ベターホームの楽しいcooking

フレンチトーストサンド

【料理本】
お弁当がすぐできる
便利なおかずより
￥１２６０（税込）

こちらも好評発売中

ベターホームが考えた「カロリーダウンおかず」
￥1260（税込）

本は２冊以上ご注文頂きますと、送料無料でお届けいたします。
〒810-0001中央区天神2－13－17　ベターホーム宛

材　料（１人分）	作り方
食パン（8枚切り）……2枚 ハム…1枚 スライスチーズ…1枚 A（卵1個、牛乳大さじ1、塩・こしょう各少々） A バター…… 10g	① パンにハムとチーズをはさむ。 ② 平らな器にAを合わせる。①の両面をつける。 ③ フライパンに弱火の中火でバターを温め、②を入れる。焼き色がついたら、裏返して弱火にし、チーズが溶けるまで、ふたをして焼く。 ④ 食べやすく切る。

身近な材料ですぐに作れる、甘くないフレンチトーストです！

● ベターホームの本のお申込みは、電話、ＦＡＸ、インターネットで受付中。
☎092-714-2411　FAX092-711-7830　ＵＲＬ　http://www.betterhome.jp

応援よろしくお願いします。

ヤンマー建機杯第17回矢部川交流中学軟式野球大会が、今年は４月14日より、本大会最大26チームの参加により、ヤンマー建機野球場など７会場で行なわれます。

昨年より、社会への貢献の一環として、ヤンマー建機株式会社様の協賛を頂いております。平成14年より、中学校野球部の大会が減少している中で、この大会を開催しています。将来の夢に向ってみんなガンバレ!!

昨年の優勝チーム　筑後中学校軟式野球部

はい　たなかふどうさんです　第5回

今回は不動産の売却査定についてお話させていただきます。１月に転勤のため自宅を売却しようと不動産会社を訪ねたＡさん。不動産会社Ｂ社は「今は時期がいいので相場より少し高めの1,950万で売りに出してみましょうか？」と提案しました。Ａさんは一社で決めてしまうのもどうかと思い、不動産会社Ｃ社にも売却査定を依頼しました。Ｂ社での事情を説明すると「うちは2,100万円で売りに出します」との事。当然ながら売却査定価格の高いＣ社に売却を依頼しました。ところが、三カ月経っても売却どころか引き合いも無い状況。時期はもう４月です。世間では住替えの動きが落ち着いて、なかなか買手を見つけるのが困難な状況です。空き家が長引くと家は傷んでいきます。固定資産税や草とり費用などの金銭的な負担や、買い手が見つかるのだろうかという精神的な不安も大きくなっていきました。道義的にＢ社に依頼しにくい状況だったＡさんは、Ｃ社に価格を下げてでも売却してくれと伝えました。結局７月に1,780万円で売却する事ができたそうです。不動産売却にうまい話は禁物です。

㈱田中不動産　代表取締役　田中　秀保　広川町　☎0943-32-1882

茶の手もみ技術体験実習　八女農業高等学校

生産技術科２・３年茶業班22名は、特別講師に本校ＯＢで福岡県八女茶手もみ技術研究会員の徳永慎太郎さんを招いて、手揉みの技術を教えていただきました。生徒たちは初めての体験でしたが、熱心に取り組み自分たちで揉んだお茶と学校のお茶を吟味し、改善点などを話し合ったりしました。生徒たちは「学校のお茶と比べて、まろやかだったが渋みなどが強かった。」「手揉みの技術をもっと学びたい。」「手揉みの大会に出てみたい。」と感想を話してくれました。

（八女農みらい館４月販売日程）
２日（火）、５日（金）、16日（火）
19日（金）、23（火）、26日（金）
毎週火曜日と金曜日に販売、販売時間、10時30分～15時30分。
（※４月２日（火）～４月５日（金）は、10時30分～12時30分です）

添乗員の耳より情報　第2回

今回紹介するのは、私の好きな指宿温泉。ご存知の通り美肌効果やダイエット効果があるといわれる砂むし温泉は、心身ともに癒されます。最近注目されているのは、パワースポットめぐり。浦島太郎伝説の地「龍宮神社」をはじめ釜の蓋を頭に乗せて参拝出来たら、願いが叶うというユニークな釜蓋大明神、番所鼻自然公園には国内唯一のタツノオトシゴハウスがあり、幸運・健康・恋愛成就＆夫婦円満・子宝・安産のシンボルのもとで、開運の鐘を鳴らしてみてはいかがでしょうか。当社では、新幹線で行く鹿児島など商品をそろえて、みなさまの開運のお手伝いが出来るようご来店をお待ちしております。

（筑後旅行センター☎0942－52－4911　荒木）

矢部のうまかもん　petit（プチ）情報

山笑う季節。春の装いを魅せはじめた山里のCafeでホッと一息つきませんか。旬の厨ソマリアンでは、土曜日、日曜日、月曜日限定のスイーツを販売中!!　苺のショートケーキ、柚子ムースは地元産のフルーツを使っています。
そのほかシュークリーム、チョコケーキ、チーズケーキなど全34種。
すべてプチサイズ。
１個１２０円～１３０円。
日替わりで４～５種を提供。

予約もできます

＊旬の厨ソマリアン
＊ＴＥＬ０943－47－2213
＊営業　午前10時～午後６時
八女市矢部村

【すてきなお店】“ちゃんぽん美味（みみ）”

“ちゃんぽん美味（みみ）”さんは、屋号のごとく美味しいちゃんぽんと、定食や皿うどんなどが自慢のお店です。オーナーシェフの田中茂子さんは、国内外を問わず自分の舌で「美味しく体に良いもの」を食べ歩いた経歴の持ち主。店内は気さくに入れる雰囲気で20人ほどで満員となる。カウンター越しに美味しい匂いと焼き音、それにすてきな笑顔で迎えてくれます。営業時間は午前11時から午後4時までのランチ主体のお店ですが、予約頂けば4時以降もご要望に応じます。健康重視の田中さんは、自分の体験から「有機栽培品や除草剤、農薬等を一切使用しない体にやさしいイチゴやお米に餅」、それに石鹸なども予約販売しています。胃袋と心も満たしてくれるアットホームなお店です。
筑後市長浜2246-1（国道442号沿）TEL52-3111

サービスクーポン
当店でお食事の方お一人につきこの券１枚でグルメ生玉子進呈
4月末日迄有効　ちゃんぽん美味

4月の道の駅たちばな

4月の上旬から竹の子大釜ゆがきを開催いたします。毎年恒例のイベントで、採れたての竹の子を無料でゆがくサービスです。家庭では、調理しきれない大きな竹の子でも大釜でゆがくのでとても、喜ばれています。

道の駅 たちばな　立花町下辺春国道3号線沿　TEL 0943-37-1711

■お知らせ

◇『ミニ健康教室』
日時／４月24日（水）10時30分～約１時間
週一回合計10回
会場／川崎病院５階
演題／人口関節健康運動教室　樋口寛二（健康運動指導士）
参加費無料　定員20名
〈お申し込み・お問い合わせ〉川崎病院
☎０９４３－２３－３００５
担当／関節症センター　中村