

# 珈琲茶房 と庵通信

創刊号



★2月の「と庵散歩 西荻窪珈琲屋&骨董屋めぐり」で昼食をいただいたお店前にて

## 今月のお店紹介

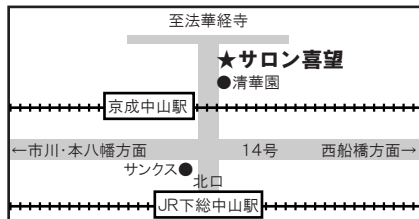


## 神経の整体屋さん サロン喜望

全身の神経の詰まりを改善してくれる整体師の岩達(いわだて)さんは、細やかな優しさを持ちながら、豪快な下町の母さんのような女性です。

意志の力で動かさない自律神経には、交感神経と副交感神経があり、緊張とリラックスをつかさどっています。「体はこの両方の神経のバランスが崩れてくると不具合を起こします」と岩達さんは言います。

岩達さんは、全身を張りめぐらせているこの神経の詰まりを取り除き、正常に流れるように手を貸してくれる整体師なんです。…と言われても、何がどうなるのかわからない方がほとんどだと思いますが、筆者はもう何回もお世話になっており、重度の肩こりや、軽いうつ病などが彼女のおかげで改善されました。全身に軽く触れていただけなのに、神経の詰まりがある部分だけは飛び上るほど痛く感じるから不思議です。神経が流れるようになったら、自分の自然治癒力を信じて待つだけです。自然に元の体に戻って行くのがわかります。



サロン喜望への行き方  
JR下総中山北口を法華経寺に向かって上り坂を上がり、焼き鳥屋手前。  
住所: 市川市中山4-14-4 営業: 9:00~18:00(定休日: 土・日)  
TEL: 047-335-8832  
※完全予約制 ※1回お試し3,000円(顔)~  
※ご予約の際は、「と庵通信」を見て電話しました!とってください。  
※店内で「と庵ブレンド」が楽しめますよ!

※この枠は有料広告枠です。1回の掲載は3,000円。原稿と写真・地図をご提供ください。お申込みは先着順となります。

## 真の珈琲好きのための情報マガジン 珈琲茶房 と庵通信

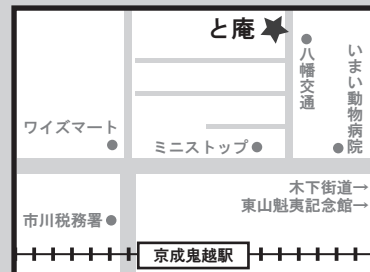
☆☆と庵通信 発行情報☆☆

- 発行日: 毎月(月刊)発行
- 発行部数: 5月号は200部
- 設置店: と庵 (090-1552-6434)
- ドッグテール (047-335-6424)
- サロン喜望 (047-335-8832)

- と庵通信コーディネーター: 楠木
- と庵通信編集・撮影・制作: 中西
- 広告掲載に関するお問合せ: TEL 090-1552-6434 (受付時間: 9:00~17:00)

☆☆と庵通信5月号 収支情報☆☆

- 収入: と庵より3,000円
- サロン喜望より3,000円
- と庵募金箱より1,000円
- 合計: 7,000円
- 支出: 出納帳168円
- 連絡袋336円
- 制作コスト10,000円
- コピー代10円×200枚=2,000円
- 合計12,504円
- 収入支計 -5,504円



珈琲茶房 と庵へは、京成鬼越駅から徒歩15分程  
住所: 市川市本北方1-44-20  
電話: 090-1552-6434

「と庵通信」はと庵が好きなおボランティアの手で作られていますが、最低限かかる経費は広告掲載費、皆様の善意の募金などでまかなっております。募金箱は、と庵店頭及び協力店にごございますので協力のほどよろしくお願い申し上げます。

■と庵スタッフご紹介 □モノ・コト見聞録

■と庵の珈琲豆について

■4月のイベント報告&6月イベントの予定

■新店情報「ただいま建築中!!」

■お店紹介 神経の整体「サロン喜望」(広告)

# と庵スタッフご紹介

## と庵は小さな珈琲店ですが、有能なスタッフが充実しています！

### と庵オーナー



←左がと庵のオーナー、大塚敏江さんです。通称「姫」。右が週1回のお掃除兼練習生の脇本さんです。彼女の本職は弁護士。かなり優秀なんです。

### 営業部長



←と庵の営業部長、リッチです。お客様にドアを開けさせたりと、態度がでかいです。人懐っこくて可愛い、5歳のオス(9kg)です。実はと庵は、知る人ぞ知る猫好き大集合の店なんです。猫カフェ…とまではいきませんが、運が良ければ営業部長に会えるかも！

### と庵マスター



←マスターの、楠木惇さんです。珈琲道のプロ中のプロ。本も出しました。実はスゴイ人なんです、その話はまた今度。と庵の人氣は、珈琲の旨さもさることながら、マスターの人氣が大きいと筆者は分析している。まあ、珈琲にはうらさいで、間違っても「砂糖とミルクちょうだい！」なんて言わないように(笑)。

### 焙煎担当



←焙煎担当の鳥山さんご夫妻です。神戸の珈琲専門店「可否道」の元経営者です。阪神・淡路大震災で店は無念の倒壊。現在は「身体に良い水」の販売(この話はまた今度)をしながら、と庵のキモである珈琲豆の焙煎をしています。奥様はと庵の經理と、おとなりの不動産屋さんでもご活躍です。

### 珈琲修業中！



←毛利さんご夫妻です。只今、マスターの元で珈琲修行中です。鎌ヶ谷で2年後を目標に珈琲店OPEN予定です！楽しみに！他にも修行中の山本さんは、小さいお子さんをかかえながら、市川市内で珈琲店をOPENすべく日々頑張っています。応援してね！

### 珈琲豆ピッキングスタッフ

珈琲豆は選別がとても大切です。細かい作業ですが、珈琲の好きな高校生たちをはじめとするスタッフが、安いバイト代(^^)でせつせと励んでおります。店内の片隅で頑張っている姿を見かけたら、ぜひ声をかけてあげてくださいね！

- ・矢部さん(主婦)
- ・村田くん(祝6月結婚!!)
- ・脇本さん(高校3年生)
- ・佐久間くん(高校2年生)
- ・中西くん(高校2年生)

### と庵通信・編集制作

と庵通信を制作しているのは中西です。時々、本文中に「筆者」として登場します。今後とも、よろしくお願ひします！



## モノ・コト 見聞録

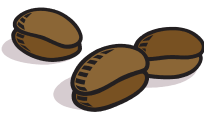
### コーヒー飲みアルツハイマー病予防？…カフェイン効果に期待

コーヒーやお茶などに含まれるカフェインに、アルツハイマー病の予防効果があるとする研究結果を、森隆・埼玉医大准教授と米フロリダアルツハイマー病研究センターなどが動物実験からまとめた。米国で近く患者らにカフェインを投与する臨床試験に入る。米専門誌に論文が掲載される。

物忘れがひどくなるアルツハイマー病は、脳にたんぱく質のアミロイドベータ(Aβ)が異常に蓄積して、神経細胞が死んでしまう。研究チームは、生まれつきAβが蓄積しやすいマウスに、1日当たり約1.5ミリ・グラムのカフェインを水に溶かして4~5週間与えた。人間がコーヒーを毎日5杯飲むのに相当する。その結果、カフェインを与えないマウスに比べ、記憶力の低下が改善した。記憶にかかわる脳の海馬や大脳皮質では、Aβが蓄積した「老人斑」の形成が4~5割減少した。カフェインがAβを作る酵素の働きを抑えることも突き止めた。

森准教授は「カフェイン入り飲料は広く飲まれており、病気の予防や進行抑制の効果を注目していきたい」と話している。

4月22日14時36分配信 読売新聞より



# と庵の珈琲豆について

## 取り扱いの生豆は60種類。今回は「と庵ブレンド」のご紹介です。

と庵では、生豆を原産地から仕入れ、ピッキングにより豆を厳選して、焙煎しています。焙煎の日は毎週月曜日・火曜日です。焼きたてがほしい方は、お申し込みください。(申込先裏面) これからこのコーナーでは、珈琲の話を掲載していきますので、お楽しみに！



と庵ブレンドは、豆を下の配合表のように焙煎し、ブレンドしています。

豆の名前	コロンビア・スプレモ	スマトラ・マンデリン	ブラジル・サントスNo.2	タンザニアAA	ペルー・チャンチョマイヨ
焼き方	深煎り	強い深煎り	中の強煎り	中煎り	浅煎り
配合割合	5	4	2	2	1

【と庵ブレンドの価格】(税込)  
豆：100g=700円(ご希望の粗さでお挽きします)  
店：1杯550円

【豆をお買い求めの方へ】  
と庵ブレンドをペーパーか布でお飲みになるなら、中挽き以上がおススメです。サイフォンをお使いなら細挽き、コーヒーマーカーでしたら中挽き以上となります。珈琲豆によって、挽き方が変わりますので、ご注文の際はご注意ください。

## 4月のイベント報告&6月イベントの予定

### 4月第三週と庵イベントは「庭園レストラン&鎌ヶ谷陶器市」でした！

毎月第三日曜日はと庵の休業日。その日を利用して、と庵スタッフが馴染みさん向けに様々なイベントを設けています。4月のテーマは「鎌ヶ谷を知ろう！」。市川市に住んでいるのに、なかなか隣の市である鎌ヶ谷に行くことがない。そこで、素敵な庭園レストランでランチして、鎌ヶ谷ファイターズの駐車場で行われる陶器市に行ってみることにしました。参加者は8名。4歳児から80代までの幅広い年齢層で、楽しんでまいりました！



←庭園の美しいイタリアンレストラン「Doctore(ドクトール)」。東武野田線鎌ヶ谷駅東口より徒歩2分です。パスタやピッツアのランチコースに、赤ワインで乾杯！最高のお天気の中、鳥のさえずりを聞きながらの素晴らしいランチでした。



←鎌ヶ谷にある「北海道日本ハムファイターズ」2軍のスタジアム『鎌ヶ谷ファイターズスタジアム』駐車場で陶器市。



←有田焼の素敵なカップ&ソーサーをなんと1/3の値段に値切って購入した北井さん(左)。満面の笑みです。

### 6月第三週のと庵イベントは…

骨董好きにはたまらない！昼食付の骨董ツアーです。  
日にち：6月21日(日)  
行き先：東京流通センタービル『全国古民具骨董まつり』  
予算：3,000円程度  
集合場所・時間：要問合せ  
参加希望締切：5月30日まで  
お問合せ・参加申し込み：と庵(090-1552-6434)まで

## ただいま建築中!!

市川市北方の「キャット・テール」  
OPENは10月10日(ドッグ・テール8周年記念日)



ワンちゃん美容室の『ドッグ・テール』のオーナー北井さんの珈琲好きが高じて、とうとう珈琲店をOPENするまでになりました！店の名前は『キャット・テール』。猫ちゃん好きの北井さんらしいネーミングです。店内では、と庵ブレンドやと庵の各種珈琲が楽しめるほか、手作りのクッキーやランチもご用意予定！OPENは、2009年10月10日です。お楽しみに！

ドッグ・テール連絡先：047-335-6424  
(住所：市川市北方2-13-5)