

Doos[☆]ど〜す

新潟で頑張る女性のための情報マガジン

3・4

2022vol.150

TAKE FREE!

ご自由にお持ち帰り下さい。



からだにやさしい。

甘酒 スイーツ

おすすめレシピ



からだにやさしい。

甘酒スイーツ

おすすめレシピ

春休みに作ろう!

体にやさしくて、おいしい甘酒スイーツレシピをご紹介します

01.

甘酒 フレンチ トースト



砂糖不使用の

やさしい甘さ

材料

森永甘酒または森永冷やし甘酒 … 1缶
食パン(6枚切) …………… 3枚
卵 …………… 3個
バター …………… 少々
<仕上げ>
森永メープルシロップ
(またはケーキシロップ) …………… 適量
粉糖 …………… 適宜

作り方

1. 食パンは1/4にカットしてパットに並べる。
2. ボウルに卵を割りほぐし、甘酒を加えてよく混ぜる。
3. 【1】に【2】を流しいれラップをかけて冷蔵庫に入れ2時間以上おく。
4. フライパンを弱火にかけバターを入れ【3】を並べる。ふたをずらしてかけ、きれいな焼き色がつくまで片面7~8分ずつ焼き、中央が膨らんできたら焼き上がり。

春色スイーツ

見た目も華やか



02.

ふわふわ 甘酒ムース

材料 (プリンカップ 4個分)

森永甘酒 …………… 300cc
クックゼラチン…………… 5g
牛乳 …………… 100cc
生クリーム …………… 150cc
いちご(トッピング用) ……… 1個

作り方

1. あたためた牛乳にクックゼラチンを加えて混ぜる。
2. そこに甘酒を加えて混ぜる。(少し冷ます)
3. 生クリームを7分立てし、【2】に混ぜる。
4. 容器に移して、冷蔵庫で固まるまで冷やす。
5. お好みでいちごをトッピングしたら完成。

今回使用した商品



森永 甘酒 (缶)
190g



森永 冷やし甘酒 (缶)
190g



クックゼラチン
30g(5g×6袋)



メープルシロップ
150g

今回ご紹介したレシピはWebサイトでもご覧いただけます

森永 天使のお菓子レシピ ▶ <https://www.morinaga.co.jp/recipe/>



 Present!

景品記号
150A

冷やし甘酒・クックゼラチンセット

・森永 冷やし甘酒 190g 1缶
・クックゼラチン 30g(5g×6袋) 1箱 **20名様**



応募方法は15ページ

Cinema

野口智美のハッピーシネマ

フリーアナウンサー・野口智美がオススメ♪
観ればハッピー♡になれる映画をピックアップ!

フリーアナウンサー 野口智美

多い日には1日で3本もユナイテッド・シネマ新潟で映画鑑賞するほど映画好きな自称・新潟のLiliCo(笑)現在、ラジオ番組でパーソナリティを務める他、イベントやスポーツMC、婚礼司会などを担当している。ブログ(野口智美のころりんご)やTwitter (@214tomomi)、Instagram (214tomomi)なども随時更新中!



photo by KENSAKU KAKUTA
styling at HIKARIYA BARBERS

野口さんのお仕事は
サイトでチェック♪



イベントや結婚式の司会など、野口さんにお仕事を依頼できます。
お問い合わせはこちら ▶ <http://e-niigata.info/noguchi/>

ユナイテッド・シネマ新潟 <http://www.unitedcinemas.jp/niigata/>

人気・実力共に申し分なしの豪華なキャスト、2作品をご紹介します!

1 2月18日(金) 公開「グッバイ、ドン・グリーズ!」

読者アンケートで「アニメも紹介してほしい」というご意見をいただいたので、今回は大人の皆さんにもオススメのアニメーションをご紹介します。東京から少し離れた田舎町に暮らす少年・ロウマ。周囲と上手く馴染むことができないロウマは、同じように浮いた存在であったトトと二人だけのチーム“ドン・グリーズ”を結成。その関係はトトが東京の高校に進学し、離れ離れになっても変わらないはずでした。そして、高校1年生の夏休み。それは新たに“ドン・グリーズ”に加わったドロップの何気ない一言から始まります。ドロップの言葉にのせられた結果、山火事の犯人に仕立て上げられてしまったロウマたちは、無実の証拠を求めて、空の彼方へと消えていったドローンを探しに行く羽目に。ひと夏の小さな冒険は、やがて少年たちの“LIFE(生き方)”を一変させる大冒険へと発展していくのです。声の出演には、花江夏樹、梶裕貴、村瀬歩、花澤香菜など実力・人気を兼ね備えた声優陣がズラリ。主題歌は[Alexandros]が担当。大人も子供も一緒に楽しめる贅沢なアニメーション作品を是非、ユナイテッド・シネマ新潟でご堪能ください。



© Goodbye, Don Glees Partners

2 2月23日(水・祝) 公開「ドリームプラン」

こちらはユナイテッド・シネマ新潟のマネージャーさんが悩みに悩んで「是非、紹介させてください!」とオススメする一押しの作品です。過去2度、アカデミー賞にノミネートされ、人気・実力共にハリウッドのトップを極めたウィル・スミスの最新作。彼が映画化を熱望したのは、世界最強のテニスプレイヤー、ピーナス&セリーナ・ウィリアムズ姉妹を世界チャンピオンに育て上げた実父リチャードの



© 2021 Warner Bros. Entertainment Inc. All Rights Reserved

「計画書=ドリームプラン」にまつわる〈驚きの実話〉でした。リチャードは姉妹が生まれる前にTVで優勝したテニスプレイヤーが4万ドルの小切手を受け取る姿を見て、「娘を最高のテニスプレイヤーにしよう!」と決意。テニスの教育法を独学で研究し、「世界チャンピオンにする78ページの計画書」を作成。誰もが驚く常識破りの“ドリームプラン”を実行し続けたのです。そのプランでいかにして2人の娘が世界の頂点へ上りつめるのか?期待を裏切らないウィル・スミスの見事な演技と実話を基に描かれる感動のストーリー。エンディングテーマはセリーナと親交の深いピヨンセが担当。この映画の為に書き下ろした新曲は必聴です。



Happy Cinema
Present!

映画券
150B

ユナイテッド・シネマ映画招待券 1枚10名様
Present by ユナイテッド・シネマ

応募方法は15ページ



今月、とっておきの本。



『ドカベン』『あぶさん』などの野球漫画を世に送った水島新司さんが、一月十日に亡くなった。新潟市出身の偉大な漫画家だった。累計発行部数は七千万部以上、プロ野球界への貢献、人気キャラクターの銅像が商店街に並ぶ……。訃報に際して様々な媒体で語られたエピソードは、その人気と人柄の良さを再確認させてくれた。

しかし、「漫画家」としての真価に触れる記事が少ないのは残念だった。もっと語るべきではないだろうか？水島新司さんが漫画の歴史を変えた、その革命を――。

水島漫画以前、スポーツを描いた漫画はスポ根と呼ばれていた。『巨人の星』に代表されるスポ根とは、主人公が根性で過剰な特訓を耐え抜き、勝利と栄光を掴む物語だった。しかし、この物語構造は連載が長期化すると、特訓がより過酷を極めることになる。課せられた主人公はその代償として骨折などの

故障を伴い、やがて悲劇のラストへと辿りつく。主人公の死あるいは選手生命を絶たれることでしか終われない宿命を、スポ根は背負っていた。そして、苦しみ続ける主人公の姿に読者は目を背けるようになり、やがて離れていった。スポーツを題材とした漫画はスポ根の終焉とともに終わる。そんな漫画界の状況をがらりと変えたのが水島新司さんだった。

水島漫画は革新的な物語構造を有していた。それは、「人間ドラマを描くために野球を題材とする」スポ根の構造から、「野球を面白く描くために人間ドラマを盛り込む」スポーツ漫画の構造への再構築だった。これは驚くべき発想の転換である。今では当たり前過ぎてピンと来ないかもしれないが、漫画の認識を根底からひっくり返す奇想だ。スポーツの試合展開だけで面白い漫画が作れるのであれば、漫画の裾野は大きく広がる。偉大なイノベーションだった。

ンだった。

水島さんはあらゆる要素を駆使して、読者が試合展開に夢中となるように、スポーツ漫画の方程式を確立していく。個性的なプレイヤー（ボール玉の悪球しか打てないバッター）、勝負どころで挿入される回想シーン（『ドカベン』31巻をぜひ！）など……。そして、なによりも野球はプレイできるだけで素晴らしい。そんな競技への感謝の気持ち作品を満ちたとき、その作品が多幸感に包まれることを発見した。

これらの水島メソッドは『スラムダンク』などの名作に継承されて、いまま漫画の発展に寄与している。漫画を語るうえで、水島新司さんは欠かすことができない存在であり、その功績に感謝を尽くしたい。ありがとうございます。



『ドカベン 31巻』
著：水島新司
461円

萬松堂

所在地／新潟市中央区古町通6番町958番地
TEL/025(229)2221 FAX/025(229)4331
営業時間／10：00～19：30
(日曜・祝日は10：00～19：00)
定休日／元日のみ
<http://banshodo.net/>



“萬松堂”売り上げ Best10

[2022年1月30日集計]

1位	ヒトの壁	養老孟司/新潮社	858円
2位	黒牢城	米澤穂信/KADOKAWA	1,760円
3位	塞王の橋	今村翔吾/集英社	2,200円
4位	無敵の読解力	池上彰/文藝春秋	935円
5位	月夜の森の泉	小池真理子/朝日新聞出版	1,320円
6位	探花	今野敏/新潮社	1,815円
7位	今を生きるあなたへ	瀬戸内寂聴/SBクリエイティブ	990円
8位	李王家の縁談	林真理子/文藝春秋	1,760円
9位	新潟のトリセツ	昭文社 旅行ガイドブック編集部	1,760円
10位	黛家の兄弟	砂原浩太郎/講談社	1,980円

投稿大募集!

めざせ!新潟の達人

掲載作品にはこのマークが付きます!



各コーナー 1回掲載されるごとに「初級・中級・達人」とステップアップ。
一緒に DooS と新潟をたのしみませんか!

我が家の常識

知られることのない
家庭だけのきまり
習慣・常識を公開!

家族みんなで発表会

夕食時には必ず家族3
人で良かった出来事日
記に書いて発表します。
(長岡市/オムライスさん)



うちの旦那は

お気軽に旦那さん
エピソードを送ってね!

ここが嫌!でもこんなところは良い。旦那さんの話を募集!

20年目の記念日

おめでとうございます!

お互いに再婚同士で2月22日に結婚して20年目になります。私自身、2人の子どもを連れての再婚。最初は不安ばかりだったけど、2人を愛してくれる夫です。当時、小学生と幼稚園だった子どもたちも30歳と26歳になり、社会人として頑張っています。(長岡市/みー)

緑色が好き

帽子もめがねもインナーもジャケットも、全身緑色でお出かけします。(東区/こだぬき)

トイレに入っている時間が長い

子どもたちと「パパはトイレとお友達だね」とよく話しています。(阿賀野市/のぶちゃん)



新潟の達人になると「達人認定証」をプレゼント!

作品は紙面に掲載いたします。さらに達人達成(3回目の投稿掲載)で、後日「達人認定証」をお届けします!
※合わせて粗品を進呈いたします。

募集中のコーナー

▶「がた一句」「我が家の常識」「うちの旦那は」

投稿方法

応募フォームはこちら



13ページの応募はがき②~⑫を必ずご記入のうえ、右記の投稿フォームかメールまたは、はがき、FAXでご投稿ください。
※コーナー名とペンネームの記入をお忘れなく!



メール

doos-k@doos.jp

FAX

025-290-5778

※パケット通信料はお客様負担となります。

🗨️ 読者コメント DooS プレゼントですが、たまに金券があると嬉しい。これからも同様の賞品を用意してほしいです。(中央区/女性)
⇒ 大人気の金券♪これからもプレゼントコーナーをお見逃しなく!たくさんのご応募お待ちしております! (^_^)



Every Day Bungkan.

まいにち、文具館。

文具館タキザワ / PENBOXより、毎日の仕事や生活、趣味を楽しく彩る役立ち文房具、筆記具をご紹介します。今後ともお付き合い何卒ヨロシクお願い致します。

vol. 014

透け感が、新鮮。

ヤマト名作のり「アラビックヤマト」が限定クリアカラーになりました！

今までになかった透け感ある容器と、POPなラベル色で新鮮！確かな接着力とデスクに映える可愛さが、魅力の一本なのです。

完売必至につき、お早目にどうぞ！



各色 187円(税込)

2/26から スプリングセール開催



新入学、新社会人の新生活準備は順調でしょうか。ワクワクする新しい出会いも増え、春レターで御挨拶する機会も増えますよね。文具館タキザワ、PENBOXは2/26からスプリングセールを開催致します。皆様の新生活準備やギフトを全力応援致します！ぜひ遊びにいらして下さいませ！

Shop data



十日町本店	十日町市本町2丁目325番地2 tel.025-757-2191	六日町店	南魚沼市川窪1186-2 tel.025-772-7822
長岡店	長岡市蓮湯1丁目1-36 tel.0258-86-5660	魚沼店	魚沼市佐梨788-3 tel.025-793-3008
PENBOX (小針店)	新潟市西区小針3丁目1-1 tel.025-378-1656	小千谷店	小千谷市平沢1丁目1-6 tel.0258-82-1199

読者コメント 「まいにち、文具館」で紹介されたボールペンを買いました。ちょっと高額ですが書きやすいです。(中央区/男性)
⇒ ありがとうございます！日常的に使うボールペンですから、やはりスラスラかけると嬉しいですよ♪ φ (^) ^

3

2022
March



FM 新津 毎週土曜日 18:00 ~ 19:00
にいかた JOB-EXPO PRESENTS Let's go Rabbits!



sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
2/27	2/28	1 大安	2	3	4	5 啓蒙 スノーエスアイVIAin越路 長岡市越路体育館 他
6 大安	7 みわ誕生日おめでとう	8	9 初衣ちゃん♥11歳おめでとう	10	11	12 大安 ピーアイテイ設立記念日
13 結愛ちゃん誕生日おめでとう	14	15	16	17 『生涯学習推進センター』 映画鑑賞会⇒詳細は13ページ	18 大安 彼岸	19 高田城址公園観桜会 上越市 高田城址公園 4月10日(日)まで開催
20 初衣のママお誕生日おめでとう	21 春分の日	22	23	24 大安	25 新潟に転勤で異動後1年記念日	26
27 『生涯学習推進センター』 映画鑑賞会⇒詳細は13ページ	28 じーちゃん87歳誕生日おめでとう	29	30 大安	31	4/1	4/2
4/3	4/4	4/5	4/6	4/7	2 S M T W T F S 6 7 1 2 3 4 5 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28	

【Doosカレンダーに記念日をご記入ください】 皆さんの大切な記念日を掲載いたします！投稿方法は15ページをご覧ください。



sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
3/27	3/28	3/29	3/30	3/31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
大安 祝 『生涯学習推進センター』 映画鑑賞会⇒詳細は13ページ		清明 祝 ゆずちゃんお誕生日おめでとう		『生涯学習推進センター』 映画鑑賞会⇒詳細は13ページ 祝 仁市さん68歳おめでとう！		大安 祝 『生涯学習推進センター』 映画鑑賞会⇒詳細は13ページ
10	11	12	13	14	15	16
『生涯学習推進センター』 映画鑑賞会⇒詳細は13ページ		春まつり 白山神社 中央区 白山神社 4月18日(月)まで開催		『生涯学習推進センター』 映画鑑賞会⇒詳細は13ページ	大安 祝 秋葉ハントメイクラフト展 新津フラーランド 4月17日(日)まで開催	
17	18	19	20	21	22	23
土用入			穀雨	大安 祝 15回目の結婚記念日		チューリップフェスティバル 胎内市 長池緑の森公園 5月4日(水)まで開催
24	25	26	27	28	29	30
『生涯学習推進センター』 映画鑑賞会⇒詳細は13ページ Birthdays ソノソノBirthdays	ひさしくんお誕生日おめでとう	祝 ことちゃんおめでとう	大安 祝 藤原堂山開き 田上町藤原堂ふれあい広場 祝180歳洋子さん	祝 昭和の日		
5/1	5/2	5/3	5/4	5/5	5 S M T W T F S 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	

日常に取り入れる! 「ながらトレーニング」で鍛える

トレーニングというと、毎日継続するのは大変で長続きしなくなってしまうがちですが、「ながらトレーニング」は食器洗いをしながら…洗濯を干しながら…歯磨きをしながら…と、普段の動きの中にプラスするだけなので、取り入れやすく続けやすいのでおすすめです!

トレーナー紹介 ▶ トレーナー やましな あきこ 山科 亜紀子さん

大学卒業後、専門学校で鍼灸あん摩マッサージ指圧師の国家資格取得。専門学校卒業後、7年間鍼灸マッサージ医院勤務。大学在学中から大学NO1ラグビー部トレーナーとして8年間選手を支える。(流選手・姫野選手・中村選手など)現在は、陸上競技連盟に所属し、東京オリンピックでは陸上競技のトレーナーとして活動した。



テレビを見ながらストレッチ



① 横向きで寝っ転がりながら

② 肩甲骨から大きく回す

※痛みがあれば動かせる範囲で

POINT 01 リラックスして、肩甲骨から動かすこと。出来るだけ大きく回す。

POINT 02 鎖骨から肩甲骨にかけて意識をして、伸ばしながら肩甲骨を動かす。(写真の○印)

新潟アルビレックスBBラビッツの最新情報はHPでチェック!
TwitterやInstagramも随時更新中。

新潟アルビレックスBBラビッツ オフィシャルサイト <http://www.albirexbb-rabbits.com/>

スマホからも
チェック!



Present!

景品記号 **150C** #1 宮坂
景品記号 **150D** #5 中山
景品記号 **150E** #7 北川
景品記号 **150F** #12 金沢
景品記号 **150G** #33 菅原

選手直筆サイン入り
缶バッジ

2個セット各**1**名様
応募方法は15ページ



PICK UP!

ここにしかない、仕事に出会おう!

新潟の求人情報サイト「にいがたJOB-EXPO」に掲載されている企業をご紹介します。
他の求人サイトにはない、個性的な企業の中から一部をPICKUP!ここで新しい働き方探してみませんか?

進和電設株式会社

この街の未来をつなぐ

当社は、主に電気及び電気通信に係わる業務に携わっております。
毎日の生活に必要な電力及び通信、情報サービスを安定して利用できる環境を目指し、皆様の豊かな生活の一翼を担えるよう、今後も業務に誇りを持ちつつ努力を継続して参ります。

仕事内容

現在、電気工事及び電気通信技術者を募集しています。
過去の採用実績では未経験者が半数を占めており、未経験の方でも安心して働ける環境です。ご応募お待ちしております!

所在地: 新潟県魚沼市小出島897番地7

詳しい求人情報は、QRコードからチェック! >>



NEWS!

にいがた JOB-EXPO PRESENTS

FM新津76.1MHz Let's go Rabbits!



出演

パーソナリティ
新潟アルビレックスBBラビッツの選手
アシスタント
フリーアナウンサー 野口智美

番組概要

バスケットボール女子・新潟アルビレックスBBラビッツの選手たちがパーソナリティを務めるラジオ番組。昨年1月から60回以上に渡り放送をしてきましたが惜しまれつつも3月いっぱい番組が終了となります。試合ではなかなか結果が出ないラビッツにたくさんのメッセージと応援をいただき、本当にありがとうございました。番組をきっかけにラビッツの選手たちを身近に感じていただけたら嬉しいです。これからも新潟アルビレックスBBラビッツを応援してくださいね。

放送予定

毎週土曜日 18:00~19:00(再放送 翌週水曜日 20:00~21:00)

3月
いっぱい



▲ 左:宮坂選手、中:諸橋工務店 澤井社長、右:菅原選手

FM新津はインターネットで全国どこからでも聴くことができます。
ホームページ右側の「サイマルラジオ」のバナーをクリック!

▶ FM76.1MHz RADIO CHAT <http://www.chat761.com/>

今までありがとうございました!

FM新津76.1

検索



DooS
スタッフ

全国のおいしいもの集めました!

厳選いちば

他にも厳選商品あります!
DooSサイトでチェック
▶ <http://www.doos.jp/ad.html>



※2月25日時点での情報です。販売が終了している場合がございます。ご了承ください。詳しくは申し込み電話番号にてお問い合わせください。

赤味噌と麦味噌を ブレンドしたさばの味噌煮



初回限定
お試し価格

1個 **398円** (税込)

※800円～1210円の送料が別途かかります。

8個以上お買上げで

送料無料



脂のり抜群のさばに合わせた
岡山県産味噌の旨み

食に、夢とロマンを提供します
株式会社魚宗フーズ
〒702-8002
岡山県岡山市中区桑野709-10

●お申し込みはお電話で ●受付時間 9時～17時 (定休日:土日祝)

☎ 050-1865-2191

●商品お届けまで約7日。●お支払は銀行振込。●食品につきお客様都合による返品はお受けできません。ご了承ください。
●お預かりした個人情報は商品の発送・サービスのご案内のみに使用いたします。

管理栄養士監修 薬売りのねりきなこ



明治八年、「岡内千金丹」を胸焼け、腹痛の薬として考案し創業。その後、明治、大正、昭和にわたり薬売りとして全国に行商していました。現在も、皆様の健康を支えられる美味しい食品をお届けしております。



内容量: 1個95g

580円 (税込)

通常送料
660円
(税込)

**4個以上
お買上で
送料無料**

●当広告からお注文のお客様に限り有効。



お餅やアイスにつけても美味しい

老舗和菓子店でも使用されている
「香ばしさとコク」が特徴の
「京都府産こがしきな粉」
100%使用

大豆
イソフラボン
配合

添加物
不使用

サッと
塗れて
使いやすい



●お申し込みはお電話で ●受付時間 9:30～17:00 (月～土)

☎ 050-1865-2242 千金丹ケアーズ株式会社 〒769-0103 香川県高松市国分寺町福家甲154-2

●お支払いはコンビニ・郵便局振込、または代引き支払いのみ。●お届けは、ご注文日より約1週間以内。●食品のため返品不可。
●お客様の個人情報は、商品のお届け・ご請求・お支払い等の確認・当社の製品情報や各種サービスに関するお知らせ等にご利用させていただきます。

整理券の配付日については、右記ホームページ「ラ・ラ・ネット」<https://www.lalanet.gr.jp/>または、電話 ☎ 025-284-6110 にてご確認ください。

期日	時間	内容
3月17日(木) 3月27日(日)	13時30分～ 15時20分頃 (13時開場)	【ビューティフルアイランズ～気候変動沈む島の記憶～】(2009年) 気候変動により、近い将来に沈むかも知れないという危機に直面しているツバル、ベネチア、シシマレフ島のドキュメンタリー。
4月7日(木) 4月10日(日)	13時30分～ 15時50分頃 (13時開場)	【にいがた偉人伝】(2017年 BSN 新潟放送) 池田恒雄／吉田東伍／杉本鉦子／亀倉雄策／中村十作 水島あやめ／佐々木象堂／富岡惣一郎／天田昭次／岩田正巳 ※4月の上映会の期日や内容は、状況により変更することがあります。
4月14日(木) 4月24日(日)	13時30分～ 15時頃 (13時開場)	【ダブルシフト パパの子育て奮闘記】(2005年 日本語字幕) 出産後に仕事復帰した母親エマと、育児休暇を職場に言い出せない父親ヨナス。ふたりが、ママとパパに、そして家族になるまでのストーリー。 ※4月の上映会の期日や内容は、状況により変更することがあります。

【会場】新潟県立生涯学習推進センターホール／新潟市中央区女池南3-1-2(県立図書館複合施設)

【定員】各日63名・整理券を事前に配付・無料 【お問い合わせ】☎025-284-6110

(切り取り線)

郵便はがき

9500087

お手数ですが
63円切手を
お貼りください。

新潟市中央区東大通2-3-26 プレイス新潟2F
株式会社 ピーアイティ

DooS編集局
2022年3・4月号 vol.150プレゼント係

①ご希望プレゼント

150A・150B・150C・150D・150E・150F・150G・150H 希望

②ふりがな			⑤性別	女・男
③お名前				
④電話番号 ()	-			
⑥ご住所	〒			

個人情報の取り扱いについて

●株式会社ピーアイティ・DooS編集局は応募者本人の承諾無しにハガキに記載された個人情報を、第三者機関に提供・預託することはありません。●このハガキはプレゼントの発送を目的とし、連絡先の明記が無いものは対象外と致します。●個人情報に関するお問い合わせは、下記までお願いいたします。
■株式会社ピーアイティ・DooS編集局 TEL025-243-1739 受付時間・平日9:00～18:00(土日・祝日・年末年始を除く)

(切り取り線)

【新潟市中央区】

ウオロク馬越店 様
ウオロク神道寺店 様
ウオロク関屋店 様
ウオロクデッキィ401店 様
ウオロク鳥屋野南店 様
ウオロク女池店 様
カーブドッチとやの 様
新潟駅万代口観光案内センター 様
新潟県立生涯学習推進センター 様
新潟県立図書館 様
萬松堂古町本店 様
ピア Bandai 様
本間印舗 様

【新潟市東区】

ウオロク河渡店 様
ウオロク中野山店 様
ウオロク牡丹山店 様

【新潟市西区】

ウオロク内野店 様
ウオロク上新栄町店 様
新潟ふるさと村案内所 様

【新潟市南区】

ウオロク白根大通店 様

【新潟市北区】

ウオロク葛塚店 様
ウオロク豊栄店 様
ウオロク松浜店 様

【新潟市秋葉区】

ウオロク新津店 様
新潟市新津美術館 様

【新潟市江南区】

ウオロク亀田店 様

【新潟市西蒲区】

ウオロク巻店 様
カーブドッチワイナリー 様

【村上市】

ウオロク村上店 様
ウオロク村上東店 様

【胎内市】

ウオロク中条店 様

【新発田市】

ウオロクコモ店 様
ウオロク住吉店 様
ウオロク東新町店 様
ウオロク緑店 様
エフエムしばた 様

【聖籠町】

ウオロク次第浜店 様

【阿賀野市】

ウオロク岡山店 様
ウオロク水原店 様

【五泉市】

ウオロク五泉店 様

【燕市】

ウオロク燕店 様
ウオロク吉田店 様



【三条市】

ウオロク興野店 様
ウオロク東新保店 様
三条市中央公民館 様

【長岡市】

ウオロク要町店 様
ウオロク北山店 様
ウオロク長岡店 様
ウオロク蓮湯店 様
エステ長岡 様
お好み焼き中しま 様
長岡市立北地域図書館 様
長岡市立中央図書館 様

【見附市】

ウオロク見附店 様

【柏崎市】

ウオロク柏崎店 様
ウオロク桜木店 様

【魚沼市】

ウオロク魚沼店 様

(切り取り線)

アンケートにお答えください。該当するものを○で囲んでください。

- ⑦ あなたの年代を教えてください。
・ 10代以下 ・ 20代 ・ 30代 ・ 40代 ・ 50代 ・ 60代以上
- ⑧ DooSをご存知でしたか？
・ 知っていた ・ 知らなかった
- ⑨ 興味のあった記事には○を、面白くなかった記事には×をつけてください。
(いくつでも)
・ 甘酒スナイツ
・ 今月、とっておきの本。
・ ハッピーシネマ
・ めざせ新潟の達人
・ まいにち、文具館。
・ シツゴークラビッツ！
・ 厳選いちば
・ ウオロクレシビ

⑩ DooSの入手場所を教えてください。(店名までお書きください)

※例・ウオロク神道寺店

⑪ 今後、DooSで取り上げてほしい話題を教えてください。
また、DooS編集部へのメッセージをお書きください。

※個人特定されない範囲で、メッセージの一部または全部を公開またはホームページにて、紹介させていただく場合がございます。

⑫ DooSに投稿する情報をお書きください。(募集内容は6ページ)

コーナー名

がた一句 我が家の常識 うちの旦那は

ペンネーム(10文字以内)

投稿内容

(切り取り線)

今月のプレゼント

応募締切

2022年3月31日(木) 当日消印有効

森永製菓賞

景品記号
150A

冷やし甘酒 クックゼラチンセット

- ・森永 冷やし甘酒 190g 1缶
- ・クックゼラチン 30g(5g×6袋) 1箱



甘酒レシピは2・3ページ

1セット **20**名様

ハッピーシネマ賞

景品記号
150B

ユナイテッド・シネマ 映画招待券



シネマ情報は4ページ

1枚 **10**名様

新潟アルビレックスBBラビッツ賞

景品記号
150C



#1 宮坂

景品記号
150D



#5 中山

景品記号
150E



#7 北川

景品記号
150F



#12 金沢

景品記号
150G



#33 菅原

選手直筆サイン入り缶バッジ

©NIIGATA ALBIREX BB RABBITS

ラビッツ情報は10ページ

2個セット各 **1**名様

新潟県立歴史博物館賞

景品記号
150H

春季企画展 「浮世絵にみる江戸美人のよそおい」 招待券

ペア **10**組様

【開催会場】新潟県立歴史博物館 TEL 0258-47-6130
【開催期間】2022年4月23日(土)~6月5日(日)

【詳細はホームページ】<http://nbz.or.jp/>

応募方法

13ページ添付はがきの①から⑩までを必ずご記入の上、下記の投稿フォームかメールまたは、はがき、FAXでご応募ください。厳正な抽選により、景品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

※応募の際、ご住所は番地まで正しくお書きください。プレゼントが迷子になります。

プレゼント応募フォームはこちら

※バケット通信料はお客様負担となります。



〒950-0087 新潟市中央区東大通2-3-26 プレイス新潟2F
ピーアイティ DooS 編集部「3・4月号 vol.150 プレゼント係」

メール doos-k@doos.jp
FAX 025-290-5778

2022 7月・8月記念日募集



皆さんの記念日を7・8月号のDooSカレンダーに掲載してみませんか？下記メール宛または、14ページ応募はがきメッセージ欄に記念日を書いて、ご応募ください。

メール応募 doos-k@doos.jp 「記念日」係まで

【応募締切】2022年4月30日(土) 消印有効

※応募の際、必ず日付とメッセージ(10文字程度)をお書きください。※記載もれの場合は掲載できません。

※内容によっては掲載できない場合もあります。
※携帯電話の絵文字はご利用できません。
※個人情報はプレゼント及びカレンダー掲載以外の目的では使用しません。



ウオロクレシピ



<https://cgc-kitchen365.jp/>

© CGC JAPAN CO.,LTD.

牛肉の焼きしゃぶ

材料(2人分)

牛肩ロース肉(薄切り)…250g	青じそ…………… 10枚
長ねぎ…………… 1本	ごま油……………大さじ1
にんじん…………… 50g	白すりごま…大さじ1

- ① CGC 二段熟成 特選丸大豆しょうゆ…大さじ2
練りわさび……………小さじ1

作り方

- ① 長ねぎは斜め薄切りに、にんじんはせん切りにする。
青じそは大きめにちぎる。
- ② 牛肉はペーパータオルで水気をふく。フライパンにごま油を中火で熱し、牛肉を広げ、強火で1分30秒～2分焼き、しっかりと焼き色をつける。
- ③ 返して1分炒め、ボウルに移す。Aを加えてからめ、1を加えてサッと混ぜる。ごまを加えて混ぜる。

ウオロク・プライベートブランド



食卓応援宣言



笑顔と美味しさを。

毎日の食卓に、

「おいしいね。」

美味しさを、お求めやすく。



毎日の食卓を応援する
ウオロク・プライベートブランド商品は
このウオロクマークが目印です。
ぜひ、お試しください。

詳しくは店舗スタッフにお尋ねください。

電子マネー CoGCa

年会費・カード発行手数料 無料
現金でもポイントがたまる!
500ポイント貯まると500円分のお買物券を発行!



次号DooSは
4月30日(土)頃発行予定

※ 都合によって発行日が
遅れる場合もあります。

※数に限りがあります。お早めにお持ちください。

読者コメント DooS はカバンに入るサイズなのでうれしい! レシピは毎回作っています! これからも期待しています。(長岡市/女性)
⇒ 嬉しいです! 簡単で美味しいレシピをどんどん考えますので、料理の腕をどんどん上げちゃってください♪(^^)