

次回のもてなえ市(最終回)
会場：サングリモ中込
 2/25 夜7時～8時 出品受付
 出品料は1品10円です
 出品数制限はありません
 3/4 11時～1時 販売
 1時30分～2時 出品者清算

平成20年4月からスタートし、来月は78回目を迎える不用品リサイクル市「もてなえ市」ですが、次回で最終回となります。

もてなえ市3月で終了します

ながら、空き物件のより良い活用方法を探ります。当日は中込交流センターに集合し、中込商店街の空き家・空き店舗物件をある程度時間をかけて探検します。その後、交流センターに戻って感想や物件のリノベーション&活用案などを話し合います。

2月25日は最後の出品受付です。新規の方もご遠慮なくたくさんご出品ください。

システムの変更などを検討して再スタートも考えていますが、とりあえずは終了します。

中込で開業しようというつもりがなくてもまったく構いません。大勢の方にご参加いただき、多くのご意見をうかがいたいと思います。もしお持ちでしたらカメラと懐中電灯をご持参ください。*リノベーション：既存建物を改装し、用途変更や機能の高度化を図り、建築物に新しい価値を加えること。

暖かくなるのはもうちよつと先になりそうですし、インフルエンザの患者数も急増中だとのニュースもあり、春を十分に気をつけて春を迎えましょう。

冬に元気が出ないという人がいたら、それは冬季うつ病かも知れません。3月ごろには自然に治る人が多いのですが、積極的に朝日光をあびることが大切だとか。日の光が強くなるとちよつと元気になる気がしませんか？

2月4日、今日は立春。まだ寒い日は続きそうですが、夕方の日が伸びて来たと感じませんか？佐久市で一番日没が早いのは12月5日ごろで16時31分07秒でした。不思議ですけど、冬至が一番日没が早いわけではないのです。

立春

大好評 クーポン券 ◎5名様以上の宴会に焼酎ボトル(720ml)1本付。二次会もOKです。

〔酒(大)またはビール(生中可)1本〕
 刺身・寿司1人前・口取
 ○3,800円相当
 ○この券ご持参の方に、お1人2,500円で提供いたします。
 ○1名1枚に限らせていただきます。

舟幸 江戸前 寿司処 定休日…火曜日
 中込 2-20-13 ☎63-1345 営業時間…17時～2時30分

同級会・ご宴会ご予約承り中 今回の限定スパゲッティー とり肉と野菜の味噌クリームソース…780円

信州そばのパスタ 大好評! 鶏肉とキノコのそばスパゲッティー…1,030円 サラダ付

貸切りOK(人数御予算、要相談)
 ☆料理込み飲み放題 4,000円より
 ☆お客様の年代層によりメニューをご用意いたします。
 ☆アルコールは多種用意しております。

ペスカ 営業時間 11:30～14:30 定休日 毎火曜日 (御宴会は営業)
 17:30～21:00 イタリアン・レストラン ☎62-0838

■Adobe Illustrator入門・中込商店街だよりができるまで…2月8日(水)・2月9日(木)・2月10日(金)各19時～21時 講師：井出一典

★いつも中込商店街だよりを編集している店主がこのチラシのようなものの作り方をお話しします。Wordなどは全く操作性の違うこのソフトの概要がわかります。

■イタリア料理教室…2月9日(水)・2月16日(水)10時30分～12時 講師：新井巨

★2月のメニュー…手作り生パスタのミートソース・カボチャのプリン

☆定員になりました。イタリヤ料理専門店 Trattoria SIN ☎63-1110

■第89回「土知の森(カ)交流サロン」…2月11日(土)18時～20時 会場：喫茶ぼえむ

■年輩の方のためのパソコン入門…2月14日(土)10時～17時(お一人一時間) 講師：井出一典

★ご相談ください。講師にもわからないことは検索エンジンを駆使して解決策を探します。

■パラパラチャーハンを作ろう…2月19日(日)10時～12時 講師：中村照久

☆御家庭でできる簡単パラパラチャーハンを作ります。お子さん、お孫さんと御一緒の参加いかがですか？(お子さんのみの参加はできません)

材料費…大人1000円・小学生500円 ☆定員になりました。

中華照籠 ☎626222



集合：中込交流センター(サングリモ中込) ☆受付中 ☎620853

担当：井出精肉店 中込商店会では長野県「信州で始めるあなたのお店」応援事業に参加して勉強会を重ねています。

単に空き店舗を紹介してどなたかに出店してもらおうというのではなく、長野市善光寺門前界隈で多数の物件を貸主・借主とともに*リノベーションして(株)M&R ROOM代表取締役の倉石氏にアドバイザリーとしてご協力いただき、町の歴史や魅力を掘り起こし

検隊(まちゼミ番外編・空き物件リノベーション勉強会) 3月11日(土)13時～15時

参加はできません) 材料費…大人1000円・小学生500円 ☆定員になりました。

中華照籠 ☎626222

Access 白木屋、明正堂、中込グリーンモール、八十二銀行中込支店、さくら、白田鯉店、コインパーキング

■カット3800円…初回の方、ヘッドマッサージサービス
 ■カラーの方…初回トリートメントサービス カラー5,000円 オーガニックカラー5,500円
 ■アンチエイジングメニュー アロマフェイシャルエステ2,800円～ 薄毛予防ヘッドセラピー2,800円～

◆営業時間 9:30～16:30 ◆日曜定休(ご相談で予約可能) 長野県佐久市中込 1-21-10

TEL. 0267-78-5004 オーガニックヘアサロン
 ケータイ 090-7338-5334

髪と肌と体と人に優しいサロン **Celler**

各種ご宴会予約承ります ステーキセット (サラダ・ライス付き)

料理は3,000円より (アルコール類持ち込みOK) 貸切りいたします。コース料理 ¥2,500より 予約承ります

- 200g…¥1,600 (税別)
- 250g…¥2,000
- ステーキ丼…¥980
- 豚ヒレ丼…¥980

中込 3-15-12 レストランティールーボン ☎62-6151

