

実食体験
レポート vol.44

Takasaki
delicious
tour

たかさき美味めぐり

タイ料理とフレンチの出会い

Laithai(ライタイ)

こんなに垢ぬけたタイ料理は初めてだ。フレンチで研鑽を積んだ佐野飛多希シェフが腕をふるう。2023年の開店から約2年半、この9月からランチ、ディナーともにお任せコースのみで勝負することを決めた。ランチコースをいいたで、季節の食材を使っている。前菜2品に続き、生春巻きが登場。鴨とピーツミがくつきり浮かび上がっている。



ランチコースは3500円。トムヤムのパイ包み焼きはプラス500円、ガバオライスはプラス200円(税別)



タイの焼きそば、パッタイも人気。ランチコースで選べる

メインに選んだのは一番人気のガバオライス。セルクルで抜かれた姿はデコレーションケーキのよう。豚と鶏の合い挽き肉は絶妙な脂加減で、赤黄のパプリカが彩りを添えている。岩田養鶏場の「コンハー」の生が並ぶ夜、この店はさらに輝くだろう。

ホール担当はシェフの兄で、同店支配人の雅伸さん。きりりとしたサービスが空間を引き締め、店全体の完成度をさらに高めている。

ランチでこれだけ楽しませてくれたのだから、ディナーもぜひ味わいたい。10品7000円コースにタイビールの「シンハー」の生が並ぶ夜、この店はさらに輝くだろう。



兄弟で店を盛り上げる。佐野雅伸さん(写真右)と飛多希さん

DATA
住所 高崎市東町28 コイボス高崎101号
電話 027-3388-0250
営業 12時~14時 18時~22時
休日 月、火曜

ちいきしんぶん漢方小話

第239話 頭痛の原因と対策

話題提供 高崎漢方薬局・樋口真理さん

現代医学では、片頭痛「巡り」が滞っていると考や緊張性頭痛などの病名えられます。この場合、で分類されますが、漢方体内の余分な水分をさばでは「いつ」「どのようき、水の巡りを整える漢方状況で」「どの辺り方を用います。特に、胃に」「痛みが出るのかを丁腸は水分代謝に深く関わ寧に見極め、その方に合っているため、胃腸が弱ったお薬や養生法をお伝補う漢方薬を併用するこえています。

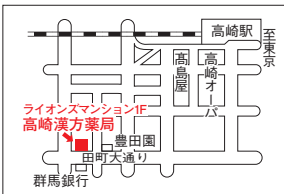
例えば、天気が悪くなともあります。養生法とると頭痛がする方は、気しては、冷たい飲食を控圧や湿気の影響で「水のえることが大切です。



また、生理周期に伴って頭痛が起る方は、ましよう。もし眠れない場合は、睡眠の質を改善する漢方薬を取り入れるのも有効です。

経前は気血が滞りやすく、その時期に頭痛が悪化する場合は、滞りを改善する漢方薬を用います。逆に、月経の終わりは、気血の不足を補い、体のバランスを整える漢方薬が良いです。

さらに、後頭部が痛む場合は、目の使いすぎや、冷えによる風邪の初期症状が関係していることがあります。寒気に伴う時は葛根湯がおすすめで、目の酷使や寝不足による頭痛には、十分な睡眠が何よりの薬です。寝る前のスマートフォンの使用を控え、入浴や



高崎漢方薬局

HP <https://www.takasaka-hanjohang.com>
ホームページはこちら

★お知らせ
。営業時間 10時~18時
。定休日 日・水・祝日
高崎漢方薬局
高崎市田町八六の四
027-326-8418
027-326-7172
FAX 027-326-7172
HP <https://www.takasaka-hanjohang.com>

休日当番医

■診療時間■ 9:00~18:00
診療時間や当番医は変更となる場合があります。

	9月21日(日)	9月23日(祝)	9月28日(日)
内科	道又内科東口診療所(栄町) ☎395-6356	小倉クリニック(柴崎町) ☎352-1811	久保田胃腸科内科クリニック(寺尾町) ☎310-5717
小児科	吉浜内科小児科クリニック(鶴見町) ☎322-5865	ふた内科脳神経内科クリニック(上小幡町) ☎387-0100	清水胃腸科内科クリニック(町屋町) ☎360-4771
小児科	重田こどもアレルギークリニック(島野町) ☎350-1700	かみおこどもクリニック(台町) ☎393-6973	小児科あさひクリニック(矢中町) ☎345-2323
外科	高崎中央病院(高関町) ☎323-2665	黒沢病院(矢中町) ☎352-1166	下和田クリニック(下和田町) ☎322-4998

※婦人科、耳鼻咽喉科、眼科、整形外科は広報高崎をご覧ください。

高崎市夜間休日急病診療所(内科・小児科)
高崎市総合保健センター1階 ☎027-381-6119
診療時間
月~金 19:30~22:00 / 土・日・祝 19:00~22:00
【小児科】9/21(日)・23(火)・28(日)は 9:00~12:00診療

バックナンバーが
ホームページで読めます!

スマホ/タブレット
でも読めます!

<https://www.kubaru.jp>

ぐんま 謎学の旅

民話と伝説の舞台 増刷!!

小暮 淳著

浦島太郎の墓があった!?

●分福茶釜のフタはどこへ行った?
●ウナギを食べない住民たちがいた!
●なぜ下に田ネギは「上毛かた」に描かれなかったのか?

ここから
謎学の旅は始まった。

生活安全ニュース

秋の全国交通安全運動!

9月21日(日)~9月30日(火)は秋の全国交通安全運動です!
交通事故、違反に十分気をつけましょう!

年間スローガン 「危ないよ スマホばかり 見てる君」

サブスローガン 「イヤホンが 聞こえなくなる 街の音」

重点運動

- 歩行者の安全な道路横断方法等の実践と反射材用品や明るい目立つ色の衣服等の着用促進
- ながらスマホや飲酒運転等の根絶と夕暮れ時の早めのライト点灯やハイビームの活用促進
- 自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進

群馬県警では交通安全に関する動画を配信中です

自動車利用に関するアンケート実施中
ご協力お願いします
8/1~10/31

公式Xで情報発信しています
フォロー募集中!!

高崎警察署 ☎027-328-0110

ひとくち広告

ヤマハ・カワイピアノ/高額買取

各社ピアノ/高額買取

株音響楽器
倉賀野町4623-12
☎027-347-4520

ご不要のピアノ高価買取!
査定無料 ピアノプラザ群馬
問屋町西1-3-10
☎0120-40-3215

あなたの次のステップ、ここで見つける

求人情報

パート ゴルフ場クラブハウスの清掃スタッフ

未経験歓迎! 特別な機械や難しい作業はなし!
家庭で使う掃除道具ばかりだから、すぐに慣れてスタートできます。

勤務地▶藤岡ゴルフクラブ(藤岡市白石2925)
給与▶時給985円
時間▶8:00~17:00(7.5h) ★週2日~OK
待遇▶制服貸与・保険あり

株式会社トータルメンテナンスジャパン
東京都江東区白河1-5-16 Tel 03-6240-3261

空いた時間を有効活用! 初心者太歓迎!

配布スタッフ募集

週に1回、2~3時間
ちいきしんぶんやチラシを
ポストに投函するお仕事です。

運動習慣が継続する!

お小遣いがたまる!

健康&美ボディになる!

募集エリア

- 乗附 ●石原 ●八千代
- 柴崎 ●江木 ●南大類
- 矢中 ●山名 ●宿大類
- 片岡 ●双葉 ●倉賀野
- 下佐野 ●上下中居
- 和田多中

お問い合わせはこちらへ

ちいきしんぶん

ライフケア群馬株式会社
高崎市小八木町312-15
ビジネスパーク小八木

あなたのお近くの
エリアをご案内します。
お気軽にお電話ください!

☎027-370-2262