

読んで気持ちがホットなる

マンスリー

ホッと

情報

2019.4 月号
NO.409

「平成最後の桜」は暖冬のため例年より早く開花したものの、極端な早咲きはないと予想され、長くお花見を楽しめそうですね。さて、先日21日に引退を発表したイチロー選手の会見を観た方は多いと思います。彼は「記録はいずれ誰かに塗り替えられる。そんなことより、最後にこのユニフォームを着てこの日を迎えられたことを大変幸せに感じている。この日は最高のGiFT!」と語りました。28年間、野球人として走り続け、この日に辿り着くまでのプロセスが称賛に値するのでしょうか。苦しい時こそ自分で決めた道を信じて進めば、その人にしか見ることのできない世界が見えてくる。イチローの言葉に背中を押され、まだまだ頑張らねば!! 宮原 涼子



八王子にある素敵なお店を紹介するコーナー

はちさんぽ

第79回 AINA CAFE さん

素敵なお店紹介しますっ

本場ハワイ仕込みの料理と新鮮スムージーが人気

2017年8月にオープンした『AINA CAFE』さん。階段を上り3階のお店はとてもシンプルで明るい雰囲気です。奥野さんご夫婦は、奥さんがハワイ出身、旦那さんもハワイの留学経験があるそうです。奥さんの情和さんは日本語はペラペラですが、会話の合間にでる「nice!、good!、great!」という単語が本場ハワイの空気を感じます。そして太陽のような笑顔！来る人みんなを温かく迎えてくれるこの笑顔は真にお店の看板です。旦那の高也さんのハキハキした接客も気持ちいい！「Eat good, Feel good. 食べたお客さんみんなの心と体を元気にしたい！そう願って日々営業しています」と情和さん。お二人の人柄のもてなしと美味しいココモコでとても楽しいランチになりました。ハワイ版「太陽の街、八王子」って感じです！！



ボリュームたっぷりの本場ココモコ
¥890。



大盛りのイチゴスムージー。二人で丁度いい量です♪



奥野高也さん情和さんご夫婦
Tシャツが良く似合ってる！



新鮮な果物で作ってくれるスムージー
今度は何を頼もうかな！？

お店の詳細は裏面へ



AINA CAFE 八王子

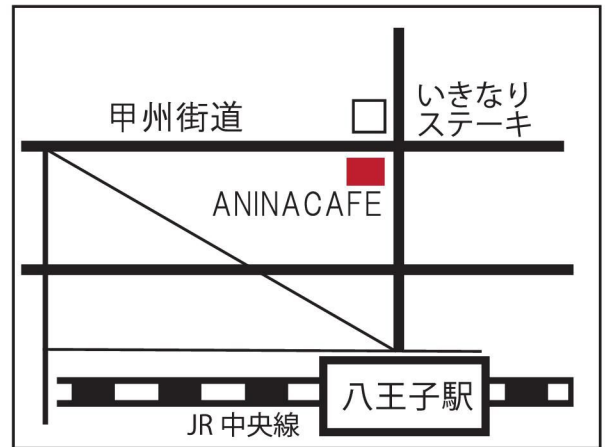
八王子市横山町3-8

フィルパーク八王子3F

TEL 042-649-3981

月～日、祝日、祝前日：11:00～17:00

月初の月曜日は休業 19:00～22:00（19時以降は予約が入った場合のみ）



ワタシのイチオシ

テレビで話題になって、ダイエットや美容にも効果があると言われているもち麦。押麦に比べてもちっとして少し甘さもある気がします。

- ①食物繊維が豊富で
- ②糖質の吸収を抑えたり
- ③腸内環境を整えてコレステロールを排出を助ける

我が家の年頃女子高生もおいしい!と喜んでいます。

またおかわり?……栄養たくさん摂ってね～ 鈴木 ゆみ子



あとがき

3月23日に八王子産のお米で作った日本酒「高尾の天狗」の新酒発表会に出席させていただきました。当日はたくさんの出席者がテーブルを埋めてとても賑やかな開会になりました。ワインのような飲み口から、年配男性が好みそうなキリッとした飲み口のものまで、変化に富んだいろいろな日本酒をいただきました。飲み口がいいこともあってついついピッチが早くなりますお隣の方と差しつ、差されつ。高尾の天狗に合ったお料理をふるまってもらい大満足な試飲会となりました。今後も八王子のお酒として人気が集まるように頑張りたいですね!!

斬新なデザインと味
まるでワインを飲んで
いるようでした。

