



tenku21.com

発行日：2014年11月20日
発行：佃りパーシティ自治会
編集：天空新聞制作委員会
編集人 中川 伸
東京都中央区佃2-1-2
電話：0120-559-251
http://www.tenku21.com/
mail: info@tenku21.com

創刊第3号

左は天空新聞のキャラクター「天じい」です。空に浮かぶ新聞と高層ビルをイメージしました。



天空新聞の住民掲示板

天空新聞編集員募集
記者・編集スタッフをボランティアでお手伝いいただける方を募集しております。経験・年齢は不問・夜景のきれいな高層会議室を利用して定期的に編集会議があります。地域の活動に興味を持たれている方・高校生の時「私新聞部」だった方・という方・書くことが好きな方・写真が趣味の方・小中学生の方などどなたでも歓迎いたします。0120-559-251 info@tenku21.comでお申込みください。

月島ウエスタンカントリーダンス
ご存知ですか？ウエスタンカン トリーダンスって！動画が公開されています。youtube.com/watch?v=qXhVjAFKHU
年1回米国のナッシュビルで世界大会が行われるほどの有名なダンスなのですが、日本ではあまり馴染みがないようです。会場・アートはるみ又は月島社会教育会館 レッスン：月3回・水曜日・土曜日午後
講師：渡辺未央先生 まずは見学なさってみては？
申込連絡は090-1377-6999 渡辺

掲示版への投稿は？
お電話やメールでお問合せください。営業関係以外は無料で掲載させて頂きますが掲載の可否は編集局で判断させて頂きます。

Economist誌 講読会
Economist誌の講読会を一緒にやりませんか。Economistを

読みこなせることが要件です。英語力としては英検準1級以上の方が対象になるかと思

最低一人(私と二名)でも参加者があれば開始したいと思

秋のクリーンデー
日程が変更になりました
佃りパーシティ自治会で開催している毎月一回のクリーンデーにいつもご協力をいただきありがとうございます。秋の開催、次回は11月22日土曜日午前9時からを予定しています。集合場所はマルエツさん一階入口前で雨天の場合は中止。30分程度で終了します。リパーシティ住宅地域だけではなく、中央大橋や隅田川沿いまで清掃をしています。詳細は自治会会長岩岡竜夫090-2664-7825まで

子育てママの体験型防災セミナー
日比谷線小伝馬町駅そば「協働ステーション中央」ではいろいろなイベントが開催されています。今回は子育てママのための危機管理協会主催のセミナーをご紹介します。

防災アイテム体験等を通して、自分と家族を守る知識を身につける。
12月5日(金) 10時半~13時半
1月15日(木) にも同様に開催されます。会場：協働ステーション中央 費用：千円(防災アイテムゲーム、講習、資格証)
お申込みお問合せは03-5217-2011 cna-atnanna.org/

公益財団法人東京防災救急協会
普通救命講習
《心肺蘇生・AEDの使用方 法・窒息の手当・止血方法》講習終了認定者には3年間有効の救急技能認定証を発行。
日時11月22日(土) 13時~16時
会場UR10号棟第2集会室
講習料1400円佃りパーシティ自治会員及び中高生は無料(一般の方は、有料)
申込は15日までに一旦切つておられますが空席があるかもしれませんので、参加ご希望の方はお問合わせください。
自治会会長岩岡竜夫
090-2664-7825
iwaoka@rs.tus.ac.jp

お勧めのランチ教えてください
「サラメシ」と言うNHKの人気番組がありますが、天空新聞の特集では「ランチ特集」を企画中です。佃・月島や隣町などでお勧めのランチがございましたらご紹介ください。現在、中央大橋を渡った中央区新川近辺のランチを

読者記者と取材中です。info@tenku21.com へ

歴史が彩る絵の中の街の姿

佃・月島を描く

特別寄稿 水彩画家 水上健二さん



私は下町育ちのせいか、佃島に行くとき、古き良き東京の面影が残っており、開閉していた頃の勝鬃橋や月島のもんじゃ焼きが懐かし



▲佃の歴史に佃天安あり！ 画用紙・水彩

天空今月のインデックス

レポート「高島屋ローズキッチン」

7ページでは
前号に続き高島屋デバ地下食品を自宅に宅配してもらえる「高島屋ローズキッチン」をさらに詳しくレポート



今シーズンの鍋デビューはもう済みましたか？各家庭の名物鍋つてありますよ。魚介類たっぷりの海鮮寄せ鍋・野菜と豚バラ肉の水炊き、じっくり煮込んだシチューも温まりそう。ゆっくりカタログを見ながらオリジナル鍋料理メニューを考えてみたらいかがでしょうか？

「天じい」私もシニアで元気です



大江戸線各駅散歩 門前仲町

一日きつぷで 4ページ

2ページでは元気なシニアクラブの活動を紹介
5ページでは「天空横丁探訪記」スタート
気になるあの看板の店を探訪
募集読者記者と編集部が気になる佃・月島の店を探訪します。今回は一回目・佃仲通りの店です。



このページは天空新聞にご協力いただいている湾岸タワーマンション各自治会様の情報ページです

TRC 佃リバーシティ自治会 trc21.jp/ Tsukuda River City Neighborhood Association

シニアと女性のためのタブレット体験教室を開催しました 10月26日(日)9名の方が参加いただきました。私でもタブレット使えそう!



10月26日(日)にY!モバイル(旧ウィルコム・イーモバイルが合併した携帯会社)門前仲町店の協力を得てタブレット教室を開催しました。リバーシティET集会場には9名の方がお集まりいただきました。タブレットって「パソコンのキーボードがないもの」「スマホの大きいもので電話はできない」なんとなく解りました。

「10インチと7インチどちらを選んだらいいの?」・・・見易さは10インチ・持ち運びでは7インチ「アイパッドとアンドロイドタブレットの違い?」・・・パソコンのマックとWINDOWSの違いみたいなもの「いくらぐらいで買えるの?」・・・2、3万円ぐらいから買えますよ。

その他にWifiの環境が必要ですが、自宅で無線のパソコンある方ならまずOK。

それでは実際に触ってみましょう 「あらら きれいな爪ではタップできないわ!」「音声入力って便利ね!私でもできますね」「乗換案内ってソフトがあればこれから娘達に迷惑かけないわ」「YouTubeって本当にたでいいの!」ちょっとしたタブレットについての質問は 0120-559-251 天空新聞制作委員会でもお答えできます。



イベントではないでしょうか。子供も参加していいです。しかしフリーマーケットには最低限のルールもありますね。まずリサイクル品であっても清潔であることはもちろんです。ブランドのコピー品を販売することは法律に触れます。電化製品は可動部がどつちかやダメも行ってほしいです。



フリーマーケットの良さは出品者も買い手も和やかに楽しめることです。住民が自由にエロシイやリサイクルの大切さを共有でき、出品者と買い手がコミュニケーションを楽しみながら遊べるゲーム感覚のイベントではないでしょうか。子供も参加していいです。しかしフリーマーケットには最低限のルールもありますね。まずリサイクル品であっても清潔であることはもちろんです。ブランドのコピー品を販売することは法律に触れます。電化製品は可動部がどつちかやダメも行ってほしいです。



初心者の方も楽しく学べるパソコン教室 キュリオステーション月島店 大きな特徴は、初心者の方が楽しく学べること。個別指導で「生活」や「趣味」、「仕事」「資格取得」まで目的に合うコースを選べます。受講時間も自由で、繰り返しレッスンや質問が可能で、ご自分のペースで学べます。パソコン・タブレットの修理や設定、購入相談も行っています。 天空新聞をご覧になり入会された方には、パソコン修理や設定を無料プレゼント! 中央区月島3-14-4 KE プラザ1階 電話:0120-016868

広がる天空新聞の輪

読者からのご意見などをご紹介します

おかげ様で第3号まで発行

9月20日に創刊号を発刊してから10月に第2号、そして今月11月には第3号を発刊することができました。その間読者の方々にいろいろなお意見や感想、そして天空掲示板を通じてのイベント参加をいただいております。そんな読者の方々の声と編集裏話を紹介させていただきます。

天空新聞「天じい」



読者Tさん(佃2丁目) 天空新聞って素敵なネーミングですね。それに「天じい」も可愛い!

天空新聞の創刊にあたって「天空新聞」という名前は以前に佃リバーシティ自治会で発刊されていたミニコミ紙の名前を継承しました。ロゴマークは、インターネットの仕事サイトでコンペ募集をしました。全国から8人、15デザインの中から高層マンションと雲とでキャラクター化したユニークさが評価されグラフィックデザイナー「icrip」さんの作品が採用されました。「天じい」は編集人中川が「くもじい」からの発想でのネーミングしました。

メンバーの手作りの編集です

新聞の記事作成・編集・デザインは二人の編集員で行っています。66歳シニア男性と28歳女性の親子みたいなコンビです。新聞制作やデザインの経験は全くない二人ですが、制作委員会メンバーの全体の編集方針のもと、取材や記事作成を行い、新聞の編集デザインは「パーソナル編集長」と言う市販のソフトを使用しています。



読者Kさん(佃2丁目) 表紙(一枚目)をもっとヴィジュアルに、視覚的に何の記事なのかわかりやすくする。来訪者やエリア外から来る人のために、「分からないことはここに聞け」的なガイド情報載せる。サブタイトルを付けて何の目的なのかを明確に。おっしゃる通りです。もともと編集員は勉強しなければならぬとつくづく感じました。編集デザインを外部の専門会社に任せる方法もありますが、経費面でもそれかかいません。専門新聞のようにはいきませんが当分編集員が努力してまいります。3号はKさんのご意見を意識して編集してみました。またKさんからは中央区民バス「江戸バス」の利用促進の企画を中央区担当部署と進めたいとのご提案をいただきました。現在「江戸バス」北・南コース全制覇という企画を準備中です。ご期待ください。



読者Mさん(新川2丁目)とでも面白く読んだ。これからも続けてほしい。読者Yさん(月島一丁目) 天空新聞を初めて読んで。今後自宅に届けて欲しい。ご希望の方にはメール便で確実に天空新聞をお届けできます。 0120-559-251まで

天空掲示板で広がる輪



創刊号の掲示板でお知らせした「山形県人会」の第一回の集まりが11月6日(木曜日)にありました。当日2名の方が欠席でしたが3名の山形県人がお話しで盛り上がりつつあります。この「聖母会」で...

2号の掲示板で紹介「PP&MFエスタ2014」江東区文化センター11月8日開催に天空読者3人と。懐かしいフォークソングを満喫しました。

Advertisement for a gym with text: 体験料 割引!! 5,000円 3,000円 入会された方は、体験料をキャッシュバックします! 2大特典 その2 入会主が驚きの... 入会金 半額!! 10,000円 半額 3,000円 詳しい情報はネットで検索!!

Advertisement for a fitness studio with text: 加圧トレーニングスタジオ 「ビブール 月島店」 月島駅2番出口からすぐの加圧トレーニングスタジオです。アスリートや女性、高齢者など幅広い層に大人気。腕と脚の付け根に専用ベルトをつけて血流制限をしながら効率よく筋力アップできるので、忙しい方も短時間、短時間で効果が出せます。お客様の目的に合ったメニューを提案し、マンツーマンの丁寧な指導で無理なく続けられます。是非お試しください。

高島屋の「デパ地下」がご自宅でローズキッチン

前回に続いて高島屋の「ローズキッチン」のレポートです。今回はカタログを電話で取り寄せました。生鮮野菜・果物から精肉、水産物・お菓子などまさにデパ地下がカタログに詰まっています。デパ地下に行っているようにカタログで売場巡りをしている楽しさがありますね。注文してから商品が届くまでに2日から3日あるようですから、献立メニューをいろいろ考えながら、まとめ買いをするのが賢い買い方ですね。



「ミニトマト」皮が硬いものが多いのに、これは柔らかくて食べやすい。「ブロッコリーも甘くて美味しいし、緑の色が濃い感じ」「値段はちょっと高いけどさすが高島屋が濃厚！大変満足しました」

初めての注文は野菜セットにしました

「ミニトマト」皮が硬いものが多いのに、これは柔らかくて食べやすい。「ブロッコリーも甘くて美味しいし、緑の色が濃い感じ」「値段はちょっと高いけどさすが高島屋が濃厚！大変満足しました」

食料宅配ってたくさんあるけど、それがあっていいですね。それぞれ特徴があるようですが、献立まで決まっていた食材を人数分届けてくれるのもあります。忙しい主婦や独身者には便利かもしれないですね。食材を見ながらあれこれメニューを考えた方が、初めてのローズキッチンの意見も、初めてのローズキッチンにこれにして良かったです。注文してから3日後に届いた野菜セットはしっかりと梱包され鮮度も間違いのないものでした。

伝統の老舗名店が...

今月号(第4号)の特集は料理研究家の「松本忠子さん」がお勧めする高島屋グルメ企画「味百選」でした。全国の味の名店を集めた「味百選」の売場は私のお気に入り、日本橋高島屋に行った時は必ず立ち寄る売場です。「浅草むぎとろ」も買えるんですね。



食料宅配ってたくさんあるけど、それがあっていいですね。それぞれ特徴があるようですが、献立まで決まっていた食材を人数分届けてくれるのもあります。忙しい主婦や独身者には便利かもしれないですね。食材を見ながらあれこれメニューを考えた方が、初めてのローズキッチンの意見も、初めてのローズキッチンにこれにして良かったです。注文してから3日後に届いた野菜セットはしっかりと梱包され鮮度も間違いのないものでした。

このページは天空新聞にご協力いただいている湾岸タワーマンション各自治会様の情報ページです

TRC 佃リバーシティ自治会 Tsukuda River City Neighborhood Association

trc21.jp/



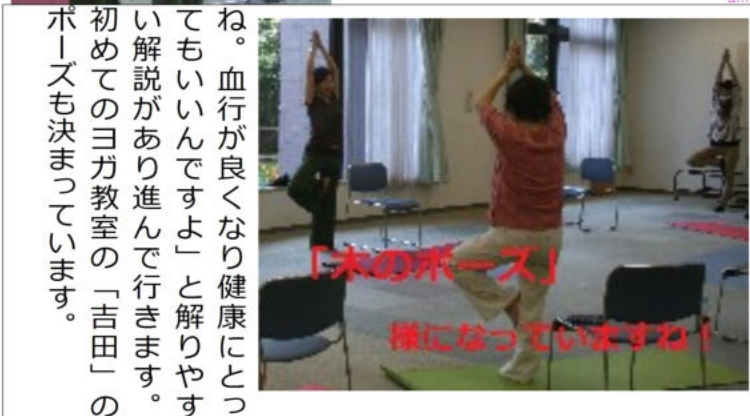
平井修子先生

いきいき健康生活を 10月のヨガ教室は全3回、6日・20日・27日の月曜日に開催されています。時間は午前10時半から12時までの90分です。定例で開催されていますから予定も立てやすいですし、近くの集会所での講習ですから遠くのジムや会場に行くことなく大変便利です。

いきいき健康生活を

いきいきクラブをご存知ですか? 佃リバーシティを中心に「シニア」の方々のための地域活動を積極的に実施されているグループです。毎月熱心にいろいろな活動を行っています。今回は会長の南雲洋子さんに10月に開催されたいきいきクラブの活動について取材をさせていただきました。

いきいきクラブ



「木のポーズ」様になっていますね!

27日の教室は男性一人を含めて七人の参加です。開催前から、皆さんはフレンドリーな雰囲気です。講師は平井修子先生です。編集部吉田も参加させていただきました。最初はゆったりと椅子に座りながらヨガからしく合掌し呼吸を整えていきま。次は足の揉みほぐしです。「足は第二の心臓と言われます」

美人で素敵な平井先生

リラックスした雰囲気運動は進んでいきます。息が切れるような運動ではありませんから年齢に関係なくヨガは続けることが出来ます。最後はマットに寝転がってゆっくりと目を閉じてクールダウンです。心地よい運動で皆さん気持ちよさそうなお姿です。

今日はゆっくり寝ましょう!

あつと言った間の90分でした。教室で3年続けている方やまだ半年の方も...でもベテランも初心者もゆっくりと一緒にできます。講習料は一回500円です。気軽に参加できる「いきいきクラブ」のヨガ教室をぜひお勧めします。

毎月の定例会もあります

メンバーが集まる定例会も月一回開催されています。10月は26日の日曜日に「朗読の会」のメンバーの発表会と講師坂井先生の応援紙芝居でした。皆さんも「いきいきクラブ」の活動にぜひ参加なさいませんか。いきいきクラブのお問合わせ・参加お申込みは、南雲洋子 電話 03-3536-1977 携帯 090-9314-1871 まで

期間限定キャンペーン開催中! 12月15日(月)午後3時 お申し込み分まで

通常、税込7,560円以上お買上げで無料となる送料を、今なら税込3,000円以上のお買上げで送料無料!



野菜セット 税込1,480円 商品番号 860859-8



(大龍)中華野菜5種セット 税込2,916円 商品番号 863104



お試しセット 税込3,240円 商品番号 869838

ご注文の際、カタログ番号:89064 と各商品の商品番号6ケタを係員へお申し付けください。

お試しセットのご注文、カタログのご請求は、WEBまたはお電話で 0120-393-382

なりきり獣医さん 体験モニター募集

あなたの愛犬・愛猫を獣医さんになりきって、実際に動物病院で健康診断体験してみませんか? 月島キヤピタルゲートプレイス一階にある「アニーマどうぶつ病院」で天空新聞読者の健康診断を実施します。日時 12月14日(日)曜日 14時~15時まで。無料メール相談コーナーも開設しました。お申込み0120-559-2551

info@tenku21.com

すし花ふじ 相生橋の近くです。特製ばらちらし(1620円)が好評です。二人前から出前も承ります。すし券もご利用いただけます。営業時間 11時半~14時、17時から21時半 火曜定休03-3533-7928

天空新聞特典 「天空新聞を見た」で ソフトドリンク・グラス ワイン(赤・白)無料!!

※2千円以上のディナーのみ ※11/30(日)まで ※入店時にお申し付けください。

ランチで人気 洋食弁当

新富「煉瓦亭」 中央区新富の地で50年目! 気軽にお箸で召しあがる洋食店です。10月より力キも始まっており、是非お越し下さいませ。

【平日】ランチ11時半~14時、ディナー17時~20時半【土曜】ランチのみ11時半~13時半【日曜・祝日】定休日 11/03、11/04、11/10、11/17、11/24、11/31



天空横丁探訪記



▲店内に敷かれた畳のいい香りがします。



▲月島駅6番出口からすぐ。赤提灯の一際目立つ築80年の長屋



前号で気になるお店を紹介しましたが、月島駅6番出口をリバーシティ方面に行く佃仲通りに何軒か気になるお店があります。その一軒が「尾崎壺屋」です。老舗壺屋と焼鳥屋が一緒になっている、築80年の歴史を持つ二軒長屋の「幸侍(こうじ)」。店主は壺屋と以前からお知り合いで、焼鳥屋の創業を考えたとき、イメージにぴったり合ったのがこの店だったとのこと。ユニークさでは佃トップクラス!

昼は壺屋 夜は焼き鳥 佃 焼鳥 幸侍

佃仲通りに他にも「江戸屋」「亀甲印のうどん屋」「佃温泉 旭湯」も大変気になります。読者の皆さんで気になるお店がございましたらお知らせください。皆さんの代りに探訪してまいります。また一緒に暮らすメンバーも募集しております。

今回読者募集メンバーと編集部計4人で行って参りました。お店は駅のそばですぐに発見。壺屋の看板なのに赤提灯。店構えがとても不思議で立ち止まる方も多いようです。レトロ感漂う店内に入ってみると、とてもいい壺の香りが。なんとも言えない落ち着いた空間と、美人店主のお出迎え。共同経営でもう一人の店主も佃生まれ。この辺のこととは特に詳しいようで、とても会話弾みました。料理も色々種類がありますが、中でもつくねがとて美味しくてボリューム満点。研究を重ねたオリジナルの味と、コリコリと歯ごたえのある食感がたまらなく美味しく病みつきになりそうです。

安くてオイシイ

飲み物は生ビール四三〇円、ハイボール四八〇円と、とてもお財布に優しいのです。焼鳥は、築地のお店から毎日届く上質の鶏肉を使用しているそうです。白レバー一〇〇円、岩塩で味付けした焼鳥一八〇円、とり丼八〇〇円、その他・・・。



一番人気!! 20分間じっくり焼き上げるつくね250円

天空新聞へ広告掲載希望の方は
 会社名・メールアドレス・ご担当者お名前などをお知らせください。折り返し詳細な資料を送付いたします。
 掲載料目安 このコラム欄で一回二万円 掲載は天空新聞掲載基準によります。詳細は事務局までお気軽に資料をご請求ください。
 info@tenkuu21.com



大江戸線 各駅散歩の旅



都営まるごときっぷ (1日乗車券)
 都営地下鉄 都バス、都電荒川線、日暮里・舎人ライナー
 を1日に限り何回でも乗車でき大人700円・子ども350円です。最初は月島を起点に両国方面の散歩の旅を試してみよう。

都営まるごときっぷ (1日乗車券)

東京を一周する大江戸線は2000年12月に全線開業しました。愛称募集では「ゆめもぐら 東京環状線」という名前が有力でしたが、当時の石原慎太郎知事の一言で第二候補の「大江戸線」に決定したそうです。いまはずいぶん慣れましたが最初はちよつと恥かしい名前だった気がします。まさに江戸を一周する交通としての役目もあつて、この地下鉄に乗れば東京の都心を巡ることができるわけですね。そんなことで都営まるごときっぷ一日乗車券で各駅停車の旅を決定します。

まずは隣駅門前仲町に
 モンナカ交差点からちよつと両国より入った路地に辰巳新道があります。江戸城から見て辰巳の角にあつた深川は料亭がたくさんあり、今では居酒屋の宝庫でもあります。小さな屋台のような店が集まつた辰巳新道はカラオケ画像やテレビ居酒屋番組のタイトルバックにも使われる情緒ある横丁です。昭和の香りが今でも残っている店にはお決まりのママと常連さんでいつも賑わっています。初めてではちよつと勇気がいるかも知れませんが、飛び込んでしまえばもうすっかり下町気分です。



富岡八幡宮大神輿



お店への目移りもまた楽しく、名物の下町グルメ、深川めしで腹も満たされたら、八幡宮とお不動さんへお参りに。毎月1日、15日、28日の縁日の日ならわくわくも一入です。

「もんじゃ月島」は東京の名物の一つになっていきます。土日祝には特にたくさん観光客が訪れています。月島西仲通りには「もんじゃ店」が密集していてどの店に入っていくのが解らなくなりますが、西仲通りの四番のずばりの名前のもんじゃ店を見つけた。創業から21年。老舗です。

辰巳新道は大人のワンダーランド

次回はどちらの街に お楽しみ。



「もんじゃ月島」は東京の名物の一つになっていきます。土日祝には特にたくさん観光客が訪れています。月島西仲通りには「もんじゃ店」が密集していてどの店に入っていくのが解らなくなりますが、西仲通りの四番のずばりの名前のもんじゃ店を見つけた。創業から21年。老舗です。

のもんじゃ店です。同じ経営で併設され地元の方に人気のあつた「勝間煎餅本舗」は残念ながら今年3月に閉店してしまいました。その美人三姉妹がもんじゃ店を引き継いでいます。今回は本格もんじゃをレポートします。



「もんじゃ月島」は東京の名物の一つになっていきます。土日祝には特にたくさん観光客が訪れています。月島西仲通りには「もんじゃ店」が密集していてどの店に入っていくのが解らなくなりますが、西仲通りの四番のずばりの名前のもんじゃ店を見つけた。創業から21年。老舗です。