熱容器に盛り、バケットを散らしパルメザンチーズをふる。200℃のオーブンで3分加熱し、焼き色をつける



あさりのチャウダー風カリカリグラタン

シェフのみどり言

新型コロナウイルス感染症の対策として免疫力を高めることに関心が高まっています。まずはしっかりと睡眠、バランスのよい食事、そして体を温めることも大切。効果的なのが運動と入浴です。

これを食べれば新型コロナウイルスに対する免疫力

が高まる、という食材はありませんが、ヨーグルト、納豆、味噌、チーズなどの発酵食品、根菜やブロッコリー、キノコ、ショウガなども免疫力アップにいいですよ。

そこで今回は、こんなメニューでコロナ退治に izaz 出陣!

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)

焼肉

京城園

☎3723・1650
毎週火曜定休 営業 11:30~22:00

心地良い住まいにエコを

株式会社 比護工務店

東京都木造耐震診断事務所
自由が丘 1-22-4
☎3723-5447

Your best consultant on PHOTOGRAPHY

Jiyugaoka popeye

☎ 3718・3431-2

美容・マツエク・ネイルサロン・着付

ROMANA

☎ 3724・0080
自由が丘2-9-15 火曜定休

東京 自由が丘

亀屋万年堂

総本店・亀屋万年堂茶房 ☎03-3717-0400
自由が丘駅前店 ☎03-3717-4510
http://www.navona.co.jp/

シティホテル ホテル ビュリッツァー自由が丘

HOTEL PULITZER

Jiyugaoka
自由が丘駅 徒歩 2分 駐車場完備
TEL : 03-5726-3361

おいしいおと

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

本紙広告募集中

お問い合わせは
自由が丘商店街振興組合事務局
☎03(3717)4541

ご宴会と お食事

中国料理 梅華

自由が丘駅前美観 ☎3717-6930・3724-6730

オリジナルジュエリー

SHUHO SALON DE JEWELRY

加工・修理も致します
自由が丘1-26-7
☎3724-6908

Jiyugaoka OKUZUMI

株式会社 オクスミ商事

代理店 東京海上日動火災保険株式会社
株式会社オクスミ商事
〒152-0035 東京都目黒区自由が丘1-26-14
☎ 03-3723-2511 / FAX 03-3723-2066