

**Cooking**

**たたきゴボウと鶏肉のピリ辛煮**

1人分450kcal 塩分4.0g 15分

●材料(2人分)  
 ゴボウ……………1本(160g)  
 鶏もも肉(皮つき)…1枚(250g)  
 ニンジン……………1/2本  
 シタケ……………3枚  
 サラダ油……………大さじ1/2  
 豆板醤……………小さじ1/2  
 ④ だし……………1と1/2カップ  
 酒……………大さじ2  
 砂糖……………大さじ1  
 しょうゆ……………大さじ2と1/2  
 みりん……………大さじ2

【作り方】  
 ①ゴボウは麺棒でたたいて割る。長さ4cmに切り、さっと水にさらして水けをきる。ニンジン是一口大の乱切りにし、シタケは軸を取って四つ割りにする。鶏肉は小さめの一口大に切る。  
 ②フライパンにサラダ油と豆板醤を中火で熱し、肉を加えて炒める。肉の色が変わったらゴボウとニンジン、シタケを加えて炒める。全体に油が回ったら④を加えて混ぜる。煮立ったらふたをして、弱めの中火で20分ほどゴボウに竹串がすっと通るまで煮る。ふたをとって中火にし、混ぜながら3分煮る。

料理・市瀬悦子 撮影・木村拓

**Cooking**

**ブロッコリーとエビのフリット**

1人分457kcal 塩分0.8g 15分

●材料(2人分)  
 ブロッコリー……………100g  
 むきエビ……………8匹  
 小麦粉……………適量  
 揚げ油……………適量  
 レモン(くし形切り) ……適量  
 塩……………適量  
 コショウ……………少々  
 ④ 小麦粉……………70g  
 片栗粉……………大さじ1  
 炭酸水……………1/2カップ  
 サラダ油……………小さじ1

【作り方】  
 ①ブロッコリーは小房に分ける。エビは背わたを取って洗い、塩少々とコショウを振る。それぞれ小麦粉を薄くまぶす。  
 ②ポウルに④を表記の順に入れて混ぜる。①をからめ、170℃の油で時々裏返ししながら4分ほどカリッとするまで揚げる。塩少々を振って器に盛り、レモンを添える。

料理・市瀬悦子 撮影・木村拓

☆☆HPからもプレゼントのお申し込みができます。  
 キーワードは「ASA川口中央」で検索♪

**ASA 川口中央** TEL 048-294-0567  
 FAX 048-294-3334

朝日新聞サービスアンカー

### プレゼント応募要項 & 応募方法

※応募券を切り取り、**第1・2希望を記入し**官製はがきに貼り付けて下さい。

応募券無き物不可 あて先も切り取り官製はがきに貼り付けて、投函するだけです。

※応募者多数の場合、**長期ご購入のお客様を優先**とさせていただきます。

※記入もれ、有効期限(7日必着有効)を過ぎた場合には、無効とさせていただきます。

※発表は発送をもってかえさせていただきます。

ご持参下さっても結構です。電話・E-mailでの受付は致しておりません。

応募券をコピーしてのご応募は、無効です。

※ホームページからでもプレゼントを受け付けてます。

【FAXでプレゼントをご希望されるお客様へ】

応募される際は、拡大・縮小をしないで、住所・氏名等もれなく記入の上、P8のみを送信して下さい！

送信不備の場合はプレゼントのお届けが出来ない場合があります！！

### 第2希望まで必ずご記入下さい

①応募券を切り取り必要事項を記入して下さい

②官製はがきに貼り付けて下さい

応募券はのりでしっかりと貼り付けて下さい

〒333-0825

川口市赤山225

ASA川口中央

第138号プレゼント応募係

### 第138号プレゼント 応募券

第1希望【 】( )

第2希望【 】( )

★ロンシャン君からの年賀状を希望する【 】

ーコメント欄ー

※ご購入者様のお名前をご記入下さい

ペンネーム記入欄

お名前 【 】

ご住所

TEL ( )

お客様とASAをつなぐ川口中央のミニコミ紙



# ASAわん



☆今月のプレゼント 締め切りは**12月 7日必着有効です**☆

<p>① 港区虎ノ門  <b>菊池寛実記念 智美術館招待券</b>          R7.12月13日～R8.3月22日まで          「菊池ビエンナーレ 陶芸の現在」展</p> <p>「菊池ビエンナーレ」は2004年度から菊池美術財団が陶芸の振興を目的に隔年開催している陶芸の公募展です。本展は応募総数542点から画像審査と実物審査によって選出した入選作品46点を展覧会として一般公開します。制作内容や応募資格に制限を設けずに広く作品を募集し、多様な制作者による多彩な作品によって「陶芸の現在」を映し出します。</p> <p>※休業日等はHP等にてご確認ください          2名様20組</p>	<p>② 日本橋高島屋  <b>第70回現代書道二十人展 招待券</b>          R8.1月3日～8日まで</p> <p>日本書壇を代表する書家が会派を越えて一堂に集う書道界の一大展覧会</p> <p>※休業日等はHP等にてご確認ください          2名様15組</p>	<p>③  <b>大谷翔平 MVP受賞記念号外</b></p> <p>100名様</p>
---	--	--



展覧会 の お知らせ

**2026年元旦にASA川口中央の**

**招き猫「ロンシャン君」から年賀状が**

**届きます。ご希望の方は、プレゼント応募券の**

**「ロンシャン君からの年賀状希望する」に**

**マル印 を付けて下さい♪**

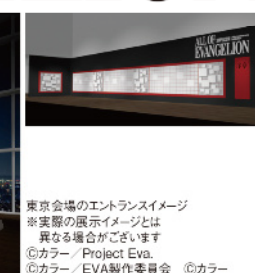
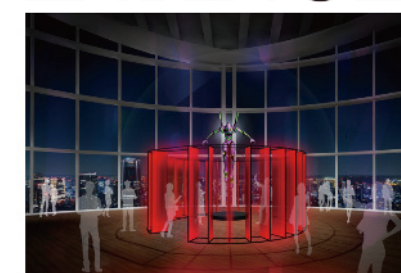
**たくさんのご応募お待ちしております★**



まってる  
ニャ♪

# ALL OF EVANGELION

30周年記念展 | 30th Anniversary Exhibition



エヴァンゲリオン放送開始30周年を記念し、30周年記念展「ALL OF EVANGELION」が開催されます。会場エントランスには、本展のために制作された大型のエヴァンゲリオン初号機フィギュアがフォトスポットとして、30周年の「祝祭」を彩ります。テレビシリーズ「新世紀エヴァンゲリオン」から「エヴァンゲリオン新劇場版」シリーズまで、30年にわたり愛され続けるシリーズの貴重な設定資料や映像美を紹介。制作過程を伝える未公開資料も公開され、進化の軌跡を体感できます。

11月14日(金)～2026年1月12日(月・祝) 会期中無休 港区・東京シティビュ  
 ■問い合わせ 東京シティビュ 03-6406-6652  
 ■公式サイト <https://ao-eva.exhibit.jp/> ※観覧料などの詳細は、本展公式サイトをご覧ください

※開催情報が変わる場合があります。最新情報は、問い合わせ先や公式サイトでご確認ください。



# 私のオススメ冬のお鍋

お勤めかどうか我家の鍋。トッポギやジャガ・メークインが入るすき焼き。白菜が入るおでん。何々？でしょう（笑）。根菜の他、やっぱ葉っぱが食べたいから、開いて味付の油揚げに、サッと茹でギュッと搾って白菜を詰めてグダッと煮ない方が良いので鍋の一番上に置きます。如何でしょうか？      ワイエス様

最近鍋つゆの種類も増え、美味しい鍋が簡単に出来るようになりましたが、2月頃に食べた貝出汁の鍋が特に印象的でした。具材はどれも旨かったですが、最後に中華麺を入れると最高のラーメンになりました。  
チャコ様

お金のなかった大学時代、冬は白菜や玉ねぎ、ニンジン、椎茸、豆腐などを買ってきて毎日のように水炊き鍋。昆布で出汁をとって野菜を入れ、食べたらご飯と溶き卵を入れておじや。シンプルですが最高の御馳走です。  
ミニトマト様

今日から12月、今年も残りわずかとなりカレンダーもいよいよ最後の一枚を残すのみとなりましたが皆様いかがお過ごしでしょうか。

この時期、一番の定番挨拶といえば「今日も寒いです〜」ですが気になるのは防寒対策。

そこで今月のお題は「**オススメの防寒対策**」と題し皆様が行なっている冬の寒さ対策を大募集！採用された方にはグルメセットをプレゼント♪

沢山のご応募お待ちしております。

オススメできる鍋ではありませんが、学生時代に「闇鍋」を楽しんだことがあります。具材は食べられるものならなんでもOK。暗闇の中で恐る恐る箸を伸ばしてつまんだのはカンピョウで編んだわらじでした。何かわからず食べた肉が美味しかったですが…。  
「ヘビを入れたヤツがいる！」      M様

冬の鍋料理は体が暖まるし、一度にいろいろな種類の具材が食べられるから健康にもいいし、どれも好きです。特に社会人になって忘年会で初めて「ふぐ鍋」を食べておいしさに感激しました。その時に先輩から「ふぐ鍋」は最後に作る「雑炊」が一番おいしいのだと教えられました。  
あさひ様

私の家は市販の寄せ鍋のもとを使った普通の鍋です。石川県の「とり野菜みそ」の鍋とか、キムチ鍋とかもやりますが、結局は実家の富山から送ってきた白菜をふんだんに入れた寄せ鍋が一番です。鶏肉とタラの切り身、シイタケ、焼豆腐、ネギなどをメインに定番の材料で作るのが一番好きです。  
たかたか様

鮭を冬に実家ではよく送られて来ていて、鮭のアタマ、中骨アラというのを出汁として、大根、人参、じゃがいも、こんにゃく、野菜たっぷりのお鍋であたたかくなって寒い冬には今でも時々作っています。  
らいちゃん様

## イラストギャラリー



カンパネルラ様



コロンコ様



らいちゃん様

素敵なイラストをありがとうございます！



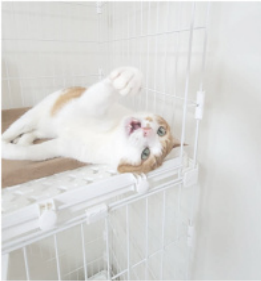
# ASA川口中央の招き猫 ロンシャン君の不定期日記

★プロフィール☆  
名 前：ロンシャン君  
住まい：川口市赤山  
朝日新聞販売店

vol.136



こんにちはロンシャンです！  
12月になりすっかり季節は冬、あっという間に日は暮れて朝晩も冷え込んできましたが皆さんお元気ですか？  
今月は妹弟たちがとっても楽しみにしているクリスマス♪



ボクも11回目のクリスマスを迎えて楽しみにしていることがあります。それは猫用のケーキを食べること！  
最近体には負担のない美味しい猫用ケーキがあるみたいでクリスマスには家族と一緒に食べようと思います♪  
皆さん来年のお正月もボクから年賀状が届きますので、今月号の「ロンシャン年賀状係」にぜひご応募してください。  
それではまた来年ロンシャン日記でお会いしましょう！よいお年を！

### 現場 一期一会

サンマに思う 秋はどこへ

朝日新聞立川支局員 山浦正敬

東京の恒例行事「目黒のさんま祭」に2年ぶりに足を運びました。前任地だった宮城県気仙沼市で水揚げされた新鮮な約2500匹が会場に届けられました。

歴史的な不漁が続く秋の味覚です。近年は祭りに運ぶサンマの確保も一苦労です。会場で炭火焼きしたサンマを味わえるのも、事前の抽選で当たった幸運な人たちです。

しかし、今年は余裕があつて当日券も配られました。魚体も例年より大きめでした。

気仙沼市の関係者が明かしました。「秋が深まるにつれ、魚が小さくなっていますが、何とか立派なサンマを持つて来られました」

今季のサンマ漁は久々に明るい幕開けでした。気仙沼で知り合った船頭（漁労長）は、千葉・銚子漁港に今季初水揚げした時、「こんな大ぶりは珍しい」とコメントしていました。早秋に脂の乗ったサンマが獲れて、80代半ばと経験豊富な船頭も驚いたようです。

昨季までと何が違うのでしょうか。太平洋側を流れる黒潮が大きく南に曲がる「黒潮大蛇行」が春に終息したのが一因かもしれません。蛇行は過去最長の7年9カ月続いたそうです。

ただ、沖合調査にもついた予測通り、秋の深まりとともにサイズは小さくなったようです。そもそも、深刻な不漁からの反転攻勢にはほど遠い状況が続きます。

近年、残暑から一気に冬を迎え、秋が短くなったようです。旬のサンマやサケが食卓から遠ざかり、紅葉も駆け足で過ぎ去るように思えます。日本の四季はどうなるのでしょうか。

### 寝ても覚めてもすぽーっ!

人が「四足」で走って見たら…

朝日新聞論説委員 西山 良太郎

陸上で最も速く走る動物といえば、チーターが思い浮かぶでしょうか。時速100km以上とされ、高速道路の自動車並です。

動物の走る姿から考えを広げ、走る速さを推測する方法を考えたのは、浜松市の高校2年生でした。同じ四足歩行なのに、なぜチーターとキリンの速度に違いがでてくるのか、と。

動物の体格や骨格を調べたデータを、機械学習と呼ばれる方法でコンピューターに解析させ、後脚の長さや体長の比率などが速さに影響していることを割り出しました。このモデルを使い、古代の肉食獣サーベルタイガーが時速約61kmで走ったことも推測できたそうです。

この研究は4年前の新聞記事で見つけました。全国の高校生らが競う科学技術のコンテストで入賞を果たしました。視点を変えると違う景色や物事の本質がみえてくる、ということでしょうか。

二足走行の人間では100mの日本記録は山縣亮太選手の9秒95。ウサイン・ボルト選手の世界記録9秒58には差があります。しかし、「四足走行を極めれば海外の選手にも勝てるかもしれない」と考えたのは、鳥取県米子市の米江龍星さんでした。

中学時代に理科の先生の話から思い立ち、以来9年間にわたって登山道や砂浜で練習を重ねてきました。猿や猫の動きで走法の研究も深め、集大成として今年9月、従来の記録を1秒11上回る14秒55のギネス世界記録を樹立しました。

これが五輪の正式種目になったら…。そんな空想をしてみたくなりました。

### 科学探偵 謎野真実シリーズ

#### 科学探偵VS.死霊の学園祭【前編】

定価1100円(税込)

シリーズ累計65万部突破！読めば理科が好きになる、人気シリーズの最新刊。

IQ200の天才・謎野真実と同級生の健太、美希がさまざまな怪奇事件や都市伝説に科学の力で挑みます。

学園祭のたびに「学校霊」が災いを起こす――。花森小学校に広がる不吉なうわさの通り、真実が演劇「白雪姫」の準備中にけがをして休むことに。校内に現れる怪物や怨霊、「血のメッセージ」、流れるレクイエム…。学園祭が1ヵ月後に迫り、正体不明の「学校霊」が次々と怪事件を起こし、花森小学校の子どもたちを恐怖に陥れていく。

真実が不在のなか、美希と健太はナゾを解き明かすことができるのか！？そしてついに学校霊が姿を現す！

