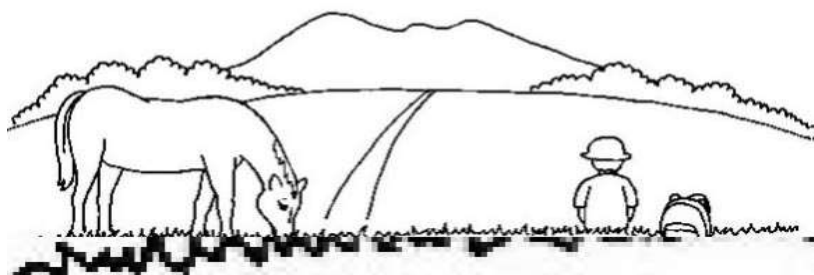


屋台のような小さな店 **スナック みち草** です



店のサイト↓



冷たい肉そば始めました

店主（かどわき）の出身地、山形県河北町名物の「冷たい肉そば」。親鳥を使用しており、町内の多くの店では週末に行列ができます。

当店の肉そばは、同町で作られた缶詰と乾麺を使っています。肉の食感は少し違いますが、つゆは本場と遜色ありません。そばどころだけあって乾麺もレベルが高い。

750円ですが、麺の増量は無料。肉そばを食べるだけなら席料200円をプラスして950円になります。

ぎょうざも始めました

有名な音更町宝永さんの餃子を4個400円で提供、ニラ、生姜、ニンニク満載で、ボリュームがあります。

スナックみち草は 琴似2条3 共栄ビル2階(1階は市場) エレベーター出ですぐ

営業 午後4時30分～10時 ※午後9時に早じまいすることがあります

定休日 日曜日 土曜日・祝日は営業しています

カラオケ

電話 070-5605-1892 (SMSが便利です)



ないで～



合気道による護身術講習会 琴似会館にて



合気道合心館(京都・大阪)素材集より

店主（かどわき）は58歳のとき合気道を始めて10年以上になります（札幌発寒道場所属）。合気道の大きな特徴は、相手の力を受け流し、相手にあまりダメージを与えずに、うつ伏せに制すること。強い力は必要ありません。

これは護身術としても役立ち、初心者の方が基本的な技の「一教」（腕押さえ）でチカンを取り押さえたという話もあります。そこで経験豊かな達人たちによる護身術の講習会を企画しました。 詳細は裏面