

# ぷらむニュース配布場所

青梅信用金庫 各支店 青梅市勝沼3-65 ほかりそな銀行 各支店 青梅市河辺町10-2-9 ほかに J A西東京 各支店 青梅市野上町2-21-5 ほかに西武信用金庫 各支店 青梅市師岡町4-12-2 ほかに飯能信用金庫 青梅東店 青梅市今寺4-5-32 青梅総合病院 1 Fカフェ 青梅総合病院 6 Fレストラン 青柳らーめん 青梅市今寺3-382 オフィスシマザキ 青梅市今寺385-6 根岸屋 青梅市勝沼1-40-4 セブンイレブン河辺東店 青梅市河辺町7-6-11 オレンジサラ 青梅市河辺町10-11-3 ごんにんごん 青梅市河辺町10-13-7 ギフトアズマ 青梅市河辺町10-17-1 大同生命 青梅市河辺町10-6-1 河辺温泉 梅の湯 青梅市河辺町10-8-1 青梅中央図書館 青梅市河辺町10-8-1 青梅総合体育館 青梅市河辺町4-16-1 河辺市民センター 青梅市河辺町6-18-1 友華 青梅市河辺8-1-36 ガンバガンバ 青梅市河辺町4-16-1 サロンドアップル 青梅市河辺町5-8-3 画廊 白梅苑 青梅市河辺町4-12-9 自転車コーキ 青梅市河辺町10-11-4 青梅市民会館 青梅市上町374 青梅商工会議所 青梅市上町374 緑 青梅市野上町4-8-25 タイムズマート大門店 青梅市野上町2-21-3 ファミリーマート野上店 青梅市野上町柳丸 青梅市野上町1-35-10 全国仲人連合会 河辺支部 青梅市野上町3-7-32-203 小山製菓 青梅市大門1-570-3 司翠館 青梅市小曾木1-3466 多喜山館 青梅市小曾木5-3074 コンプリオ 青梅市小曾木5-3118-2 鍋屋 青梅市小曾木5-3164 総合内装ストレート 青梅市今井1-111 武藤治作酒店 青梅市木野下1-104

かんぼの宿 青梅市駒木町3-668-2 煉瓦堂 朱とんぼ 青梅市沢井1-403 蔵亭 青梅市沢井2-748 ままごとや 青梅市沢井2-748 小澤酒造 青梅市沢井2-770 勝仙閣 青梅市沢井3-484 Rainbow Leaf 青梅市新町2-24-4 テリエ 青梅市新町3-16-15 なか安 青梅市新町3-17-10 土肥亭 青梅市新町5-45-1 そば処 津久茂 青梅市新町5-45-2 新町市民センター 青梅市新町4-17-1 青梅ガス 青梅市末広町2-10 マイナー堂 青梅市住江町55 ねこや 青梅市住江町55 青梅商店街 青梅市住江町65 ガラリーー はこ哉 青梅市住江町7 ふうせん 青梅市大門3-26-9 大門市民センター 青梅市大門2-288 かわ村 青梅市富岡 八木燃料店 青梅市長瀬3-311 タマプリント 青梅市長瀬8-198-6 赤塚不二夫館 青梅市西分 蕨蔵 青梅市西分町3-127 かすみ内装 青梅市野上町1-49-2 つつじや 青梅市野上町2-283-1 たまご倶楽部 青梅市野上町3-24-3 梅郷市民センター 青梅市梅郷1-33 紅梅園 青梅市梅郷3-905-1 ついてるショップいしかわ 青梅市梅郷6-1418-6 スイートプラム 青梅市東青梅1-177-3 青梅法人会 青梅市東青梅1-7-7 火打庵 青梅市東青梅2-12-6 美容院 ビビ 青梅市東青梅2-14-31 ガラリーー門 青梅市東青梅3-5-12 長谷川歯科医院 青梅市東青梅5-9-24 井中居 青梅市藤橋2-32 プリヂスタンタイヤ奥多摩園 青梅市二俣尾1-264

おくたま路 青梅市二俣尾2-371 中野電気 青梅市二俣尾2-716-1 グラスワークスタジオ ミナミ 青梅市本町120 溪竜 (中華料理店) 青梅市御岳1-167 御岳山登山鉄道 青梅市御岳2-483 河鹿園 青梅市御岳本町335 ファレノクリスタル長沢 青梅市師岡町1-170-1 小澤会計事務所 青梅市師岡2-36-1 東青梅市民センター 青梅市師岡3-9-6 FUFU 青梅市師岡4-13-1 アムリタ 青梅市師岡町4-11-1-103 櫛かんざし美術館 青梅市柚木町3-764-1 ガラリーー木の花 青梅市和田2-240 石挽そば 並木 青梅市和田2-240 アイムホーム (喫茶) 青梅市和田2-258-1 成康工務店 青梅市黒沢2-1198-8 BEAUTY RESORT oluolu 青梅市千ヶ瀬町2-262-19 トスカーナ 青梅市河辺町10-5-4 なかい 奥多摩町大丹波175 ちわき 奥多摩町大丹波618-1 水香園 奥多摩町川井640 山鳩 奥多摩町棚沢380 丹三郎 奥多摩町丹三郎260 SRT株式会社 埼玉県入間市鍵山3-11-6 つるぎ総合内装 西多摩郡瑞穂町南平2-38-15 フランセス教会 八王子市散田町2-7-32 真幸メガネ 羽村市小作台2-6-7 大柴接骨院 羽村市小作台1-5-3 美容院オザック 羽村市小作台1-15-8 レイショップ モア 羽村市小作台1-2-15 エルムンド 羽村市五ノ神1-8-3 アクセルオート 福生市加美平1-27-8 三進堂 福生市福生654 栗原行政書士事務所 福生市福生891-12 黒茶屋 あきる野市小中野167 学研教室 立川市柴崎町3-11-4千代田生命ビル5 F ジュエアンドイデザインテック 渋谷区笹塚1-52-18

○上記以外にもご協力いただいている場所・皆様も多数ございます。ご協力に感謝申し上げます。

次号 vol. 37 は、平成23年10月ごろ発行の予定です。

ぷらむニュース秋号 Vol. 36 平成23年7月15日発行 発行人 なかごめますみ 編集発行 ぷらむニュース社 東京都青梅市河辺町10-10-8 TEL/FAX 0428-21-0909 表紙の絵 清水真奈 デザイン 塩澤孝介 印刷：(株)タマプリント

## 読者プレゼント

「小澤酒造株式会社」様から  
「ひやおろし 720ml」を 3名様

「JA西東京」様から  
「夏野菜の詰め合わせ」を 3名様

「すし市場 なかむ」様から  
「お食事券 (2000円)」を 2名様

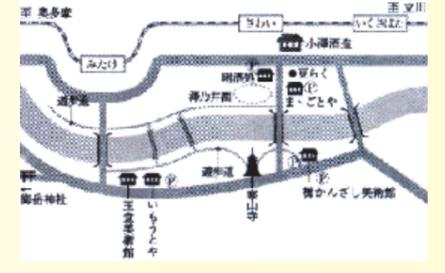
「青梅不動産」様から  
「青梅の名産品 (何かはお楽しみ)」を 2名様

■応募方法  
官製はがきに、希望商品・住所・氏名・性別・年齢・電話番号・ぷらむ夏号の感想などを書いて、ご応募下さい。締め切りは、9月15日(消印有効) 当選者の発表は、商品の発送をもってさせていただきます。

■応募先  
〒198-0036 東京都青梅市河辺町10-10-8 「ぷらむニュース」編集部・プレゼント係

# ほっと Space 澤乃井 ガーデンギャラリー

青梅線沢井駅から徒歩5分、小澤酒造・澤乃井園敷地内にあるギャラリーは、年間を通して絵画、陶芸、漆芸、書、写真など、各方面の芸術家に開放し利用されています。多摩川遊歩道の散歩がてら、気軽に「芸術の夏」はいかがでしょうか。ギャラリーの2階にはきき酒処があり、ギャラリー前の庭園ではお酒、軽食が楽しめます。庭続きに「ままごと屋」、「豆らく」などの食事処もあり、芸術も食欲もまとめて堪能できるスペースとなっています。



### 夏の澤乃井 ガラリーー スケジュール

- 7月5日(火) ~7月31日(日) 澤乃井八雲神社 獅子舞写真展
- 8月2日(火) ~9月4日(日) 友遊撮影倶楽部 「美神レンゲショウマ 魅惑の世界発見展」
- 9月6日(火) ~9月18日(日) 石川麻 個展
- 9月20日(火) ~10月2日(日) 石川あき子陶展 & 藤野たみこ絵画展
- 10月5日(水) ~10月30日(日) 又三郎写真個展

**問い合わせ先**  
小澤酒造株式会社 澤乃井ガーデンギャラリー  
電話 0428-78-8215 or 0428-78-8210  
HP <http://www.sawanoi-sake.com>

# ほっと Space 駅前温泉 河辺温泉 梅の湯

青梅線河辺駅北口のまん前にある河辺タウンビルB 5階に河辺温泉「梅の湯」の入り口がある。東急、駅と連結した場所なので買い物、仕事帰りに気軽に寄ることが出来る。シャンプー、リンス、化粧水、乳液有、貸タオル(タオル52円、バスタオル105円) 主浴槽は源泉循環式。アルカリ性のせいか、入浴して3分もすると、肌がすべすべしてくる。露天風呂はマンションや商業施設に囲まれた環境であることを忘れてしまうような空間になっている。他に備長炭・水風呂、エステ湯、サウナなどがある。梅の湯内にある、「癒し処リラクゼーション河辺」は、ボテイクア(15分1500円)。40分3800円のコースを試してみたが実に本格的なマッサージで背中、肩のコリが気持ちよく改善された。(フットケア

は20分2100円) 韓国式あかすりもおススメだ。韓国人の女性施術者が韓国から取寄せた塩を使い、体中をキュッキュとこする。体はもちろん心の疲れまできれいさっぱりと流される気がした。あかすりに は皮膚の新陳代謝を促し、血行がよくなる効果があるという。

「韓国式エステはキャビアコース」はキャビアとコラーゲンを使ったマッサージ、キャビアのバック40分5200円で、何とも贅沢なエステである。今度、頑張った自分へのご褒美に試してみたい。(他にBODYリンパコース60分6500円)

風呂上り、食事処「梅寿庵」でのビールが格別だ。4名〜最大36名の宴会場もある。



源泉循環式浴槽



露天風呂



食事処「梅寿庵」

**河辺温泉 梅の湯**  
青梅市河辺町10丁目8-1 河辺タウンビル5、6階  
営業時間：午前10時~午後11時30分(最終入館：午後11時)  
基本料金：大人840円 子供420円  
午後9時からナイト料金(大人525円、子供210円)  
年末年始・GW・お盆：3時間まで大人945円、子供525円  
定休日 毎月第3水曜日(1、2、8、12月は休まず営業)