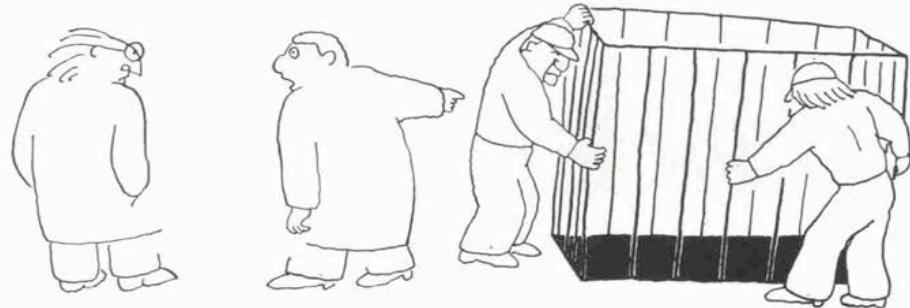


教授、注文されていた檻か
どどきましたか……
何に使われるんで？

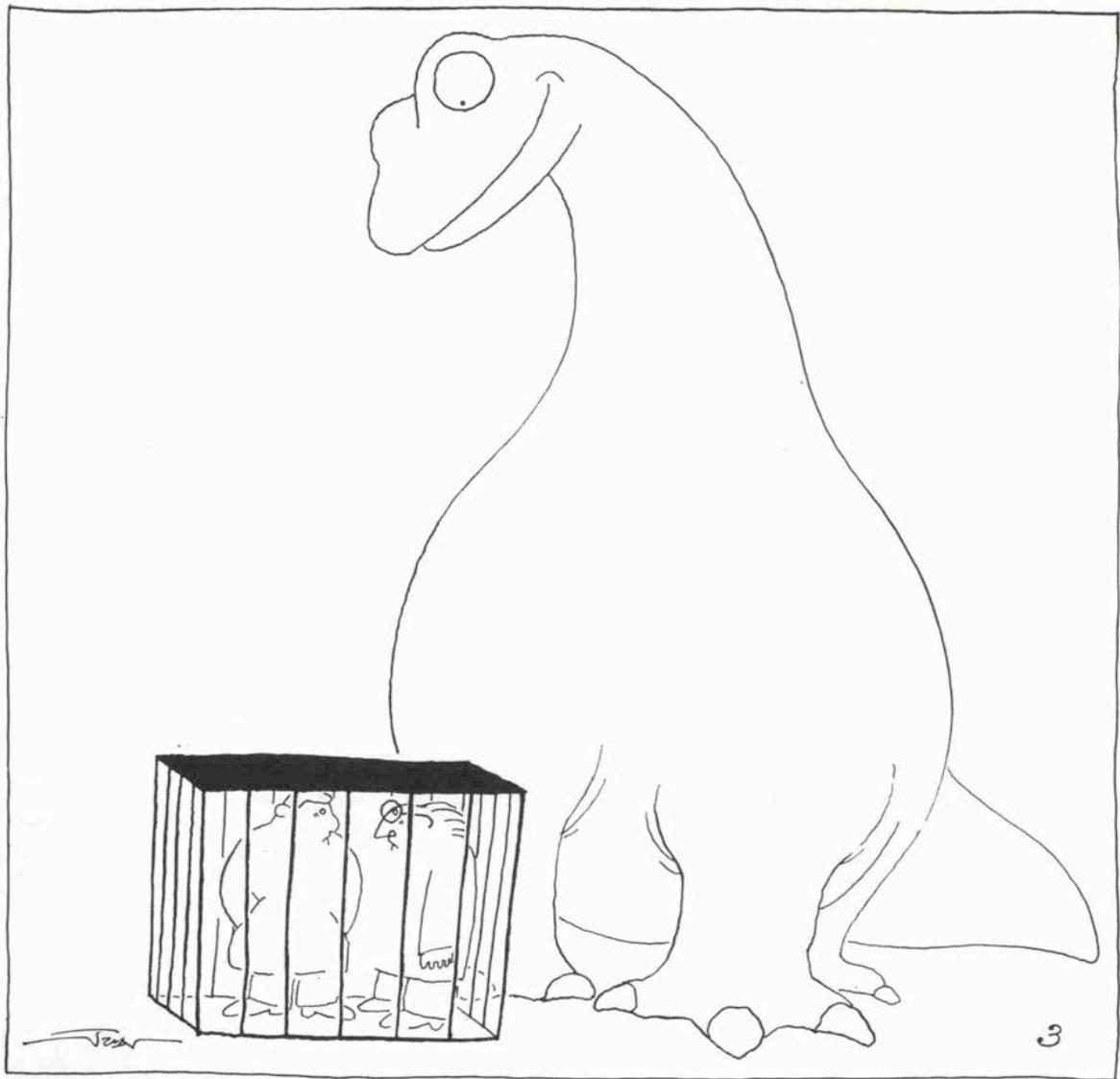


1

このトカゲに 成長促進剤を
ためしてみるのじゃ
きっと大きな檻が必要になるぞ



2



 SANYO



おしゃれなボディに
充実メカがぎっしり
まぶしい光の中がよく似合う

- 総合出力6W(EIAJ DC)のハイパワー
- 10cmウーハー搭載2ウェイ4スピーカー
- 15曲のデジタル飛び越し選曲

おしゃれなテレコ U4

FM(ワイド), AM2バンドステレオラジオカセット

メタルテープ対応

MR-U4SF(R)レッド・(S)シルバー・(DB)ディープブルー 36,800円

●あなたがテープレコーダーで音楽などを録音したものは、個人として楽しむなどの他は著作権法上の権利者に無断で使用できません。

三洋電機株式会社
(財)井植記念会

心のエレガンスを味と香りにこめて

シェ・ラ・メールにしむら八月の椅子

神戸へ講演会の仕事で立寄った高峰秀子さんが、神戸新聞広告局長の北尾陽之介さんと共に、北野坂のシェ・ラ・メールにしむらで、石川シェフが腕をふるつた仏蘭西料理を味わって、川瀬オーナーと寛いだ午後のひとときを過ごされました。これから的一日一日を心豊かに暮したいと願う熟年女性たちの豊潤な、歯切れのよい会話が、料理の味わいを一層高めたようです。
△右より北尾陽之介氏、高峰秀子さん、石川シェフ、川瀬オーナー△

高峰秀子



●1F会員制宮水 COFFEEの
Claes 珈琲北野店
10:00AM~11:00PM



シェ・ラ・メールにしむら

2Fフランス料理シェ・ラ・メールにしむら11:30AM~2:00PM 5:00PM~9:30PM (オーダーストップ)
第1・3月曜休
(レストランは会員以外の方にもご利用いただけます)
〒650 神戸市中央区山本通2丁目1番20号 ☎078(242)2467

水COFFEEの しむら珈琲店

中山手店(中山手1丁目)

TEL. 221-1872 8:30AM~11:00PM

三宮店(国鉄三宮駅山側グリーンシャーポビル1F,2F)

TEL. 241-2777 8:00AM~11:00PM

センター街店(三宮センター街)

TEL. 391-0669 10:00AM~10:00PM

芦屋店(阪神芦屋駅浜側)

TEL. 0797-31-0580 8:00AM~10:00PM

石屋川店(阪神石屋川駅浜側)

TEL. 841-0763 8:00AM~10:00PM

女たちの同窓会(6)お嫁サンバのリズムにのって



武庫川女子大学文学部19回生

三年前に憧れのサンフランシスコへと旅立った娘たちの再会パーティー。サンタモニカの海岸で大の字になつて寝そべつていたあの頃を思い出しながら今日はおしゃべりにお料理に夢中です。花の三歳、今ではもうそれ道は違うけれど心と心は一つのまま。「今までここで会うときはどんな顔になつてるかな」なんてちょっぴりセンチメンタルなお別れでした。
お嫁サンバの風にのって See You Again! (岸本清子)

△左から村山展子 稲原広子 岸本清子
道辻祐子 倉高子 山根玲子 米田
和子 森本満智子の皆さんへ

「花銀」で同窓会をなさいませんか。
時間制限なく、ゆっくり食いで頂けます。
料理はご予算に応じてご相談ください。

カラオケ・ピアノもご利用できます

大西洋・キング駐車無料
■神戸市中央区二宮町3丁目10-16
加納町3丁目交差点東「海皇」前
☎ 078-222-2323(代)
11:30AM~10:30PM

花銀
HANAGIN

RESTAURANT
Goo niy
 グニー



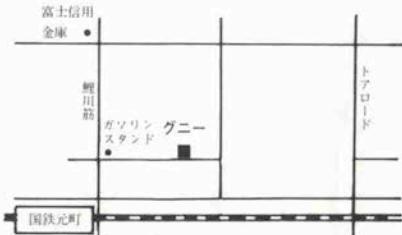
芳醇な肉汁を含んだ
 肉の醍醐味をお楽しみ下さい。
 ステーキ ジュース

肉の醍醐味は肉汁にあります。きめ細かく心くばりされた本格的なステーキをお楽しみ下さい。

★炭焼きステーキコース ¥ 3,600より
 ●海の幸のサラダグニー風 (税込込み)
 ●炭焼きステーキ
 ●パン

□一品料理もご用意しております。
 コック長／藤本
 フロアマネジャー／藤井

★グニー 中央区北長狭通3-5-2
 ☎ 321-3540



美食の歓びをお楽しみ下さい。

RESTAURANT 炭焼ステーキ / フランス料理 / 各国料理
GOONJY KITARO

グーニー北野

9/18(日) open



★グーニー北野

中央区北野町4丁目9-12
北野林マンションB1

神戸外人
俱楽部



ゆったりとしたスペース、落ち着いた雰囲気の中で、お気軽にお食事をお楽しみ下さい。
5、6名～25名様位でご利用いただける個室もあります。

★プレミアムコース ¥ 3,960より

- 季節のスープ
- シーフードサラダ
- 肉または魚の料理
- デザートまたはコーヒー

□一品料理もご用意しております。

オーナー／永野英二

■漫画家志望の若者で熱気ムンムン!! 劇画村塾

カメラ・後藤孝

子連れ狼はネアカの神戸がお好き

小池一夫（劇画原作者）

カルチャーバやり、塾ばやりの御時世である。雨後の筈もどき、ネコも杓子も、ピンからキリまで、といった様相を呈している。それでは何がピンで何がキリなのか？判断基準は、塾体験者の「その後」に依るのではないだろうか。

今年4月から神戸で開講した、劇画原作者小池一夫氏率いる劇画塾は、東京で7年のキャリアをもち、塾出身のコミック作家は100名にものぼるという。はるき悦己、高橋留美子、平野仁らキラ星のごとく。まさにピンもピン、目をみはる「その後」である。

ポートアイランの国際会議場で、毎月第3金曜日、夜7時から行われている塾をのぞいてみた。

約100名の塾生、女性も20名ばかり。

「神様が三つの願いを叶えてやる」と言えば、何を願う？ 金か？

女か？ 他には？ 諸君の願いを作品化すればいいんだ。私も東京

のホテルにこもりつきり、まるで刑務所のような生活だ。そこから

自らの願望を絞り出している。』

具体的な体験論は説得力をもち、ときにはカリスマ的である。氏の

現までの連載本数は16本。

代表作は、「子連れ狼」「高校

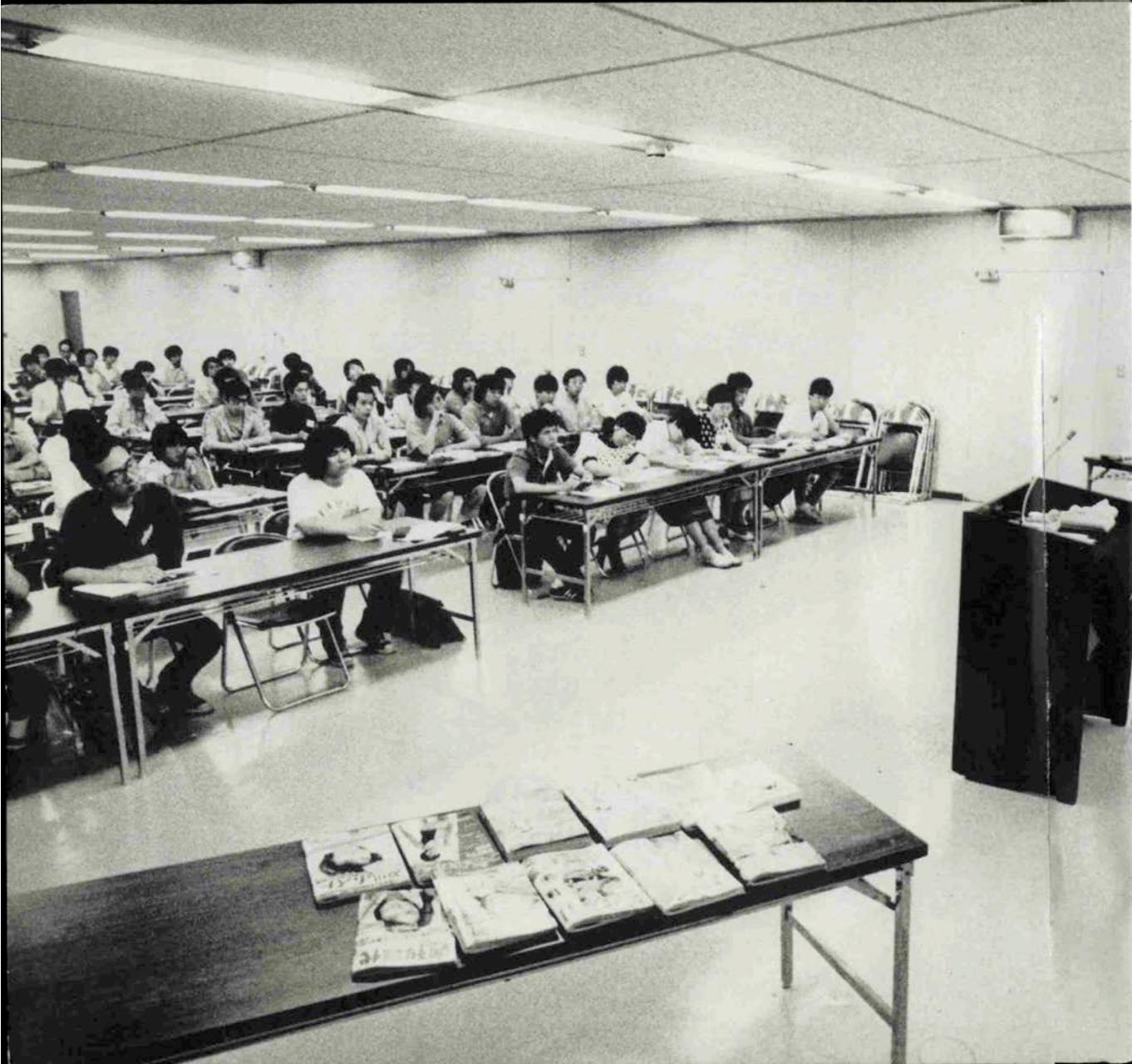
生無頼控」「少年の町Z F」など一世を風靡したものが多い。

「関西でも神戸で開塾した理由は、ネアカが好きだから。海が好きで、船が好き。漫画は、関西が発祥の地。きっといい素材が出てくると思いますヨ。』

見込みがあるとにらんだ若者は、獅子の子落としに似たスペルタ教育を実践する。しかし、這い上がった者には一切ノータッチ。氏が生み出すキャラクターそのままで、ストイックぶりである。神戸塾はピンかキリか、気になる塾生の「その後」である。



国際会議場501号室にて



早朝の海はいい。

水平線がミルク色に広がって

海と空の境がよく判らないのがいい。

木の棧橋が遠くまでつき出して

その先に、一人の老人が釣り糸をたれている。

沖の方で銀色に光る魚が

ぱちゅん、と躍ねる。

静かな海のにおいが、磯の香りが揺れ動く。

ひんやりとした、新しい空気があたりに広がる。

何が釣れたのか、ちょっと聞いてみたい気分…。

「何を釣っているんですか」

「あー、思い出さ

きれいな目をした老人は遠くを見て言った。

MEMORY IN SUMMER

NEUE MODE MÄRCHEN

文とえ

篠原順子

(スチリスト)



KOBE HOUSING '83

●LIFE MESSAGE

北文ホームは、伝統の味わいを生かした在来工法による木造建築で、風格ある仕上がりとともに基礎や火打ち、筋かいなど、目にみえないところまで深い配慮のいきとどいた丹念な施工が特徴です。

注文住宅の場合には、いい家は徹底した話し合いのなかから生まれるという信念のもとに、私たちは、十分な話し合いの時間をもつことを第一としています。つまり『設計は家族の提案』からというわけです。当社では設計の専門家のきめ細かいアドバイスをもとに、ご家族の全員が満足できる家づくりをめざしています。



北 純一（北文土地株加古川営業所長）

■現在分譲中（東播地域）
加古川ベルタウン（加古川市東神吉町）
1戸建て15戸・宅地48区画

●高砂ベルタウン高砂市西畠
1戸建て4戸・宅地2区画

兵庫県知事(6)第1771号(社)関西住宅地経営協会会員

 北文土地株式会社

本社 / 姫路市十二所前町1番地 TEL 0792-88-0088代表
■加古川営業所 / 加古川市東神吉町神吉651-190
(加古川ベルタウン内)
TEL 0794-32-8832代表





• LIFE MESSAGE / シティコート甲子園口

備前焼調のタイル張りの外観は、邸宅風の格調高いイメージ。木目調のシステムキッチン、二重構造でできた床、ガス警報連動遮断システムなどで充実した暮らしをお約束致します。また両面バルコニー・ガラス張りのコーナーなど自然光あふれる設計で、理想的なライフスタイルをお楽しみ下さい。(代表取締役社長・相賀謹弥)



・規模 / 鉄筋コンクリート造(壁式構造・ラーメン構造) 地上 3 階 • バルコニー面積 / 13.15m² ~ 14.40 m² • 管理費 / 月額10,700円の予定(共益費含む) • 積立金 / 月額5,000円の予定 • 駐車場 / 4 台収容(貸貸 : 月額10,000円の予定) • 分譲後の権利形態 / 専有面積持分比率による共有 • 建築確認番号 / 第5667号(昭和57年4月19日) • 営工済 / 昭和57年12月即入居可 • 價格表示有効期限 / 昭和58年9月末日 • 設計・施工 / 全建開発(株)・売主 / 近畿菱重興産㈱

KOBE HOUSING '83



△ 三菱重工業㈱直系

◆ ◇ 近畿菱重興産株式会社

〒562 神戸市兵庫区笠松通 9 丁目 2 番 19 号
(078) 652-1326(代)

● お問い合わせ / 現地モデルルーム
(0798) 64-7129



明石海峡を望む高台の街



概要

- 所在地 / 兵庫県神戸市垂水区塙屋北町 3 丁目277-158他
- 交通 / 国鉄山陽本線塙屋駅・山陽電鉄塙屋駅へ徒歩約19分、須磨駅から市バス（下車経由多井畠行）で鉄拐登山口まで約13分、下車徒歩約5分・開発面積 / 約203,000 m²
- 分譲計画面積 / 約95,000m²・総販売区画数 / 470区画・分譲戸数 / 住居20戸・地目 / 宅地・地域指定 / 市街化区域（第1種住居専用地域A地図）・建ぺい率 / 40%・容積率 / 80%・建築確認番号 / 第235号（昭和57年6月17日付）他
- 建物完成済・規模構造 / 木造2階建・私道負担 / なし・価格 / 3,925～4,522万円・公共施設維持管理費 / 15万円・汚水処理施設利用料 / 月額2,500円・給水分担金 / 60,000円・国土利用計画法に基づく事前確認申請済・広告有効期限 / 昭和58年9月末日

新築・既存・保証・分譲
サニーヒル
西鈴蘭台

駅から徒歩7分・成熟の街



概要

- 所在地 / 神戸市北区鳴子2丁目8-1他・交通 / 神戸電鉄西鈴蘭台駅下車徒歩約7分・開発面積 / 132,108.11m²（総区画面積320区画）・今回分譲戸数 / 5戸・用途地域 / 第1種住居専用地域A・住居地域（一部）・第1種高度地区・建築協定地区・地目 / 宅地・建ぺい率 / 40%・容積率 / 80%・構造 / 木造瓦葺2階建（秒組壁工法）・私道負担 / なし・完成予定 / 昭和58年7月中旬・入居予定 / 昭和58年8月上旬・開発許可番号 / 檢査済証第1262号（昭和56年12月1日）他・国土利用計画法・神理用第2-1553号（昭和58年5月10日）・設計・施工 / 三井ホーム株式会社・価格 / 3,565～3,767万円・給水分担金 / 60,000円・公共施設維持管理費 / 100,000円・前金保証・不動産信用保証（株）

AMENITY CREATOR

売主
販売代理

トーメン住宅開発

株式会社 ☎ 06(208)3731

in TOUR D'OR



Mr. & Mrs. Pettersson, Mr. & Mrs. Setonの皆さん



1,000万ドルの神戸の夜景をアペリティフに珍しいフランスの狩場料理を味わう、真夏のトゥール・ドールでのひととき…。

ディナーのあとは、エキゾティックな港町を見おろすムーディーなバーで語らう。親しい方とバカンス気分のDay & Night Life。

Bonjour!
Nous Serons Heureux de Vous
Accueillir à la "TOUR D'OR"
— MARC ALIX MOË —
[Signature]

マルク・アリックス

SKY TERRACE
RESTAURANT

TOUR D'OR

スカイテラス

レストラン トゥール・ドール

国立公園六甲山 谷崎山公園展望台

☎078-241-0168(代)

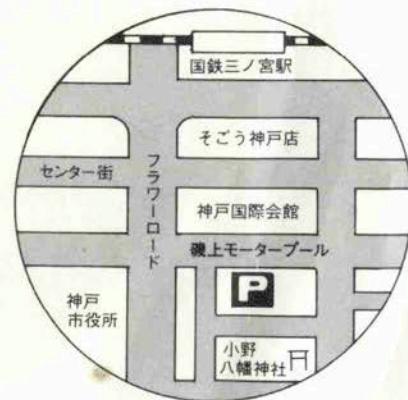
11:00 - 22:00(ラストオーダー21:00)・無休



ビジネスに!
ショッピングに!
ご利用ください



磯上モーターパーク
• 収容台数 350台
• 月極駐車可
• 年中無休
(神戸国際会館前) TEL (078) 251-7873 (8:00AM~11:00PM)



モダンな大和撫子は 優しいゴーフル

風月堂といえば、ゴーフル、マロングラッセの名がすぐに思い浮かぶ。代表的な商品であるが、風月堂のお菓子は実にバラエティに富んでいる。洋菓子では、先の二商品のほか、レスボワールコウベ、ソワール・エ・ジユール、デセール・ショアジ、さらに14種類のアイスクリームなどなど。一方、和菓子の陣容も豪華。上生菓子、栗饅頭、酒月万寿、あゆ、笛舟水羊かん、わらびもちのほか、その名も「沙羅双樹」。源氏の由可里と格調高く趣きのある

元町通りですっかりお馴染みのレンガ造り四階建ての風月堂本店が六月二十日に内装を一部変えたというので見学させていただきたい。

二階のレストランに、「レスボワ

ルーム」という豪華な個室ができる。レザーパーティションで並ぶ二三十人の会合向き。

照明装置に凝りましたね」と担当の方が説明してくださる。

「ミラーボール、スポット、ストロボなど二十種類以上も照明があるんですよ。ちょっとしたディスコ以上です。自動ピアノ、カラオケ設備、ドリンクバーとパーティ会場としてはいたれりつくせり。

「会議の後食事のできる部屋として考えていました。神戸にこんなゆとりのある会議室が欲しくてね、遊びの要素もあるゆとりの会議室からいい発想は出てくるでしょ」会議はともかく、パーティに一度使わせていただきたい部屋だつ

神戸の銘品・名店



神戸 風月堂

レポート・宮川光世(ライター)



メニューもふえて
おいしそうな喫茶室

一階の喫茶室もイメージチェンジ。ピンクと白を基調に可愛く明るい内装で、雰囲気に合わせてメニューもケーキ、ヨーグルト、クレープ、アップルパイと新しい顔がふえた。奥のキッチンで作つた出来たてを運んでくれる。昔ながら



お菓子売場のなかのケーキコーナー

らのお馴染み「お抹茶セット」「わらびもち」など和風メニューももちろんあって変わらぬ人気だそうだ。
お菓子の種類も増えた。和風ブチフルールというのだろうか一口で食べられるもなかやおまんじゅう（一ヶ五十円）、ルナコウベの十四種類のアイスクリームと和・洋、選り取り見取り。

奥にお菓子の材料、用具コーナーがあつた。作り方の本、和菓子の材料、風月堂オリジナルの作り方のちらし……。お菓子作りに必要なものは殆ど全部揃っている。お菓子屋さんでこういうの売つた方がちらし……。



自動ピアノ、カラオケ設備もそなえた「レスボワールルーム」
らみんな自分で作つてしまうのじやないかしらと思うのだが、「お客様へのサービスです。便利でしょ、これだけ揃つてるとー」さすがは老舗。顧客へのサービスも徹底している。

神戸風月堂
本社／中央区元町通三一三一〇
☎ (078) 321-5555

神戸の銘品・名店



神戸眼鏡院

インタビュア・木村佐恵子(エディター)

メガネは身体のワン・パート こだわりを持って選びたい

まず機能的でなければ
ファッショニヨン性も無意味

気に入ったのは、赤味を帯びた
美しい輝きをもつ、シンプルな金
属フレーム。デザインに全く無駄

なく、軽々、ふんわり、顔に収
まります。聞くと、ここ神戸眼鏡
院では、いちばんの人気商品とか。

機能性が第一、それに加えてファ
ッショニヨン性もあればさらに良し、
とする、お店のボリシード、お客
様へのアドバイスにも、生きてい
るために高価でしかもはや
りたりのサイクルが早い、つま
勤続30年という、常務取締役、

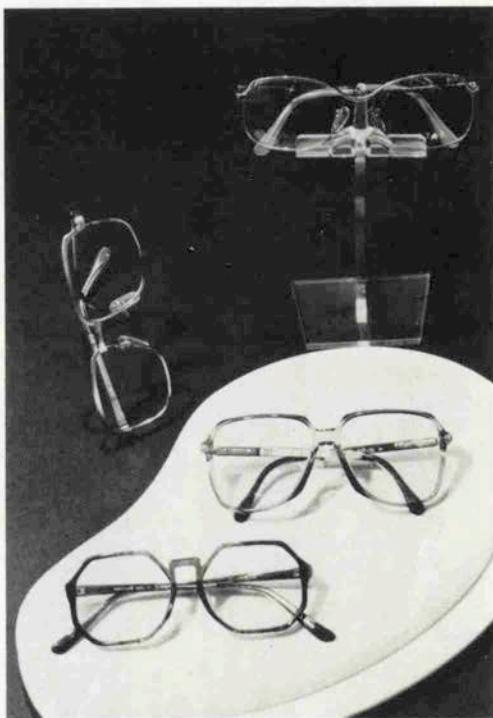
辻井弘さんは、本音でしか話せ
ない、職人気質。

「ファッショニヨン、ファッショニヨンと
おっしゃいますが、ほんとうにフ
ァッショニヨンを大切に考えるのなら、
あの服に、この服に、また、和服
にと、いくつものメガネが必要で
しよう……。そこまでなさる方
も勿論おられます。お客様の選択
も確かにあります。うち
もファッショニヨンだけのフレームも
揃えていますけれど、それより、
耐久性、機能性が加味された商品
をピックアップされますね」と、
華やかなだけに高価でしかもはや
りたりのサイクルが早い、つま

ひとつひとつにこめた
まごころが違います

「同じ商品でも、メガネは、ネ
クタイとはわけが違います。店に
並んでるのは半製品で、あと
の三分は技術ですからね。まごころ
のこめ方ひとつで、仕上がりは違
ってくるはずなんです」。
今でこそ、レンズを削るのも、
すべて機械を使いますが、辻井常
務の若い頃は、ひとつひとつ、心
をこめた手仕事でした。ドイツで
は、機械化の進んだ現在でも、メ
ガネづくりのマイスターとなるに
は、手を使っての技術を修得しな
ければならないとか。それだけ心
をこめて仕上げるすべを知つてい

り、お店にとつては、売ってくれ
るありがたいたいに違いないファッ
ショニヨングラスには、あまり思い
がかないようすです。



れば、同じ機械を使つても、できるものが違うというのは、当然といえば当然でしょ。機械が普及する以前から、技術の確かさで知られた神戸眼鏡院。今も、その伝統は、生き生きとづいています。

「今は少し下火になりましたが、一時、ずいぶん安いメガネ店がいくつもできましたね。あれは、よそにあるものと同じだと明らかにわかる輸入ブランドものを目玉商品にして、普通なら絶対に無理な



店内には伝統と現代感覚がいきづいている。

低価格で出します。それで、あとは、国産の、一見、見分けがつかないけど、実は材質その他が劣つた、もともと安い商品を並べて、利益は、専ら、そちらから上げていくわけです。もちろん、これは、ユーザーが判断することなんですが。うちのお客様は、一度はそういう店を利用されても、必ず戻つてこられますよ」と、実力のほどをうかがわせるお話をありました。



「お客様との人間関係が大切ですね」と語る辻井弘常務。

伝統と現代感覚が、ともに生きる店づくり

時には現代版画などの美術品が壁を飾るのも楽しみ。「固いイメージを少しでも柔らげようと苦労しているんですね。店名の字体を丸くしてみたりね」と、最後は笑いでしめくくてくれた辻井常務。そういえば、「商売をしていていちばん大切なのは、やはりお客様との人間関係ですね」という、ひとことも、たいへん印象的でした。

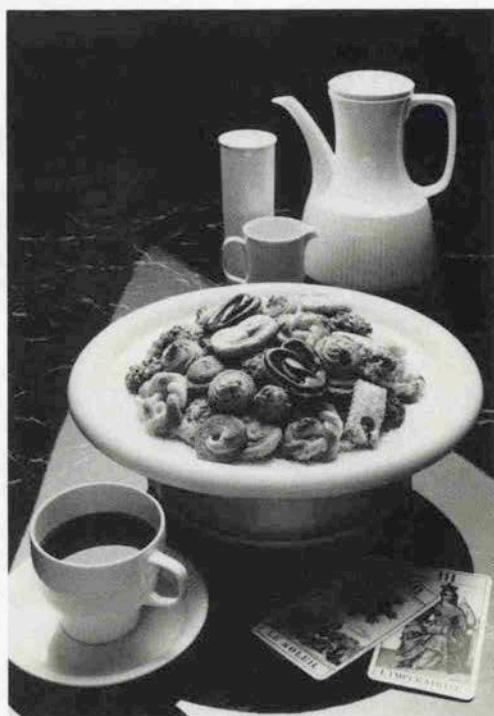
元町店／元町3丁目
（321）1212代表
三宮店／さんちかタウン
(391) 187455

神戸の銘品・名店

△ユーハイム

インタビュア・植原美智子

〈代表パールプリンセス〉



ドイツ菓子の信条は 季節感・純生材料・実質的

ドイツ式発想法

「体によいからおいしい」

ドイツ人ユーハイムさん夫妻によつて創業され、今年で六十二年を迎えるユーハイムは、洋菓子店の草分け的存在です。今日は、ランゲンの館にあるドイツムード漂うユーハイムに、河本春男社長をお訪ねしました。

元・神戸一中の先生であられた河本さんは、インテリジエンスあふれる素敵な方でした。

さっそく、ドイツ菓子の信条を伺いますと、「季節感・純生材料・

実質的」の三つを挙げられました。

これはドイツ式発想法「体に良いからおいしい」に基づいていて、まぜものは一切ありません。甘いもの好きで、一日にケーキを二、三個食べることもあるという河本社長は、明治四十三年のお生まれということですが、若々しさの秘訣はケーキにあつた(?)のですね！

ユーハイムは、長寿・繁栄のシンボルであるパウムクーヘンの本家本元としてはあまりにも有名ですが、ビスケットにしても十種あれば十種とも素材・配合がちがい、

また季節にも敏感な日本人には四季を飾ったケーキも研究中で、バセリ・ごま・くるみ入りの野菜ビスケットは、すでに本店の人気

ひとつとして同じ味のものはない
少量多品種の本物ぞろいです。

ドイツ菓子だけではなく、東京ローゼンハイムではウイーン菓子が好評ですし、現在はフランス菓子やスイス菓子も研究中です。国籍不明のごちやまぜのケーキの多い中、本物をめざし「お菓子にもそれぞれのお国ぶりがあり、それを紹介するのが私達の使命です」と、女性にとって嬉しいお話を。

ユーハイムの対象は大人（特に大人の女性）で、「今は酸味のあるやわらかいしつとりしたものに人気があるようですが、そのうちはろがさのお菓子が好まれるのでは……」とも。

シェイプアップとケーキについても伺いました。「甘いもの好きの社長さん、スリムなのはなぜ?」

「早起きして一日五キロ歩くからです。」会社にはユーハイム体操なるものがあり、毎朝四百メートルのジョギングもあるそうです。「生活の中で体操をする」という発想もドイツ的ですね。

時代の嗜好にあつものを大切に

たえず研究に余念のないユーハイムですが、「食べものはそんなに奇想天外なものはできません。皆の知恵がいっぱいつまつた昔からのよいものを大切にしながら、時代の嗜好にあうものを育てていきます」と話されます。

ケーキも国際化時代、ユーハイムは本場ドイツに逆上陸し、三つ



「お菓子のもつお国ぶりを紹介するのが使命」と語る河本社長(右)



「ケーキも国際化時代」と河本社長と筆者。

のお店をもち、情報のファードバイクにつとめています。ドイツ人をして「ドイツ人がつくるドイツ菓子より日本人がつくるドイツ菓子の方が美味しい」といわしめたのも、うなづけます。

「日本人は皆、詩人です」とおっしゃる河本さん、昨年「くなられた奥様幸子さんとの思い出を、「常愛妻(とこめづま)」という豆本に

株式会社ユーハイム
本社／東灘区住吉宮町6-15-35
☎(078)811-1212
本店／中央区下山手通2-1-18
☎(078)331-1694



■ 焼肉料理

キムズギヤラリー

神戸市中央区中山手通2-1-3-19
(078)332-2900 12:00~15:00 17:00~22:00
ローラリーマンション中山手1F 水曜休



クラブの雰囲気 肉をキープの気分

4月21日にシングル「北山暮情」を発売、LP「いつか2人で」も好調の紙ふうせん。美しいデュエットの御夫婦、後藤悦一郎さんと

平山泰代さんが来店です。

平山 私たちは仕事柄、旅が多いから、食べ物が大の楽しみ。

後藤 旅先でハンバーグを頼むやつとは友達になれない(笑)。家では焼肉パーティもします。ここはタレがさっぱりしていて肉の味がそのまま、生でも充份いけるね。肉の味を鮮やかにひきたてる照明も食欲をそそるし。

平山 香辛料の使い方が上手ね。料理は視覚、香り、味が大切。その三拍子が揃っているわ。後藤 炭火もおいしさの秘けつだね、きっと。ちょっとクラブの雰囲気だから、肉をキープの気分!



焼肉のサーロイン、サラダ、季節の果物
(活あわび、活えび料理各種あり)



■ステーキ

ステーキハウス伊藤

11初
・月
30中
A中
M中
1月
9箇
・月
30通
P7
M1
無休
20休
大信ヒル
8F
2F
3F
2F
1F
3F
3F
3F
1F

モ
デ
ル
に
な
る

いやいやながら来たんですよ。

假屋の準備やら何やらでステレオとかなんか食べてると暇ないんだ、ホント。オーナーの伊藤君とは絵がよく合ったんですよ。マア、後ろの絵も僕のではあるけど……。自分の絵の前でモデルも照れくさいなあ。神戸の子の玄谷のモデル

は、あまり出たことないんだ。
どういうわけか、この人は非常
に人なつこい人でね。弟のよう
にかわいがつてもらつてます、なん
て調子のいいこと言つてるけど、
ちよつと一枚目過ぎるんだ、アハ
ハハ。ここはオープン以来、時々
くるけど、肉がどうとかじやなく
(笑)、何となく足が向くんだ。食
べながら時をつぶしてゐるのかな

石阪春生（画家）
「先生、今日はどこに飲みに行きましようか」。





食欲減退の夏場向き 中華風ハヤシライス

- ① 牛肉は一口大に切って水溶き片栗と醤油で下味をつけ、油通しをしておく。
- ② 中華鍋を熱し、強火で玉葱と葱を軽く炒め、ピーマン、セロリ、袋葱も炒める。
- ③ ピーマントマトは皮をむいて、一口大に切り、鍋に加える。
- ④ スープ、ケチャップ、ウスターソース、塩、砂糖、化学調味料で手早く味をつける。
- ⑤ 牛肉を鍋に戻し、小さじ一杯の水溶き片栗でとろみをつける。
- ⑥ 皿に暖かいご飯を盛り、⑤をかける。

※草菇は中国産のキノコで中華材料店で缶詰めが市販されている。
※スープの代わりにトマトを多めに入れると一品料理になる。

材料……1人分	
牛肉(薄切り)	50g
トマト(完熟)	100g
ピーマン	1/2
玉ねぎ	15g
セロリ	20g
葱(白根)	5g
草菇(ふくろたけ)	20g
ケチャップ	大さじ2
ウスターソース	大さじ4/5
塩 小さじ1杯、砂糖 小さじ1/2杯	
スープ 大さじ2杯、水溶き片栗、醤油	