TAKE FREE

2018.10
Vol. 04

厚木 海老名
ATSUGI と EBINA
を彩るローカルマガジン《ノマ》

noma



手打ち十割蕎麦の店

楽食
RAKUTA



【そば】



柚子鴨つゆせいろかき揚げ丼セット
¥1,580（税込）

「え？岩塩で！？」
まぁ、そう言わず。
まずは岩塩で蕎麦本来の旨味を楽しんでください。しっかり噛んで食感と香りを感じてくださいね。その後、蕎麦の旨味を引き立てる女性に人気の柚子鴨つゆへ潜らせます。合鴨は一度焼いて香ばしさがプラスされ、柚子も刻んだものが入っています。
プリップリの海老が入ったミニかき揚げ丼をセットにするとお腹も大満足。これで「ミニ」と言うんだから驚きですよ。



十割蕎麦だからこそ岩塩で楽しむ
蕎麦本来の香りとコシ

















楽食は国産の蕎麦の実を石臼にて自家製粉し、その日の分だけ手打ちしています。つなぎを使わない十割蕎麦は茹で時間が短く、旨味や肌の老化予防に良いとされるルチンが溶け出す前に釜から上げるので美容にも健康にも良いんです。全メニューが十割蕎麦なので、どのメニューを注文しても十割蕎麦が楽しめます。
つゆは最高級の鰹節を店主自ら削ったものを使用し、化学調味料を一切使っていません。蕎麦湯を入れたときに出汁の香りが広がるので最後まで蕎麦に浸れます。

十割蕎麦は小麦粉が入っていないので伸びるのが早いんです。挽き立て・打ち立て・茹で立ての一番美味しいタイミングでお蕎麦を食べてほしいですね。



二代目の
秋林さん



【甘味】



そばがきぜんざい
¥650（税込）

想像を超えたもっちり感と歯ごたえ。ぜんざいとしっかり絡めていただくと優しい甘さと蕎麦の香りが口の中に広がります。
これぞ、お蕎麦屋さんならではのデザートです。



あま〜い。
蕎麦の甘い顔。

金時蕎麦アイス　**¥380**（税込）
自家製のアイスにも蕎麦が入っています。蕎麦の実の食感が楽しい！





落ち着いたレトロな雰囲気の店内。子ども椅子もあるのでお子様連れでも安心♪



アクセス
神奈川県厚木市長谷 417-4
046-248-7658
昼 11:30-15:00(L.O.14:30)
夜 17:30-21:00(L.O.20:30)
営業時間内でも蕎麦がなくなり次第終了。休 木曜



手打そば

みかみ

MIKAMI



キレイの味方『クルミだれ』を

隠れ家的そば処でいただきます



【そば】

ご主人のそば好きが高じて、定年3年前からそば打ちを学び、60歳で開業。粘りと甘みのある北海道磯谷産のそば粉から作られる香り豊かな細めの二八そばは、まずはつゆにつけずにそのままどうぞ。甘過ぎず辛過ぎない優しい味わいのそばつゆは、秩父から取り寄せた希少な醤油を使用するこだわり。そば湯を入れて、残さず味わってもらいたいおいしさです。クルミだれは、特有のコクが口いっぱいに広がる女性に人気のメニュー。クルミには抗酸化作用や美肌効果など、美容に効果的な栄養もたっぷり！



クルミだれ・せいろ　¥1,000（税込）

テーブル席のほかに、お子様連れでも過ごしやすいお座敷も。落ち着きがありながら思わず会話が弾みそうな明るい店内です。おいしいそばをゆっくり堪能したい日に、ぜひ足を運んでみてください。



アクセス
海老名市中新田 3-13-18
046-232-0565
昼 11:30-14:30(L.O.14:00)
夜 17:00-20:00(予約制)
休 水曜・木曜

甘さの中に躍る楽しい食感♪



【甘味】

そばアイス　¥200（税込）

バニラアイスに、焙煎したそばの実と揚げた生そばをトッピング。運ばれてきた瞬間、ふんわりと香ばしい香りが漂ってきますよ。プチプチ ＆ カリカリの食感がとても楽しい一品。



プチプチ

カリカリ♪

古民家カフェ

鐵馬厩

TETSUMAYA





鐵馬厩は、築250年の古民家cafe。店内は和 × アメリカンテイストで、使用している器は一つ一つ違うんです。写真映えしてワクワクしますね。お友達とも、デートにもおすすめ。店内奥には座敷があり子連れでも安心です。アルコール類の取り扱いもあるので一人でまったり過ごすのもGOOD!





気取らず食べて欲しい

カフェでいただく打ち立て蕎麦

【そば】

ここは本当にカフェなの？と疑いたくなるような本格蕎麦がいただけます。蕎麦の殻である黒い粒を多めにし香り豊かに仕上げているので口に入れた瞬間、蕎麦本来の旨味と芳醇な香りがふわっと広るんです。老舗蕎麦屋に引けを取らない美味しさとボリュームで、お腹も心も満たされますよ。信州乗鞍（のりくら）産の蕎麦粉と天然の井戸水を使い、毎朝手打ちしています。「気取らず食べて欲しい」という思いで、田舎蕎麦を意識しているそうです。蕎麦は、他の麺類に比べて血糖値が上がりにくいため太りにくいんですよ！女子の味方ですね。



数量限定 手打ち蕎麦　¥850（税込）



【甘味】

ニューヨークチーズケーキ
フルーツソース添え　¥480（税込）

濃厚なクリームチーズにサワークリームを使用し、コクは残したままさっぱりとした仕上がり。季節のフルーツを使った自家製ソースは旬の甘みを感じられ、蕎麦を食べた後でもペロッといただけます。器はあえて和食器を使用していて、鐵馬厩ならではのおもてなしですね。



旬の甘みで引き立つ新感覚チーズケーキ





アクセス
厚木市上荻野 1859
046-281-8911
11:00-19:00(L.O.18:30)
休 木曜・第2、第4水曜

convex beauté
ヘアメイク&エステ・ネイル・アイラッシュ
トータルビューティーサロン

2018.
10月下旬
Cafe space
Open!!
心とカラダにやさしいカフェ



convex beaute がプロデュースする、
「心も体もキレイに…」をコンセプトにしたカフェが
convex2階にオープン!
女性が嬉しい、美味しくて体にいいメニューをご提供します!
オーガニックの食材を使った薬膳スープや、
コールドプレスジュース、ローフード、
グルテンフリーのスイーツなど、
外見だけでなく内側からキレイに、
元気になるメニューが揃います。

お茶飲におたち寄りください



convex beaute
厚木市寿町2丁目1−5
神崎ビル2階
TEL:046-297-0788
OPEN時間:10:00〜

Family Concert
ファミリーコンサート
音楽のおくりもの
12/22(土)
海老名市文化会館 小ホール
【出演】 アンサンブル・ディヴェルタース
司会・フルート:一村 誠也





0歳から入場OK!

午前の部 11:00開演 約60分(休憩なし)
こどもたちと一緒にクラシック入門曲と
クリスマス定番曲を楽しもう!
わいわいコンサート
一般:1,500円(税込)
3歳〜中学生:500円(税込)
※2歳以下膝上鑑賞無料
【演奏予定曲】
アナと雪の女王より「Let It Go〜ありのままで」、
みんなで歌いましょう「ジングルベル」、
イントロクイズほか

4歳から入場OK!

午後の部 14:00開演 約90分(休憩含む)
大人もこどももゆったりと
クラシックとクリスマスの曲を堪能しよう!
アフタヌーンコンサート
一般:1,500円(税込)/65歳以上:1,000円(税込)
4歳〜中学生:500円(税込) ※3歳以下入場不可
【演奏予定曲】
天空の城ラピュタより「君をのせて」、
クリスマス・メドレー、みんなで歌いましょう
「きよしこの夜」「ふるさと」ほか

お問い合わせ チケットのお申し込みは
海老名市文化会館
http://www.ebican.jp/
☎046-232-3231
休館日を除く10:00〜17:30

味も香りも
生のままを食卓で。



生冷凍!
そば粉100%の打ちたての信州十割そばを生のまま冷凍。
蕎麦本来の風味が手軽に食卓で楽しめます。
食後の蕎麦湯も濃厚で絶品!





おいしい安心食材をお家へお届けします。
やまゆり生活協同組合
0120−121−127
www.yamayuri.jp

本場フランス人も認めた!
フランス伝統料理
匠のコルドン・ブルーと
樽から注ぐ
ボジョレー・ヌーボー



樽の香りも楽しめるボジョレー・ヌーボーは、コルドン・ブルーとの相性抜群
サックサクの衣に中からとろ〜りチーズと生ハムの旨み
匠はオムライスだけじゃない!

レストラン 匠
厚木市下荻野1089 TEL:046-241-0810
営業時間:11:30〜14:00、18:30〜25:00
定休日:火曜日

noma snap
in 神奈川工科大学
リケジョスナップ! スマホケースも見せて!
現役の大学生が使ってるスマホのケースもみせてもらいましたよ♫





永嶋 英理さん
看護学部3年21歳
秦野市在住
シンプルなレースが入っているカーキのトップスがお気に入り◎



カバンもワインレッドで秋を先取り

ほたる さん
応用バイオ科学部3年22歳
厚木市在住
ワインレッドのパンツで秋らしい雰囲気に!



どばしさん
工学部1年20歳
相模原市在住
シンプルイズベスト!
茶色のベルトがポイントです。



大井 萌生さん
工学部2年20歳
厚木市在住
チェックとバンダナで秋らしいコーデにしました!



白石 日向子さん
応用バイオ科学部4年21歳
町田市在住
刺繍のワンピースがお気に入りです!

自分で作った革のブレスレットをタグセントに





吉野 麻美さん
情報学部4年21歳
横浜市在住
大人コーデを意識しました!
ワイドパンツがポイントです。



荒井 喜帆さん
看護学部3年22歳 厚木市在住
柿色のトップスにベージュのスカートを合わせました。



横山 裕華 さん
情報学部4年22歳
厚木市在住
ロングのシャツでスッキリまとめました!



毛利 諒子さん
工学部4年22歳
厚木市在住
ストライプのシャツとネックレスやアクセがお気に入り!



古川 友菜さん
工学部4年21歳
厚木市在住
燃えさかる炎のようなオレンジ色がポイント♫



武井 彩夏さん
応用バイオ科学部4年22歳
厚木市在住
緑のニットと靴の色を合わせました♪

神奈川工科大学
厚木市下荻野 1030
庶務課 046-291-3250
https://www.kait.jp



蔦屋書店 海老名市立中央図書館
コンシェルジュが選んだ

本当にオススメしたい1冊



本のセレクト：
コンシェルジュ
櫻井 香織さん

蔦屋書店
海老名市立中央図書館



合 海老名市めぐみ町7-1
☎ 046-231-5152
◷ 9:00～21:00
休 なし



神社ガール 御朱印ガール必見!

「おみくじ帖」





蔦屋書店 海老名市立中央図書館から、
これからの秋の町歩きを楽しくする「おみくじ帖」を紹介させて頂きます。

「おみくじ」が境内に結ばず持ち帰ってよいものであることは、最近知られ始めています。
私も数年前に大吉が出たことがきっかけで、御守り代わりに持ち帰るようになりました。描かれた絵や文字が魅力的だったり、神社仏閣の名前が書かれているので旅の思い出として見返すのも楽しいものです。
コレクションがいっぱいになってきた今年、販売された「おみくじ帖」。
おみくじを1枚ずつ引っ掛けられるようになっており、引いた結果や感じたことを書き留められる欄もある、待ちに待った優れもの。
表紙のバリエーションも多種多様なので、お持ちの御朱印帖と柄やカラーを合わせて対のようにして持ち歩くのもおすすめです。
海老名にも古き良き神社やお寺がたくさんあります。
ぜひ足を運んで1ページに加えて頂きたいです。









WEB版は、お店の魅力がいっぱい

http://noma.today/and3tresor/

&3Tresor
合神奈川県海老名市中新田2-11-35
☎046-259-9220

アンドスリー ハンドメイドマルシェ VOL.3 開催決定!
10月27日(土)10時～15時
海老名駅西口中心広場 プロムナード
※雨天延期 10月28日(日)

海老名 EBINA TALK

女子の心を鷲掴みにする、可愛いハンドメイド雑貨店「&3tresor」。運営しているのは、3人の子どもを持つママでした。



Handmade zakka & 3tresor
代表
御園 直美さん

恥ずかしいんですけど家庭科の成績は最下位でした。

ー御園さんもハンドメイドされるんですか?

はい! 結婚する前はOLをしていて、手先が器用でもなかったし家庭科も得意ではなかったんですけど。子どもが生まれて幼稚園に入園の際、体操着袋などを一式作らなくちゃいけなくて**子どものために作る**っていうのは大きかったですね。誰かのために作ると急にスイッチが入るんです。苦手だったけど、**私にもできるんだ!**と思ってからは楽しくなりましたね。

ハンドメイド好きのママ友となんかやる?からスタートしました。



ーハンドメイドで出店する側じゃなくて、主催側になったのはなぜですか?

ハンドメイドのイベントに行った時にすごく楽しかったんですけど、そのイベントに出店したいんじゃなくてなんとなく主催側になりたくて。無知なところからママ友3人で**1回だけやってみよう!**って小さなハンドメイドイベントを開催しました。1回だけ開催するつもりだったんですけど、お客さんが**絶対に2回目をやったほうがいいよ!**と言ってくれて2回目も開催。回を重ねるごとにお客さんも増えていき、どんどん楽しくなっていきました。

自分が思い描いている景色を常に思い描いていれば叶うんだなって思います。

ーイベント主催者からお店をオープンしたきっかけはありますか?

イベントがこんなに楽しいんだったら、お店をやってもいいかなって思っていただけで実際には全然動いてなかったんですよ(笑)いつか何かお店をやりたいなっていう夢を持っていたんですけど、8割無理だろうなぁと思っていて。そしたら、知人に**いい物件あるよ?**ってお話をいただいて、そこから本格的に動き出しました。どこにきっかけが転がってるかわからないですよね。お客さんの言葉とか常にメモを取る事を意識したり、自分が思い描いていることを口にする事も大切だと思います。

やるからには、自分たちが楽しまなくちゃ。



ー今後の景色って想像していますか?

まだまだ模索中です(笑)ハンドメイドだけのお店がこの辺りは少ないので、お店も続けていきたいです。もともとイベンターなので、イベントも続けて行きたいですね。



Today's Point!
材料3つで簡単!
キノコ嫌いのお子様にもオススメ!

レモン
(レモンがオススメですが季節の柑橘果物でもOK!)

お好みのキノコ

まかない RECIPE vol.04

キノコのレモン煮

Ingredients 材料

- ・エリンギ
- ・しめじ
- ・レモン1
(皮ごと使用するのでよく洗ってください)

} (お好みのキノコ類を1房づつ)

- ☆砂糖 …… 大さじ3～5 (お砂糖の量はお好みで)
- ☆塩 …… 小さじ1
- ・水 …… 300cc

How to cook 作り方

❶ 水300ccに☆を入れて中火にかけます。そこへキノコ類を入れ、スライスしたレモンもざっと入れ、強火で一煮立ちさせたら出来上がり!
※レモンも一緒にたべてほしいので小さめに切ります。



❷ 冷やして、レモンと一緒に食べてください。
常備食にもピッタリ!
タッパーに入れて冷蔵庫で1週間持ちます。







めぐみベジカフェ
合厚木市中町2丁目12-15アミューあつぎ9F
☎046-230-6370 ◷11:00～18:00

もっと 写真を楽しもう

noma CAME life
- noma studio -



noma スタジオ
フォトグラファー
mayu

6歳と3歳、2人の男の子のママです。
子供たちを追いかけまわしながら、
写真を撮り続ける毎日。
好きな蕎麦は鴨せいろ。
好きな甘味は抹茶蜜白玉。

Series 01



楽しそうにごはんを食べる息子の姿を撮り続けていたシリーズ。お昼寝中の寝顔や、寝相もオススメです。

Series 02



手作りごはんを撮ったシリーズ。
日々の食事などはシリーズ化しやすいテーマ。アングルを統一すると見やすくて◎

Vol.04

テーマを決めてシリーズ化! 見返したくなる写真を撮ろう

せっかくの写真も「撮って終わり」ではもったいない!
テーマを決めてシリーズ化することで、見返して楽しい写真を撮りましょう。



▲ ボーンと飛び出す高い高いに大喜びする息子の姿を写した「空飛ぶたかいたかい」シリーズ。

365日ダイエッター まなてぃー散歩



noma ライター のまなてぃー です！

現在、相鉄線にゆられて海老名に通勤しています。
実はnomaライターと言いつつ…
海老名、厚木地区については新参者なんです。
まずは自分でも海老名、厚木を知るために
エリアごとにお散歩をする事にしました！
生後半年からぽっちゃり体型の私。このお散歩で、
いいダイエットになればいいなぁ…笑



海老名と厚木を
もっともっと知りたーい!!

海老名市さがみ野駅周辺〜 巨大いちごパラソルに遭遇! 食い倒れ散歩の巻

START!

A 巻で噂の巨大いちごパラソル

さがみ野駅北口を歩いていると
巨大いちごパラソルに遭遇！
パラソルがある公園の名前も、
いちご広場でした。









E 大納言ブレッドが人気

パンの焼ける香ばしい香りに誘われて
コタニッチというパン屋へ。
焼きたてのパンがずらり〜！
お惣菜パンの品揃えもすごい◎
中でも**コタニ食パン**が常連さんに大人気！
この日はもう完売していたのですが
大納言ブレットが一番人気なんだそうです。
次はゲットしたいなぁ！

Heave-ho!



D 面白い遊具多数

わたぼうしの横に**東柏ケ谷近隣公園**が！
かなり本格的な遊具があります。
この日も、たくさんの子供たちが遊んでいました〜♪
ただ、私が気になったのは
らくらく**健康器具**って書いてある遊具。笑



Yum!

C 天然氷のかき氷



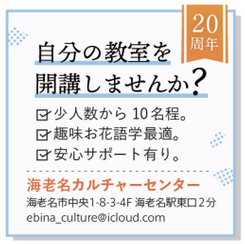
天然氷のかき氷人気店と噂には聞いていましたが、
出会えてしまった…♡
甘いものは別腹と当たり前のように申しておきます。笑
ここ、**わたぼうし**は夏だけでなく
春夏秋冬営業しているんですよ！
季節限定アールグレイ香るミルクティー(純氷)を食べました！
自家製練乳とアールグレイシロップが氷の山に…♡
紅茶ホイップと香ばしいアーモンドがトッピングされています！

B さがみ野バルでランチ

さがみ野駅南口を右手に歩いてすぐ！
さがみ野バル ロペ・ナチュレの看板が！
バルって書いてあるから夜だけかな?!と思ったら
ランチもやっていました♬
オススメの**タコライス**をチョイス。
野菜もお肉もたっぷりとれてボリューム満点！
具沢山のスープとドリンクもセットです。
シャキシャキの野菜にスパイシーなお肉、
サルサソースもとっても美味しかったです◎







































ひと枠 5,500 円（税込・デザイン料含む）の「mame 広告」

編集後記

みなさん、蕎麦は好きですか？

なんとなく渋い印象があるかもしれませんが、秋新蕎麦の季節…！ぜひ、これを機に蕎麦にスポットを当てて召し上がって欲しい。そんな思いを込めて、編集部オススメの蕎麦をご紹介しております。また、蕎麦と一緒に甘味はいかがでしょうか？ガラッと変わった誌面の雰囲気もお楽しみください。

今回 noma ライターおそのさんや、なっつんもフリペで活躍してくれました◎

noma フリペ Vol.4 の感想やご意見もお待ちしております。Twitter や Instagram で #noma フリペとタグを付けて UP してくださいね♫







広告主・設置店募集

noma では広告の掲載や、本誌の設置店様を募集しています。お気軽にお問い合わせください。

本誌へのご意見・ご感想をメールにてお寄せください。

お問い合わせ先：hello@noma.today

「noma」について



[noma] は、厚木と海老名に在勤・在住のタウンライターがお届けする地域情報サイト・Web マガジンです。2015 年より Web 上でスタートし 2018 年 1 月より念願のフリーペーパーを発行することができました！人の気持ちを動かし、誰かの嬉しい 楽しい 美味しい体験につながるような情報を発信できたら。人と人、人とお店が新しく繋がる機会をつくることができたら。厚木と海老名の良い所を再発見したい、もっと知りたい。[noma] はそんな想いから生まれたサイトです。これから [noma] がお届けすることがあなたの”くらしのヒント”につながれば嬉しく思っています。

hello@noma.today
@nomatoday
nomatoday
noma.today

シェアやいいね！
してくれたらライターが喜びます。
フォローしてね！

Web > http://noma.today



[noma] STAFF

Designer / 大澤 知実・草本 純子　Photographer / 阿部 真弓
Illustrator / 野島 加奈子
Editor・Writer / 小川 真奈・奥津 瑠里子・島袋なつみ・神田園美
Producer・Art director / 萩原 和哉

あなたの未来をはじめよう
カズミア株式会社
発行 Kazmia
Web 制作・企画 ／ 撮影 ／ グラフィックデザイン
〒243-0437 神奈川県海老名市泉 2-8-16



ゼロエネルギーで、
暮らそう。

ZEH builder
ZEH28B-00595-C





“暮らす”を一緒に考える家づくり



一緒に考える

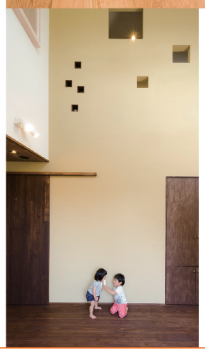
お金と間取りの無料相談会

毎週土日開催

お問い合わせ・ご予約お気軽にどうぞ
TEL：046-206-4188
Mail：info@ecol-house.com
神奈川県海老名市中新田2-12-31

HPはこちら
https://www.ecol-house.com/

ecol house
エコルハウス一級建築士事務所
株式会社ひら木



あなたにしかできない家づくり
×
エコルハウスだからできる家づくり
で世界で唯一の家を誕生させませんか。



---

no.1 4名様

光るスパークリングクリスマスデザインボトル ※プレゼントは1本です。



1本で7色に光る！LEDつきの珍しいスパークリングワイン。スッキリとした辛口の発泡酒です。飾って楽しんだあとはゆっくり味わって。
クリスマス限定デザインの4種類から1本プレゼント。
各種ボトルのイルミネーションはぜひサイトの動画でcheck！

名入れ＆スワロ★デコシャン専門店
https://item.rakuten.co.jp/deco-cham/christmas_01/

noma 読者プレゼント

スマートフォンまたはパソコンより
応募ページにアクセス！
記入必須のキーワードは
mame広告の中から見つけてね。

締切：2018年11月30日(金)

http://noma.today/present/

ご応募お待ちしております！

no.3 3名様

Tea craft worksの日本茶”ひとゆた”4点セット

海老名発の誰かに贈りたくなる日本茶通販専門店「Tea craft works」から”ひとゆた”シリーズの緑茶・ほうじ茶・和紅茶・水出し冷茶の4点セット。
日本茶でまったり、ゆったりなひとときを♪
http://www.tea-cw.jp/



no.2 厚木TALK—特別編—で登場 1名様

厚木出身 俳優 遠藤雄弥さんサイン



厚木TALK特別編でインタビューさせていただいた、遠藤雄弥さんの直筆サイン！
nomaの読者1名様にプレゼント！

あなたの思いが掲載できる！



no.4 1名様

mame広告1枠

なんと！
mame広告の1枠を1名様にプレゼント。企業・お店の方もちろん、大切な人への誕生日メッセージや、愛のメッセージなど個人でもOKです！mame広告にご興味のある企業・お店の方からのご応募も待ってます！