

## 第十一回：林檎の木（上田市）

今回は上田市にあるレストラン「林檎の木」に行ってきました。当映像情報営業課1係の小出係長推薦のレストラン(食堂?)です。一緒に上田で仕事をした際「さーびすまん通信のネタになりそうな天井がある」というナイスな情報をいただき二人で行って来ました。後日ネットで調べるとかなり有名なお店のようでした。まーその天井は写真を見ればどんなものかわかっていただけたと思います(^\_^)



- ・ジャンル:和食
- ・上田市上田1354-1 (18号バイパス沿い)
- ・電話番号:0268-28-6288
- ・営業時間:11:30~14:30  
17:30~22:00
- ・休日:水曜
- ・駐車場:約40台



↑ネギトロ丼も新鮮でうまい!

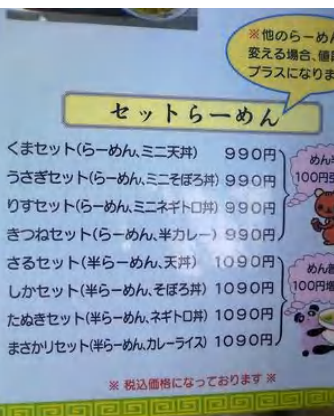


↑超迫力。こんな光景TVで見たことあるぞ(^\_^)

持って来てくれた方が「14種15品目のっています!」と言っていたので確認。①海老②イカ③鯛④大葉⑤カボチャ⑥ナス⑦セリ⑧ブロッコリー(ブロッコリー・・・?)⑨サバ(サバ・・・)⑩ヨモギ(ヨモギ!)⑪エノキ⑫ねぎ科の何か(何なんだ?)⑬謎の草(土っぽい・・・)⑭きゅうり(き、きゅうり!?(°o°))とバラエティに富む内容。時期によって変わるようですが、最後の方はもうヤケクソ的な具材のような(笑)甘いタレと重い衣で夕方5時まで満腹保証です。他のメニューも魅力的でした(^.^)

## 第十二回：金太郎（松本市）

今回は松本市にある「金太郎」に行ってきました。これまた老舗というか古くからあるお店です。はっきり言って「うちはこちらにこだわっています」とか「値段が爆安」とか「超大盛り」とかすんごい売りは無いんですが、なんとなく安心するというかふつーに行けるといっか…。きっと長年続いているということは何か言葉に出来ない魅力があるのかもしれない。それは皆さんが行って確かめてください。



- ・ジャンル:ラーメン・和食
- ・長野県松本市大字神林 5108-1
- ・電話番号:0263-58-1955
- ・営業時間:11:00~15:00  
17:30~22:00
- ・休日:水曜日
- ・駐車場:約16台



↑上は「きつねセット」990円です。「ラーメン+半カレー」ですが公平に見て2/3カレーと言っていいほどの大きさです。

↑なるほど、金太郎だけに由来の深い名前が・・・しかとかさるっていったっけ?



←みそピリ辛めんもお勧め

なぜか定食屋さんの唐揚げはデカイ(笑)→





### 第十三回：翁堂（松本市）

今回は松本市にある「翁堂(松本駅前店)」に行ってきました。最近のさーびすまん通信ではよく老舗が登場しますが、これまた古くから愛されているお店です。ファミレス全盛の昨今には新鮮でお洒落に見える「喫茶店」ですね。どれも魅力的なメニューですが、お勧めはスパゲティ。普通に注文してもかなりの量なので食の細い方は「小モリ」(-100円)をお勧めいたします。その中でも定番中の定番ナポリタンは懐かしの味。ケチャップが利いているちょっと濃い目の味付け。イタリアンは(スパゲティは全部イタリアンでは？という疑問はちょっと置いて(^\_^))白:パスタ、赤:ウィンナー緑:ピーマンとイタリアの国旗を表したシンプルな一品。ペペロンチーノとも異なるさっぱりパスタです。その他にも謎の「ヤサイ」などちょっと気になる不思議なメニューも(噂では生野菜の角切りがのっているとかいないとか...)子供のころ食べたスパゲッチー(うちのばあちゃんはこう呼んでいた)に出会いたくなったらぜひ。



- ・ジャンル: 洋食
- ・長野県松本市深志1-2-3
- ・電話番号: 0263-35-0808
- ・営業時間: 10:00~20:00
- ・休日: 水曜日
- ・駐車場: なし



↑ 永遠の定番ナポリタン



↑ イタリアン



← 洗いのアイスコーヒー



### 第十四回：てんや（首都圏）

今回は番外編(?)で主に首都圏にあるチェーン店「てんや」のご紹介です。



なぜてんやなのかというと...筆者が大好きなのです!このコーナーでは私たちの身近にあるお店をご紹介しているのですが、もう我慢できません(笑) 私たちさーびすまんは研修などで大宮(埼玉県)や幕張(千葉県)などに行く機会が多くなります。もちろん出張中は外食になるわけですが、私の場合は3食てんやでもいい(\*^\_^\*)しかしカロリーが高いのが難点。といわけで夕食だけてんやだったりします。なにが好きてお店で揚げるサクサクの衣と季節の具材そして秘伝のタレのコンビネーションが最高!(秘伝かどうかは不明)このタレが甘辛度がばっちり「別売りされなかな〜」と思ってたら数年ほど前から店頭で売られるようになりました。本当にぜひ一度皆さん行って欲しいと思います。ちなみに大宮ではソニックシティの近くのマックの隣にあります。なぜ長野にできない...

- ・ジャンル: 天丼
- ・東京/千葉/埼玉/神奈川/福岡県など



↑ 誰がなんと言おうと天丼!



↑ えび・あなご丼



↑ うどんとも  
組み合わせられます



## 第十五回：うた（松本市）

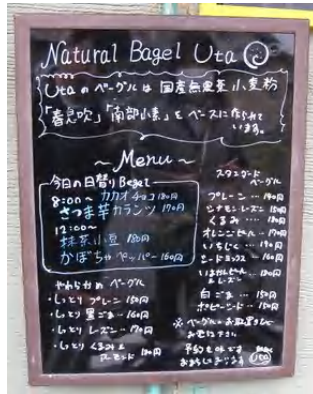
今回はベーグルのお店をご紹介します。松本市にあるこのお店は『ナチュラルベーグル うた』というお店です。まずは場所がちょっとわかりにくいかもしれませんのでご説明を…。松本市本庄の相澤病院の近くに「角煮ラーメン」というラーメン屋さんの赤い看板が出ています。その前です(笑)ここは朝7時30分から開店しています。朝は焼きたてホカホカのベーグルが味わえます。店内は大変狭く、商品を選ぶのも2人が限界かも。こじんまりしていていい感じです。商品の種類は豊富で迷ってしまいます。定番の他にも日替わりもあって飽きさせません。個人的には「シード」がオススメです。私は土曜日の朝8時くらいに買って、帰りにコンビニでサラダを購入してから頂きました。香ばしくて温かくて美味しかった(^.^)なかなか専門店というのは聞かないのでみなさんもぜひ。



- ・ジャンル: ナチュラルベーグル
- ・住所: 松本市深志3-8-17
- ・電話: 0263-35-8876
- ・定休日: 日曜日/祝日
- ・営業時間: 7:30~18:30  
(売切れまで)
- ・駐車場: 1台



筆者お勧めは『シード』色々な種が香ばしくて美味しい



店の外にあるメニュー日替わりが楽しい



こじんまりしたかわいいお店。「角煮ラーメン」のすぐそば

## 第十六回：むつみ屋（松本市）

今回はらーめんです。しかもこれだけコダワリのラーメン屋さんがある中であえてのチェーン店。しかしFC店であるからこそその良さもきつとあるはず。最近よく聞く「家系」と呼ばれる濃厚豚骨醤油の超コッテリ系も間違いなく美味しいと思いますがその嗜好性の強さからちょっとだけとつきにくいのもまた事実。気難しそうな店主に常連のサラリーマンやガテン系のお兄さん達の中に女性などはちょっと気後れしてしまうのではないのでしょうか？ま、そんなこんなでもむつみ屋さんのラーメン美味しいですよ(笑)細麺は細麺の太麺は太麺の美味しさがありますね。大盛りも替え玉も可能です。気軽にラーメンを堪能してください。



一番人気「濃厚味噌」最後まで熱々でいただけます。



こちらは「濃厚塩ラーメン」ちょっとしょっぱいかな。

- ・ジャンル: らーめん
- ・住所: 松本市深志2丁目1-2
- ・電話: 0263-38-1114
- ・定休日: 無休
- ・営業時間: 11:00~23:00
- ・駐車場: あり(向かいのキタハラパーキングのサービス券有)

[MAP]

松本駅前通り。国府町の信号からすぐ。



細めの麺



通常の味噌ラーメンは赤味噌と白味噌が週替わりで提供されます。



2種類の餃子。緑の皮には「行者ニンニク」入り。



## 第十七回：楽家（松本市）

今もらーめん！先月号（さーびすまん通信12月号）の上野さーびすまんのコメントにあったラーメン店「楽家」（“がくや”ではなく“らくや”）のお問い合わせを数件頂きましたので掲載いたします。というか以前に載せていたと思ったのですがまだだったんですね。結構話題には出るのですが…。基本的に吉村家・六角家などの「家系」と呼ばれる豚骨醤油系です。これは何度も書いていますが「好きな人にはたまらないが嫌いな人は匂いもかぎたくない」という好き嫌いがハッキリ分かれるラーメンです。楽屋は基本的にラーメンの大小とトッピング（好みで麺の固さや油の量など変更可能。「中のキャベツ麺固め・油多め」などと注文すると常連ぽい？(^;))



[MENU]	[トッピング]
小：650	キャベツ：100
中：750	たまご：100
大：850	のり：100
醤油：650	チャーシュー：200

- ・ジャンル：らーめん
- ・住所：松本市神田1丁目31-2
- ・電話：0263-38-1114
- ・定休日：月曜日・第3日曜日
- ・営業時間：11:00～22:00
- ・駐車場：あり6～8台

### [MAP]



普通は「中」で十分。女性や小食の方は「小」がいいかも。濃いのでキャベツのトッピングがおすすめ。あと引くおいしさはさすがです。

今回久しぶりに（松本に戻って始めて）行ってきました。会社から近いこともあり「家系」の店主には強力なキャラクターが多い（ような気がする）中、物静かで柔らかな物腰の店主さんです。塩尻市の吉田家の出身とか。

## 第十八回：麺や まるしょう（松本市）

今月もらーめんです。筆者の自宅の近くに新しいラーメン店ができたので行ってみました。松本市高宮で以前「花月」があったところというわかる方もいらっしゃるのではないのでしょうか？入ってみてわかるのは以前の花月と全く変わらない店内ということ。発券機までおんなじとは。はてさてどんなラーメンが出てくるのか…。ちなみに駐車場は入りにくいので注意（特に右折）



大盛り（+100円）にしたら大変なことに。麺が見えません。ニンニクは生なので平日は抜いたほうがいいですね。



つけ麺の汁は鰹節が利いている

メニューは中華そば・男盛りらーめん・汁なし油そば・濃厚つけ麺（味噌・辛味噌）今回は「男盛りらーめん」をオーダー（と言っても食券を買う）同行者はつけ麺。濃い醤油タレは甘めで（二郎系？）かなり多めの背脂。麺は極太ですがモチリとしており食べやすい。味玉と海苔も載せられています。キャベツとモヤシはゆでられています。その名の通り男盛りって感じですね。つけ麺は美味しいですがインパクトはそれほどありません。カップルや家族連れも多かったのが印象的でした。

- ・ジャンル：らーめん
- ・住所：松本市高宮東5-14
- ・定休日：なし
- ・営業時間：11:00～24:00
- ・駐車場：あり7～8台

### [MAP]



## 第二十回 狼煙（松本市）

最近ラーメンが多いな(^\_^;)今回は松本市に2店舗・長野市と諏訪市に1店舗づつと意外と広く展開している「狼煙」(のろし)をご紹介します。太麺・背油・豚骨醤油の家系と呼ばれるラーメンが多い(気がする)昨今では貴重な(?)博多とんこつ白濁スープ・細麺のお店です。これまたトンコツというところが好き嫌いがハッキリ分かれるところですがカップラーメンなどのトンコツにありがちな強烈な臭いは一切ありません。特に「香油ラーメン」は香ばしくてお勧め。普通の「ラーメン」も小ぶりでちょっと深めのどんぶりで女性や食の細かい方でも大丈夫だと思います。クリーミーなスープが意外とあっさり食べられます。しかし！狼煙で出てきたラーメンをそのまま食べる方はいるのでしょうか？まずはお冷と共に辛いモヤシが出てきます。テーブルには生のニンニク(と搾り機)・ゴマスリ・紅しょうが・ラーメンダシ(これがポイント!)・餃子のタレと色々なものが。他はともかく、ラーメンダシを入れるとガラリと印象が変わります。お店の説明では(書いてある)「替え玉のあとに数滴・・・」とありますが最初から好きなように調整OKです。



何もトッピングしないと非常にシンプルな印象。

### [駅前店]

- ・住所:松本市中央1-5-21
- ・電話:0263-34-4443
- ・定休日:なし
- ・営業時間:11:30~3:00
- 日祝 11:30~0:00

### [元町店]

- ・住所:松本市元町3-5-18
- ・電話:0263-33-3339
- ・定休日:なし
- ・営業時間:11:30~0:00
- ・駐車場:10台



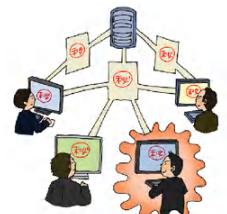
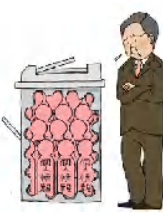
[MAP]



私も大好きです。飲んだときはなぜか必ず最後に食べたくなるんですね。焼酎などお酒のメニューも豊富なのでまた飲んでしまうのが難点です・・・。  
事業部長：談

こんな悩みをお持ちではありませんか？

- ・バラバラに使っているパソコン・プリンタをネットワーク化して効率よくしたい。
- ・社内ネットワークを任せていたパソコンに詳しい社員が転職してしまった。
- ・プリントアウトやコピーのコストがかかりすぎる！
- ・個人情報保護法、セキュリティ、ウィルス・・・どんな対策をすればいい？
- ・取引先から「内部統制」についての要望があった。
- ・電子文書化を進めたい。



上記のようなお悩みをお持ちのお客様。各種ソリューションのご提案をさせていただきます。必要となる機器・設定費用・準備期間等お見積もりいたします。まずはご相談下さい。

## 鍋林株式会社 情報システム事業部

[松本本部]

長野県松本市埋橋1-9-18

TEL:0263-32-0366 FAX:0263-32-0405

[長野営業所]

長野県長野市アークス1番14号

TEL:026-224-5244 FAX:026-226-1244



楽しい食事と仕事 鍋林情シス



本誌に記載されています内容につきましては事実に基づいて構成されております。が、編集者の勘違い・誤解・思い込み等で誤りがあるかもしれません(誤字脱字も)。できたら笑ってお許しください。「一言モノ申したい」という方は、お手数ですが御社担当サービスマンに直接ブツけていただくか下記までよりしくお願いいたします。

**E-mail : [to\\_kitahara@nabelin.co.jp](mailto:to_kitahara@nabelin.co.jp)**



鍋林株式会社 情報システム事業部 映像情報営業課 CE係  
さーびすまん通信編集部 北原 俊幸

長野県松本市埋橋1-9-18 TEL:0263-32-0366 FAX:0263-32-0405