耳寄り情報

市立三笠高校1期生が作る 愛情たっぷりの定食
ごはんcafe あむっと

市立三笠高校の第1期生、畑澤愛花さんが昨年6月にオープンしたカフェです。三笠市の地域おこし協力隊として活躍中に、ご主人と知り合い結婚。現在、1児の母でもある畑澤さんが愛情たっぷりに作るお料理は、できる限り地産地消、北海道産食材を心がけています。地元の常連客のほかに、イベントの出店で、出会った人が店舗に足を運んでくれたり、ドライブがてら遠方から訪れるお客様も多いとか。仕事に家庭に多忙な日々ですが、「三笠は人があたたかく子育てしやすいまちです」と、明るい笑顔。定食のほかガトーショコラが人気のスイーツ類やドリンクも楽しめます。ぜひ一度お立ち寄りください。

▲週替定食はお魚orお肉メインの2種類

▲静かな住宅街にあるカフェ

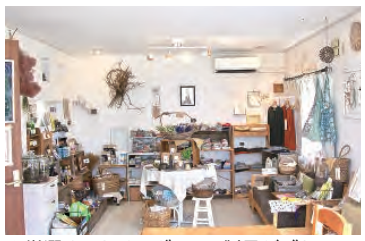
▲カウンター席があり一人でも利用しやすい

ごはんcafe あむっと
- ●電話/090-8043-8934
- ●住所/三笠市多賀町3-1
- ●営業時間/11:00～15:00（LO14:30）
- ●定休日/日・月曜日・祝日
- ●P/店舗で確認

心と身体が癒されるとっておきの空間へ
Organic Shop & Reflexology りすの散歩道

大きな空。美しい田園。栗沢町の住宅街に、静かに佇む小さな隠れ家。扉を開けると、1階にはハーブや化粧品、オーガニックの生活雑貨がいっぱい。2階はハーブティーが楽しめるカフェと、リフレクソロジーのお部屋が広がります。出迎えてくれるのは、笑顔がすてきな店主の桃井みずえさん。リフレクソロジーをはじめ、自然療法を学び、身体の不調や健康相談にも応じてもらえます。リラックスした雰囲気の中で、おいしいハーブティーをいただきながら、身も心も軽やかになる贅沢な時間。ほかにもよく当たると評判の数秘占いは、人生のヒントが見つかるかもしれません。興味のある方におすすめです。

▲自家栽培のハーブの庭と店主の桃井さん


▲厳選されたオーガニック製品がずらり

◀大きな窓が心地いい

見た目も爽やか▶ハーブティー♪

Organic Shop & Reflexology りすの散歩道
- ●電話/080-4386-1835
- ●住所/岩見沢市栗沢町本町144
- ●営業時間/12:30～17:30（火・水・日曜日営業）
  - ※リフレクソロジー（完全予約制10:00～）
  - ※秘数セッション（完全予約制10:00～、17:00～）
- ●定休日/月・木・金・土曜日
- ●リフレクソロジー 3850円、秘数セッション3300円（追加簡易鑑定550円）
- ●P/有

くちこみ★グルメ情報

江別市
レストラン あおい

▲「テーブルオーダーバイキング」3300円

▲国道12号沿にあるレストラン

和洋中た～っぷり 贅沢なバイキング♪

江別市野幌で「おいしいものをできるだけ低価格で」をモットーに、地域に親しまれている和洋中レストランです。お味はもちろんのこと、メニューが豊富で幅広い年代のお客様に人気があり、三世代が一度に食事ができると好評です。ランチで人気ナンバーワンは、具だくさんで食べ応えのある「五目あんかけやきそば」。ディナータイムは、2名から利用できる「テーブルオーダーバイキング」がおすすめ。お料理とソフトドリンクが90分食べ飲み放題で、注文してから調理し、テーブルまで運んでもらえるという嬉しいプラン。レストランは全席テーブル席で、シェードで仕切るボックス席やカウンター席のほか個室も用意されています。

レストラン あおい
- ●電話/011-802-9952
- ●住所/江別市野幌町41番地 あおいビル2F
- ●営業時間/11:00～15:00、17:00～21:00（LO20:30）
- ●定休日/月曜日　●P/40台

▲「五目あんかけ焼きそば」1080円

長沼町
さんぼんぎ

▲盛りだくさんのカレーは1380円～1550円。200円追加で食後のミニドリンク付

▲長沼商店街にある店舗は入口正面の看板が目印

長沼産の米と野菜で作るヤミツキなインドカレー♪

今年1月に町内から移転。リニューアルオープンしたカレー専門店です。開放的なガラス張りの店構えで入口にはベンチがひとつ。店内はご主人のセンスあふれるDIY。カレーのタイプはスープでもルゥでもない、スパイスを効かせたとろみのあるインドカレー。長沼産の旬野菜でカレーが決まるというまさに地産地消。ここでしか味わえない一皿です。プレートの上にはカレー2種と惣菜が乗って欲張りに味わえるのも人気のヒミツ。「近所の農家さんの協力をいただいて出来上がったカレーです」と、ご主人の出村孝幸さん。コク旨カレーと新鮮野菜の名コンビ。遠方からのリピーターが多いのも納得のおいしさです。

▲木を基調としたユニークなインテリア

さんぼんぎ
- ●電話/080-3757-3139
- ●住所/長沼町旭町北1-6-1
- ●営業時間/11:00～16:00（平日限定14:00～カフェ利用可）
- ●定休日/日・月曜日（ほか不定休あり）　●P/15台

ごはんcafe あむっと「ドリンク100円引き」お得なクーポン券
（期限2024年9月7日～10月3日まで 但し、イベント出店や臨時休業を除く）※1枚のクーポンで1名様迄

レストラン あおい「ソフトドリンク1杯サービス」お得なクーポン券
お一人様毎2000円以上ご注文の場合（期限2024年9月7日～10月5日まで）※1枚のクーポンで4名様迄