

# さーびすまん通信 4月号

製作: 鍋林株式会社 情報システム事業部 さーびすまん通信編集部

さーびすまん通信をご覧頂きまして誠にありがとうございます。鍋林株式会社情報システム事業部映像情報営業課CE係がお送りする“さーびすまん通信”をお楽しみください。



今月の特集

## さーびすまんグルメ日記スペシャル①

質問：3年前には何をしていましたか？



サービスU

「いやー、何かあるかな？そういえば胴回りが変わったような。ラーメン食べすぎかなあ。ちょっと前まで週に3～4回行ってたからね・・・。」



サービスF

「3年前の事はよく覚えています。Kさんが長野に行ってしまうということで寂しかったです。飯山出身の自分が行くべきなのではと思っていました。とりあえず今は精一杯やっています！」



責任者 I

「コンピュータが進化したねえ・・・たった3年ですがWindowsはVistaから7になりましたしコピー機もADVANCEになりました。必死に勉強していかないといけないといけません」



サービスK

「ちょうど3年前長野に転勤という辞令が下りてきてドキドキしてましたね。人生初の転勤で、月並みな表現ですが不安と期待でいっぱいでした。長野は楽しかったですよ。視野も広がりましたし、善光寺もよく行ったし。」



新人S

「さーびすまん通信が始まった頃は入社していませんでした」  
「優しくて楽しい先輩方に鍛えられているので・・・。あはは」  
ひきつりながら答えてくれたS君でした。

## 第一回：乙妻（長野市）

さて、またまた何の前触れもなく始まったこのコーナー（笑）修理の話しから脱線し続けたので変えてしまいました。というわけで第一回は長野市内のサラリーマンにはかなり知名度の高い「乙妻」からいってみましょう。

お米は長野県産のコシヒカリを使用。野菜をふんだんに使った定食は数多く用意されているが、中でも人気なのが「豚キムチ炒め定食（950円）」肉と野菜をたっぷりバランス良く取れます。仕事中にはちょっと食べにくいかもしれないけれど一説には150種類以上あるメニューはどれをとってもしずれは無いです。とにかくどのメニューも通常の1.5倍はあると思って間違いありません。この懐かしい感じの定食屋さんはオススメ。



### Comfy'08.05月号より 店主原山周治さんのインタビュー

「昼時はたくさんの方に毎日来ていただいて、本当にありがたいですよ。人気の理由？どうしてだろうね（笑）。まあ～メニューの数は確かに多いかな。店を始めた40年前はさ、定食も4つか5つしかなかったけど。全部、お客さんの要望で増えたんだよ。メニュー数？数えたことねえから、わかんねえや（笑）。あと、うちのご飯は県産のコシヒカリを井で出すんだけど、『大盛り』だとプラス150円で井を2杯にするんだ。まあ1杯でもボリューム十分でしょ。それと、焼き魚にはこだわりがあって、特にサンマは納得できる大きさの物が市場に入らないと店には出さない。とにかく、うちはお客さんあっての『メシ屋』だからさ。最近は物価の上昇が激しいけど、うちは値段を上げずに試してみようじゃねえかって話してる。若い連中にしっかり食べてもらわないといけねえからな（笑）』

MAP



乙妻 TEL：026-226-4240 住所：〒381-0034 長野県長野市大字高田中村338

## 第二回：どんぐり（松本市）

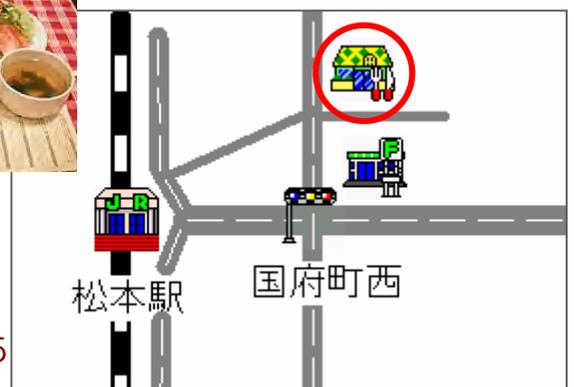
今回は松本市にあります「どんぐり」です。お店を始めて約50年ということで松本に住んでいる方には馴染み深い洋食屋さん。お店の入り口には見本のメニューがあるのですが、スパゲッティはちゃんとフォークが宙に浮いています（笑）

30種類のスパゲティとハンバーグなどどのメニューもボリューム満点。濃厚で芳醇な香りのデミグラスソースをかけたハンバーグ、たっぷりホワイトソースをかけたオムライス…。カラフルでおもしろそうな名前のついた料理はメニューを見ただけで童心に帰りワクワクしてしまいます。メニューを見ているのに周りの人が食べているものが気になるのは私だけではないはず。先月号の「乙妻」が“和”の定食屋さんならここは“洋”の定食屋さん。スーツ姿で入るのはちょっとだけ気が引けますがランチもやっているようです（筆者は未確認）



ジャンル：洋食  
営業時間：11:00～21:00  
定休日：月2回木曜不定休  
TEL：0263-35-9505  
住所：長野県松本市中央1-4-5

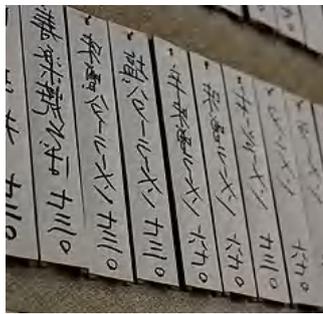
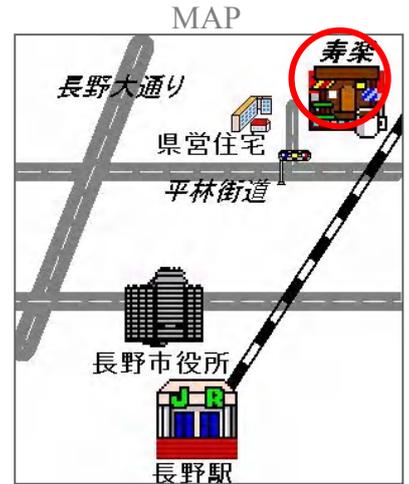
MAP



### 第三回：寿楽（長野市）

今回は長野市にあります「寿楽」です。今や大盛りの代名詞とも言えるほど、長野市内では有名な存在となりました「寿楽焼そば（730円）」。その大盛り度合いに、初めて見た人は誰もが驚きます。“焼きそば”という名前ですが一般的には“あんかけかたやきそば”だと思います。カリカリの揚げ焼きそばの上にかかるのは、野菜たっぷりお玉3杯分のあん。麺を覆い隠すように、とろ〜りと雪崩のごとくかかっている。量はもちろん、味も満足の一品。ほかに「カツカレー（770円）」海老フライ・チキンカツ・コロケがのった「ラジオどんぶり（820円）」などどれも大盛りです。これまた店の雰囲気はこじんまりとした定食屋さんという感じでなぜか壁のメニューが全て反対に書いてある（鏡文字）という不思議な空間。夏はランニングにステテコのおっちゃん元気なおばちゃんコンビでバリバリの昭和感がステキです。

※最近特に人気があり確実に食べたい方は開店と同時に突入することをオススメします



ジャンル：和食

【住所】長野市柳町1240

【TEL】026-232-7711

【営業】11:00~13:30 / 17:00~19:00

【休み】日曜・祝日

【P】10台

### 第四回：キッチン南海（松本市）

今回は松本市にあります「キッチン南海」です。これも松本では有名なお店で筆者（諏訪郡出身）も鍋林に入社した時、先輩に「松本に就職したら南海のカレーを食べなきゃいかん」と連れて行ってもらいました。ここは東京神保町にあるキッチン南海をのれん分けしたお店らしいです。（なぜ松本なのかは不明）東京では有名らしくある雑誌（SOA!）の記者によると「このカツカレーはとてもおいしく、中毒性があるらしい」とあるほど。スパイシーで香ばしく、普通のどこにでもありそうなカレーですが、どこかが違う。これが秘伝の味なのか？南海では普通のカレーではなく、是非とも「カツカレー」を食べてください。



※店の前の道は一方通行なので進入方向に注意してください。

ジャンル：カレー・とんかつ

【住所】松本市中央4丁目7-20

【TEL】0263-35-9715

【営業】11:30~20:00

【休み】火曜日

【P】4台



## 第五回：草笛（小諸・佐久・上田・長野）

今回は東信にお店を展開している「草笛」です。これまた北信～東信のサラリーマン・ソバ好きには有名なお店です。最近人気のマンガ「岳」にも登場。キケンなほどの大盛りが有名（笑）ですが量だけではなく美味しさでもお勧めのお店です。ちなみに「大盛り」を注文するとお店のおばちゃんに「1kgほどありますが大丈夫ですか？」と聞かれたことがあります(・o・)何人かで行く場合は誰かが控えめにして保険をかける事をお勧めします。ちなみに普通に頼んでも400gほどありますので（「小盛り」可能です）特に女性ご注意ください。各店舗で微妙にメニューが異なるようです。最後にもう一つ。長野店の「くるみおはぎ」は絶品です。香ばしさ、やわらかさ、甘さ、温かさ、全てにおいて最高です。お腹に余裕があれば是非。



長野店の価格（参考）

もり：530円  
 ざる：580円  
 かけ：530円  
 中盛り：+300円  
 大盛り：+450円  
 くるみおはぎ：660円

MAP



※以下長野店の情報

ジャンル：そば・和食

【住所】長野市中御所岡田178-2 バスターミナル会館地下一階

【TEL】026-228-7373

【営業】午前11時～午後2時

【休み】無休

【P】なし（三千元以上（未確認）でバスターミナル駐車場のサービス券）



## 第六回：待夢（松本）

今回は松本ですが、ちょっと駅前から離れたお店をご紹介します。まあ当さーびすまん通信にご紹介するからには何らかの特徴（ほとんど大盛り系（笑））があるわけですが、待夢に関しては“夢のコラボレーション”とでも言いましょうか、通常では1品で主役級がダブルで登場するのです！子供の頃見た夢が現実に・・・。「待夢 松本」で検索すればHPあります。

Bセット（ラーメン+カツカレー）



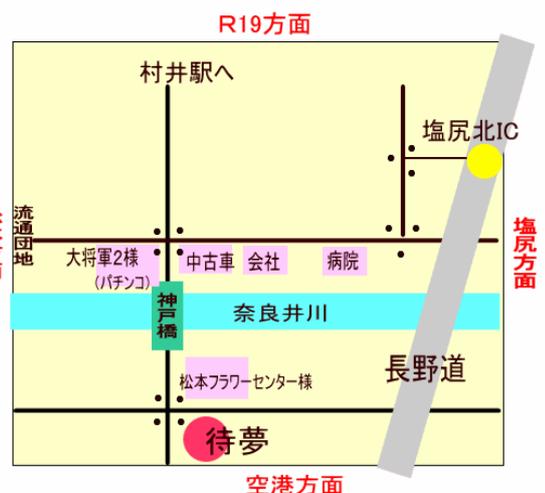
コンビ（カツカレー&ナポリタン）



【メニューの一例】

ビーフ焼き肉海老定食	1450円
コンビA(ビーフカレーとナポリタン)	950円
コンビB(ビーフカレーとミートソース)	900円
コンビC(カツカレーとミートソース)	1200円
ラーメン+チキンカツセット	950円
ラーメン+ソースカツ丼セット	980円
ラーメン+エビカツ丼セット	1080円
ラーメン+焼き肉セット	1050円
ラーメン+エビカレーセット	1260円

MAP



ジャンル：洋食・和食

【住所】長野県松本市笹賀3222

【TEL】0263-88-5266

【営業】午前11時～午後9時

【休み】日曜・祭日

【P】22台



## 第七回：土曜日はイタリアン（木島平村）

今回はぐっと北上しまして木島平村の「土曜日はイタリアン」です。ここはご存知の方も多いかもかもしれませんが有名なお店です。もちろんパスタ・ピッツァ共に大変美味しいのですが、ここに紹介したかった理由は他のメニューにあります。筆者個人的に「サラダ」が最高！下の写真はセットメニューについているサラダですが量も多く(^.^)ドレッシングの美味さと瑞々しい野菜のうまみが最高に引き出されています。是非サラダを食べる事をお勧めいたします。肉好きの人間が言うから間違いないと思います！って

土曜日はイタリアン

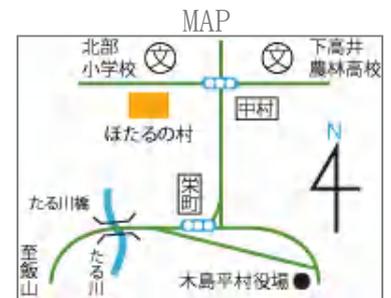


色々書いてみたんですが、今ひとつしっくりきません。私の表現力では限界です^^;というわけで今回はあえてメニューの詳細は控えます。味・香り・雰囲気・空間、全てをご自分で実際に味わってみたいと思います。

LA VITA É SULLA TAVOLA

人生は食卓の上にあります！！

- 〒389-2301 長野県下高井郡木島平村大字穂高3103-8
- 営業時間:(金土曜日)11:30-22:00 (日月火木曜日)11:30-20:00
- tel 0269-82-4633
- Open時、入り口に猫の置物が出ています
- 定休日:水曜日(祝日は営業致します)
- 平日(月・火・木・金)の16:00-17:00は準備中とさせていただきます。
- 席の御予約は承っておりませんので御了承下さい。



噂の(?)サラダ

## 第八回：弥次喜多（塩尻市）

今回は塩尻市にある「弥次喜多」をご紹介します。随分前のさーびすまん通信でも掲載したお店です。塩尻市といっても国道19号線を木曾方面に車を走らせると左手にラーメン屋の「吉田屋」と同じ敷地にあります。国道沿いなのでトラックドライバー御用達であり、味もボリュームも文句ありません。お勧めは下の写真にあります「駿河丼」です。マグロとふわとしたシラスが美味しい一品。最も海から離れた場所で新鮮な魚介類をいただけるのは幸せなことですね。揚げ物好きには「あじフライ定食」がおすすめ。きっと「こんなにあじフライ食べられるかしら(。o。)」となることでしょう。各種定食は何を選んでもハズレなしです。例によって人気店ですので確実に食べたい方は開店直後に入る事をお勧めします。すぐに満席になってしまいます。



駿河丼 ¥1,000



あじコロ定食 ¥1,200

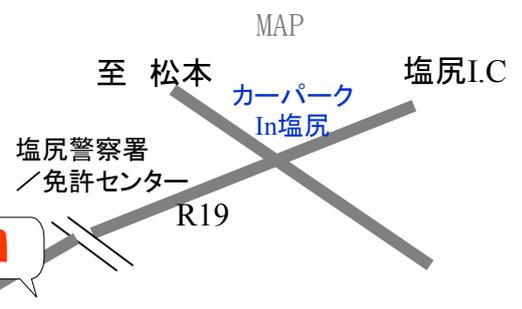


いくら丼 ¥1,600



- ジャンル:和食
- 〒399-6461
- 長野県塩尻市宗賀洗馬2446-1
- 営業時間:(金土曜日) 11:15~21:30
- tel:0263-54-2228
- 定休日:木曜日
- 駐車場:多数

・弥次喜田



## 第九回：太田や食堂（松本市）

今回は松本市にある「太田や食堂」に行ってきました。実は事務所から近いために前の道は何度も通っていたのですが入ったことはありませんでした。今回のお店は女性だけで行くのにはちょっとだけ気後れするかもしれませんが(^\_^)店に入ると男性がずらり。私が行った時には女性はいませんでした。ここは昔からある「食堂」もしくは「定食屋」で「めし！」という言葉が似合う感じ。手書きのメニューがいい味出しています。客層から推測されるとおり、どのメニューを注文してもご飯は大盛りです。特筆すべき点は「日替わり定食」。これがなんと**500円**！昨今の経済事情にはありがたい価格設定ですね。もちろんおなか一杯になることは保証いたします。ウワサではミックスフライも凄いことに・・・？



チキンから揚げ定食 ¥950



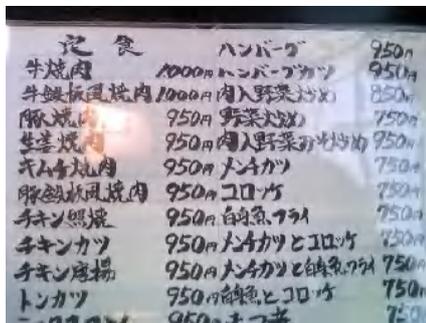
日替わり定食 ¥500  
(ブリ大根&メンチカツ)



- ・ジャンル:和食
- ・松本市筑摩2丁目34-27
- ・営業時間:11:40~14:00  
18:00~20:00  
(日・祭日は21:00まで)
- ・tel:0263-25-1249
- ・定休日:月曜日
- ・駐車場:5台



生姜焼肉定食 ¥950



## 第十回：ふくや（長野市）

今回は長野市にあるラーメン店「ふくや」に行ってきました。かなりわかりにくい場所にあるにもかかわらずコアなファンが多いことで有名なラーメン店です。なにを隠そう情報システム事業部長野営業所の松沢係長が週に10日行ってもいいというほど大好き(^.^)場所が場所なので主にクチコミ(口伝?)とネットの情報で知られていく店なのです。



↑良く見ると看板が(・o・)

←あまりラーメン屋さんには見えない店ですが・・・。

- ・ジャンル:ラーメン(のみ)
- ・長野県長野市妻科31-1
- ・営業時間:11:00~20:00
- ・tel:026-234-0384
- ・定休日:月曜日
- ・駐車場:数台

今回はあえて詳しい地図は載せません。探して行って下さい。

ほとんどメニューはひとつだけ。「ラーメン」の普通か大盛りか卵のトッピングか。みたいな・・・。食券を買って下さい。スープは真っ黒ですが見た目ほどしょっぱくはありません。(濃くて油多めですが)とにかく昔どこかで食べたような懐かしさを感じます。私の場合はばあちゃんちに行くと取ってくれる出前の「あずま食堂」(岡谷市)を思い出しました。



チャーシューいっぱい

