



銭太鼓の演奏を楽しむ(10/17)



料理教室も好評です

### コミュニティ食堂 ベルマウンテン開店

**地産池消ショップは4周年**  
美容室エレガンスのオーナー、鈴木たつ子さんが地産池消ショップ「ベルマウンテン」を始めたのはH22年11月6日、来週で4周年になります。店先に地物野菜を置き、豆腐・凍み豆腐・ちやたまの卵などを販売しています。

**食堂営業許可を取得**  
2年前には美容室を奥に配置し、厨房を作り一般食堂として保健所の営業許可を取って月1回の料理教室を行っていたのですが、

今年夏ごろより料理教室だけでは…と思うようになり、週に1度の食堂にすることにしました。

鈴山さんの手料理で皆さんと食でふれあい、ほっとする場所にしたと、毎週金曜日のコミュニティ食堂として10月17日に開店

**いよいよ営業**  
初日はほうとううどん定食で、お手伝いの人の手を借りて開店しました。

最初は順調でしたが、あとになると汗がなくなってしまう、なんと汗なしのほうとうになってしまいました。

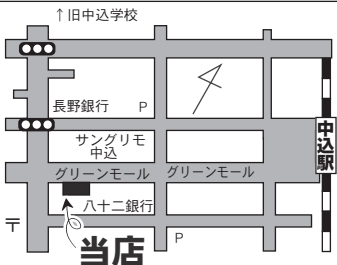
10月17日は銭太鼓のボランティアの方、ハモニカの上手な堀米さんにおいでいただき、童謡を歌ったりして過ごしました。

太鼓に合わせておどりを踊ってくださったり、とても盛り上がりました。

**「いこいサロン」**  
毎月第3金曜日の2時30分より、いこいサロンにお出かけください。

10月17日は銭太鼓のボランティアの方、ハモニカの上手な堀米さんにおいでいただき、童謡を歌ったりして過ごしました。

太鼓に合わせておどりを踊ってくださったり、とても盛り上がりました。



**コミュニティ食堂 ベルマウンテン**  
美容室 エレガンス  
佐久市中込1-20-7 ☎ 62-8780

### 11月の定食メニュー 毎週金曜日 11:30~2:00 600円(20食)

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <b>11/7 金</b><br>・きのこたつぷり<br>まぜご飯(ひろへい米)<br>・けんちん汁<br>・スイーツ<br>・つけもの | <b>11/14 金</b><br>・オムライス<br>(ちやたまさんの卵で)<br>・ピーナツかぼちゃのスープ<br>(浅料産)<br>・スイーツ<br>・サラダ | <b>11/21 金</b><br>・おはぎ(3品)<br>(重田さんもち米)<br>・あったかおでん<br>・スイーツ<br>・つけもの |
|--|--|---|

**11/21 金 午後2:30~「いこいサロン」**  
たんさんまんじゅう作りをします。みなさんと楽しく作ってお茶を飲みましょう。どなたでもお出かけください。材料費 300円

### 佐久陸は最高の思い出

AC長野パルセイロサポーター手記

パルサポ千曲川佐久支部 丸山宗近・貴子

私たち夫婦とパルセイロの出逢いは6年前、地域リーグの時代からです。それまでの私達は、サッカーとはほぼ無縁でした。とあるきっかけで南長野運動公園に足を運び、選手への気遣いと熱いプレーに心を奪われ、サポーターの声援に胸を打たれ、パルセイロの虜になりました。6年間のホーム試合は、法事と結婚式で2回行くことができませんでした。Jリーグは世界で一番安心安全なリーグであり、地域密着を謳っています。生まれ育った長野に誇りと愛着を持ち、サッカーを通し絆を深める素晴らしいと感じることが出来ています。

高校時代にパルセイロを応援していた若者が、東京の大学に進学しても

毎試合応援に来る姿を見ると、この若者たちが次の長野の世代を背負ってくれると信じ、頼もしくも嬉しくも思っています。又、パルセイロの母と

言われている80代半ばの素敵な女性はいつも若者から慕われ、沖繩や鳥取や北海道etc、何処でも参戦する姿を拝見していると、将来自分もあの様になるかと共に、元気に応援していきたいと思えます。

佐久陸開催にあたり、共にパルセイロを愛している佐久のサポーター同士の交流も深まり、今まで以上にサッカーを応援する喜びが増しました。

10月19日相模原戦を最後に、トップチームの佐久陸開催は無くなりましたが、これはパルセイロとの出逢いであって終わりではありません。私達の住む佐久市でパルセイロの試合が行われたことは



最高の思い出であり、宝物です。

佐久陸開催にあたり、多くの市民の方々に協力していただいた事を心より感謝申し上げます。またいつも暖かく協力していただいた中込商店街の皆様、本当にありがとうございました。

来年、南長野に新しいスタジアムができます。佐久の皆さんも是非足をお運びいただき一緒に応援しましょう。

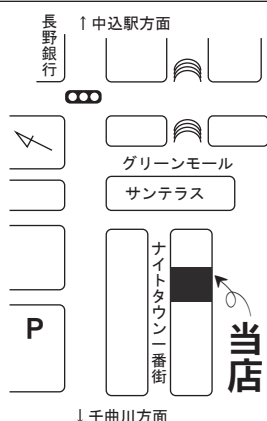
### 寒い冬！！ペアガラス入替承ります

ガラスの破損修理・安全ガラスも取り扱い有り  
カギの取替えもやっています。

お電話ください。  
**丸正商店ガラス部**  
☎ 62-3447

庖丁、彫刻刀(ハイス鋼)、園芸刃物、ナイフ、鉋なども取り揃えております。

刃物金物部 **丸正商店**  
サンテラス ☎ 62-0369



**忘・新年会 ご予約承ります**  
焼きとり・刺盛・鍋~ラーメン・デザート  
まで大満足の内容です。

**お料理は2,000円(税別)より、飲み放題は2,000円(税別・2時間)です。**  
ご予算に応じますので、まずはお電話ください  
2Fは25名様位までOKです。

ご家族でもOKです

**味の店 焼き鳥 さらさ**  
中込ナイトタウン一番街 ☎ 62-5429

営業時間 PM 5:30~AM 1:30  
日曜日定休