舞台には夢がある。舞台には祈りがある。劇団四季ミュージカルの原点が、群馬へ！

劇団四季 ミュージカル「コーラスライン」2010年全国ツアーが始まります。

9月22日（水）にベイシア文化ホールにて前橋公演が決定しました。県庁生協組合員限定で割引にて先行予約を受け付けいたします。回覧中の申込み用紙をどうぞご覧ください。

通常価格	先行予約受付価格（5%引き）
S席 8,000円	→ 7,600円
A席 6,000円	→ 5,700円
B席 5,000円	→ 4,750円
C席 3,000円	→ 2,850円

先行予約受け付け締め切り：6月25日（金）
一般前売り発売日　：6月26日（土）

開催日時：9月22日（水）18時半開演（18時開場）

ちょうど祝日の前日です。日本を代表するミュージカルをお仕事帰りに体験してみませんか。

※お申し込み多数の場合は抽選になる場合があります。

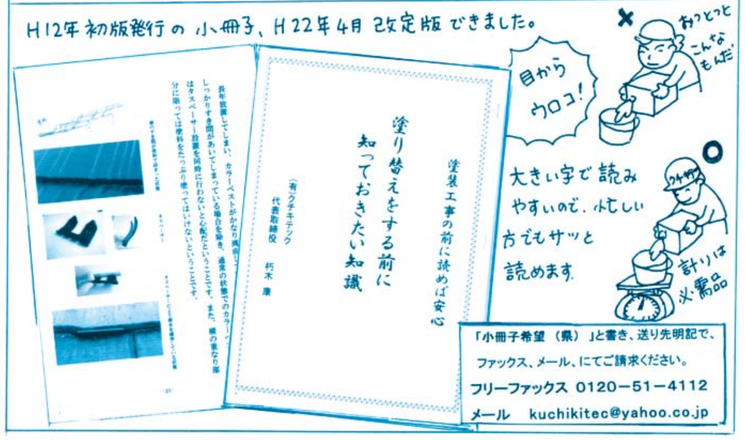
高品質・高機能塗装

クチキテックニュース

県庁生協指定店

http://www.kuchikitec.jp
編集：(有)クチキテック
〒378-0015　沼田市戸鹿野町３２４－３
フリーダイヤル0120－51－4152

H12年 初版発行の 小冊子、H22年4月 改定版 できました。



「小冊子希望（県）」と書き、送り先明記で、ファックス、メール、にてご請求ください。

フリーファックス　0120－51－4112
メール　kuchikitec@yahoo.co.jp

県庁地下1階
ピープル21 Open

●「女房を質に入れても初鰹」と江戸での初鰹の人気は有名ですが、実際に初鰹に驚くような高値がついたのは元禄から天明ぐらいで、18世紀を中心とする150年程の間でした。その後、江戸時代の末期になるにつれて初鰹のフィーバーは沈静化し、値段も普通になってきたそうです。今の時代「女房を質に、ではなく旦那を質に」かもしれませんね！手ごろな値段で買えますので是非食べてみてください。

かつおのたたき丼

材料（4人前）

- かつおのたたき……360g
- ごはん……1040g
- いり胡麻……10g
- 大葉……6枚
- きざみのり……少々
- 万能ねぎ……少々
- 生姜……少々
- タレ……しょう油80cc、ザラメ15g、おろしにんにく3g、みりん5cc、酒3cc

作り方

■下ごしらえ ●大葉はよく洗い、水けをふき、千切りにする。
●万能ねぎは、小口切りにする。
●生姜はよく洗い皮をむき、千切りにする。

❶タレの材料を鍋に入れ火にかける。ザラメが溶けタレが温まったら火からおろして冷ます。
❷かつおのたたきを、お好みの厚さに切る。
❸ごはんをボールに入れ、いり胡麻と混ぜ合わせる。
❹③のご飯を器に盛り、刻み海苔・大葉の千切りを散らす。
❺かつおのたたきを、①のタレにくぐらせ④の上に盛り付ける。
❻最後に万能ねぎと千切りにした生姜を散らし完成。

1人前に含まれる栄養素

カロリー	546kcal
蛋白質	32.2g
脂質	4.5g
食塩相当量	3.4g
カルシウム	57mg

今日のポイント
※タレにかつおのたたきを1cm厚位に切り、漬け込んで（5分～10分）、漬で食べてもおいしい！
（漬け込む時間はお好みで!カツオの厚みで染み込み方が違うので。）
※さっぱり食べたい方は、大根おろしにポン酢タレで食べてください。

「沼田店の大竹です！"明るく楽しくがモットーで頑張っています。よろしくお願いします。

引田家の人々 第11話

ご存知ですか？
自動車保険(車両保険)編

家族構成／父：征一郎　母：好子　長男：健一　長女：千夏
次男：直哉　次女：洋子

先日、次男の直哉が久しぶりに実家に帰ってきました。こっそり父の車を借りて、出かけましたが‥？

父征一郎さんの自動車保険には車両保険の加入がなかったために、多大な出費となってしまいました。
単独事故の場合だけでなく、お車同士の事故の場合にも修理費の自己負担が発生することがあります。
そこで、万が一の際の、ご契約のお車の修理費に備えて車両保険のご契約をお勧めします。
車両保険はご希望により一般条件、エコノミー車両保険（車対車＋A）等をお選びいただけます。

一般の条件の車両保険（さまざまなリスクに備えて）

エコノミー車両保険（車対車＋A）保険料を抑えたい

- ·車同士の衝突
- ·二輪自動車·原付との衝突
- ·荷台からはみ出ている積載物との接触
- ·火災·爆発
- ·盗難
- ·台風·竜巻·洪水·高潮
- ·他物の飛来·落下
- ·いたずら·落書·窓ガラス破損
- ·その他、騒じょう·労働争議
- ·電柱·ガードレールに衝突
- ·車庫入れに失敗
- ·当て逃げ
- ·墜落·転覆

○保険会社によって若干異なるケースがございますので、詳しくはご相談ください。

〈代理店〉株式会社ジーエスエス　TEL027－234－8864　まずは、お電話ください！

県庁地下1階
フォレスト21

諸星のおすすめ 売店のさわやかBOY

やってきましたサクランボご予約の季節！
諸星が自信を持っておすすめするのは‥‥山形庄内産「佐藤錦」
大玉級1kgでこのお値段ですよ。
ただいま回覧中ですのでお早めに！

さくらんぼ【佐藤錦】化粧箱入り

秀品約1kg大玉並べ詰
¥6,500（税込）
●500g並べ詰×2入

秀品約1kg大玉バラ詰
¥4,200（税込）
●500gバラ詰×2入

送料 ¥600（税込）※1宛先2箱（2kg）まで

予約申込期限：6月15日（火）まで
お届け時期 6月下旬～7月上旬

諸星のちょっといい話
サクランボは多くのビタミンとミネラルを含み疲労回復や美肌維持などに効能があると言われています。特にカリウムが豊富で高血圧や貧血にも強い味方となっています。

じまん市【だだちゃ豆】

ただいま「だだちゃ豆」のチラシを回覧させていただいています。季節限定のまぼろしの枝豆をお試しください。山形県鶴岡市周辺の白山地域で400年以上も代々作り続けてきた「在来種」の枝豆です。見た目は今ひとつですが、他にはない独特の甘味と香り、風味がある枝豆です。ご注文は回覧中のチラシでお願いします。

7月16日（金）締め切り

だだちゃ豆 6袋
¥3,000（税込／送料込）
●250g袋×6

だだちゃ豆10袋
¥3,980（税込／送料込）
●250g袋×10

ユナイテッドシネマ情報

6月公開特集

●セックス・アンド・ザ・シティ2

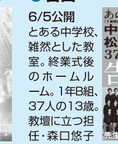
6/4公開

紆余曲折を経て、ついにミスター・ビッグと結婚したキャリー。幸せな結婚生活を送るかに見えたが、世界恐慌は実業家のビッグを直撃。二人は経済的な危機に直面する…。世界中の女性を熱狂させたテレビ・シリーズ「セックス・アンド・ザ・シティ」。2008年に劇場版が公開され大ヒットをとばしたが、その続編が遂に登場！シリーズではおなじみのクリスチャン・ルブタンのハイヒールをはじめ、ホルストン・ヘリテージのホワイトドレスやシャネルのゴールドクラッチバックなど、素敵な衣装も楽しみの一つ。また、今回は出会った頃の回想シーンもある模様。

●告白

6/5公開

とある中学校、雑然とした教室。終業式後のホームルーム。1年B組、37人の13歳。教壇に立つ担任・森口悠子が語りだした。「私の娘が死にました。警察は事故死と判断しましたが、娘は事故で死んだのではありません。このクラスの生徒に殺されたのです。」一瞬、静寂に包まれる教室。物語は"告白"から始まる。



●アイアンマン2

6/11公開

普段は普通の人間と同じ能力しか持たない天才科学者兼経営者トニー・スターク。自ら開発した凄まじいパワーを発揮するパワード・スーツを身にまとい、いくつもの戦いを経て、メディアの前で自らが"アイアンマン"であることを明かしたトニー。そんな彼の前に、次なる試練が待ち構えていた。パワード・スーツの受け渡しを国家から命じられるが、トニーはこれを拒否したため、査問会へ出頭を命じられる。そんなトニー・スタークの存在に憧れながらも、同時に対抗心を燃やすウィップラッシュは、アイアンマンと同様の破壊力を身に付け、モナコGPに出場したトニーの前に現れる。その最大の武器である"エレクトリック・デス・ウィップ"は、一撃でF1カーを真っ二つにするほどの威力だった。さらに、次々と現れる正体不明の予期せぬ敵が、アイアンマンに襲いかかる…。

ユナイテッドシネマ鑑賞券　通常1,800円 ➡ 組合員限定1,200円
地域機関の組合員の皆さまには、職場まで配達いたします。（多少、お時間をいただく場合もあります。）ご遠慮なく売店まで、お電話ください。TEL.027－223－8357　★ごちらの鑑賞券は全国のユナイテッドシネマで使用出来ます。