

いよいよ、皆様から多数のご応募を頂いた『ハーベストTシャツデザインコンテスト』の審査期間がスタートしました。店頭にてTシャツデザイン案を掲示しますので、投票用紙に必要事項を書いて、投票してください。投票していただいた人の中から抽選で**5名様に1万円分**のJCBギフト券をプレゼントします。投票期間は、1月10日から2月10日までの一ヶ月だけです。ハーベストにあったものや、スタッフにこれを着て欲しい！というものにあなたの一票を投票しましょう！！ホームページからも投票可能です。

瀬川大智  
今週のおすすめ食材！

このほうれん草は、冬の寒さにさらす『寒じめ栽培』という方法で育てられるため、厚めの葉の表面に縮んだようなシワが入ります。それで『ちぢみほうれん草』と呼ばれています。寒じめ栽培により、霜を当てることで、ぎゅっと葉が引き締まり甘みが凝縮されるので、もっとも高いときで糖度が10度以上になるものもあります。また、アクが少ないため、そのままスープやお味噌汁に入れていただけません。歯ごたえがあり、甘みの強い『ちぢみほうれん草』は冬場の旬のみの野菜なので、一度ご賞味ください。

### ★おサイフケータイ★ ハーベストポイントシステムはじまります！！！！

おサイフケータイ対応の携帯電話をお持ちの皆様にご来店1回ごとにハーベストポイントをプレゼントします。ご利用はとっても簡単。

- ①店内の専用端末にお客様の携帯電話をタッチ。
- ②アクセス用のURLをお送りします。
- ③ハーベスト会員登録画面に必要事項を入力ください。
- ④入力いただくと初回来店分ポイントをプレゼント！2回目以降のご来店はケータイをタッチするだけです。

●プレゼントポイント  
ディナータイム 3ポイント  
ランチタイム 2ポイント  
その他の時間帯 1ポイント

●プレゼント特典  
10ポイント……ワンドリンクプレゼント  
コーヒーからカクテルまでお好きなドリンクをプレゼント  
ハーベスト自慢の野菜のカクテルなどこの機会に是非お試しください。  
20ポイント……ネーム入りオリジナルワイングラスプレゼント  
ハーベストでワインを飲まれる常連さんにプレゼントしてきた幻の「ネーム入りオリジナルワイングラス」！このグラスをお持ちの方はまさに♡常連さん♡ネームのデザインも各種ご選択できます。  
30ポイント……オーガニックボトルワイン1本プレゼント  
ハーベスト自慢のオーガニックワイン「マルセルラピエール・ボジョレーピラージュ」をプレゼント。  
カップルでグループで、絶品ワインをご堪能ください！

## 1月第三週目

## ハーベストからお年玉

お年玉をあげてばかりのハーベストのお客様に、

ハーベストからお年玉！？

新年会実施の一週間より前にご予約を頂きましたら、お年玉特典として各コースの価格から**お一人様500円**の、ディスカウントをさせていただきます。皆様、新年会もハーベストでおしゃべりして、飲んで、食べましょう。お鍋以外のコースもごございますので、ご相談下さい。



★豆乳鍋コース★ ★チーズフォンデュコース★ ★トマト鍋コース★  
お一人様4,800円 お一人様5,000円 お一人様5,000円

年中正月ボケの治らないカフェハーベストですが、皆様はもうお正月気分も落ち着いて、お仕事を頑張っている事と思います。気分の切り替わらない人などは是非ハーベストで新年会をして、年中正月ボケの一員になりましょう。そんな危篤な人に、ハーベストからお年玉みたいな、お得情報が1月の間はありますのでしっかりハーベスト通信を呼んでください。

カフェハーベスト スタッフ一同



from  
SPOOKY ELECTRIC

# ヤマラヤスヒロの This is オーガニック music

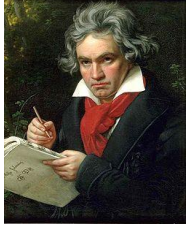
第34回: 第9(歓喜の歌)

小1の息子は本が大好きで、休日にはよく本屋に連れて行ってやります。数年前まで、まだ彼が小さかったため、僕も児童書のコーナーから離れるわけにいかず、その間に子ども向けの図鑑や偉人伝を読みあさりしました。

そんな中で、僕が興味を惹かれたのはベートーベンの伝記。不勉強を曝すようで恥ずかしいのですが(笑)、そこからいろんな事を知りました。ベートーベンがモーツァルトよりも後の時代の人であったこと、当時の潮流に倣わずパトロンを拒み「系術家」としての地位を主張した最初の「音楽家」であったこと、そしてその音楽に次々と斬新な手法を取り入れ続けた人であったこと...。コワモテ(?)の肖像画のイメージから、ちょっと敬遠していたのですが、伝記を読んで以来、一気にベートーベンに興味湧いてきました。

そう言えば、こんな話も聞いたことがあります。美しいメロディや洒落た小品が得意なポール・マッカートニーはモーツァルトに、型破りで革新的なジョン・レノンにはベートーベンに似ている...と。

うーん、確かに。そのベートーベンの革新性ももっとも顕著に表されているのが、もしかしたら『交響曲第9番』なのかもしれません。当時としては(というか今でも)異例の、交響曲と合唱の融合。1時間を越える演奏時間(ちなみに初期のCDの収録可能時間「74分」というのは、この第9の演奏時間に合わせて決められたという説もあります)。今ほど音楽があふれていなかった1824年の人々にとっては、もしかしたらロックンロールやパンクの登場に匹敵する衝撃だったかもしれません。そんな想像をすると、歳末によく耳にしたこの曲もまた違った雰囲気聴こえてきます。



## ハーベストの モーニングメニューご紹介

Aセット 450円 ..... Bセット 500円

モーニングのセットドリンクはコーヒー、紅茶、牛乳、オレンジジュース、グレープフルーツジュース、トマトジュースからお選びいただけます

## SSC通信 vol.26 ヨウコが行く!!

皆さま、あけましておめでとうございます☆今年もどうぞハーベスト共々よろしくお祈りしますね♪

年末年始はゆっくり楽しく過ごせましたか？私は今年は友人宅で新年を迎えました！ほぼ毎年昔の同期のお友達と迎えることが多いんですね。でも、ほぼ毎年酔っ払っているのであんまり覚えていない、というのが現状です。。。

さらに2009年は私前厄なの！な～んて話してるそばから、元旦朝起きたら背中がびっくりするくらい痛くて、ほぼベッドに横になっていましたとさ。理由も全くわからず、(家族には飲みすぎのせいだろう、と断言されたけど)不穏な幕開け。う～む、恐るべし、厄年。ってことで神奈川にある寒川神社にて毎年恒例のご祈祷をしてもらって、さく～っと厄除けをしてきたよん～！これで一安心。

そしておみくじの結果は..... 中吉！運気は上向き、でも今年基礎をしっかりと固めるのが大事なので地道に努力しましょう。といった内容。お～～～～っ！これはまさに私がたてた目標の“千里の道も一歩から”にぴったりなお告げデス☆神様はちゃんと見ているのですよ、きっと！皆さまは初詣詣ってお参りしておみくじひきましたか？？去年以上に楽しくてハッピーな2009年になりますように、頑張ろ～～～う♪

ハーベストでは今月中旬から来店したらポイントがたまる制度を導入するんだってね！たまとワインとかもらえちゃうみたいだけど...私わりとこうゆうポイントとかスタンプとかスキ。すんごいためるけど結局そのあと忘れちゃって使わないで期限が過ぎちゃうタイプ。(←ためる意味ナシ)よ～し、では今年にはハーベストポイントがつつりためちゃおっかな！会員一号とかになっておいたほうがいいよね？常連さん代表として！そしていち早くワインをゲットするのじゃ～！！なんか目標ができてテンション上がってきた～～～↑↑↑

キタアアアアア(∇)ーアアアア!!!

あっ～～～！ここで重大な落とし穴。っていうか私お財布携帯じゃなかった。。。 ちゃんちゃん♪

ハーベスト行く前に携帯替えなきゃな～～。。携帯電話業界にまで影響力大！なハーベスト、恐るべし！！今年もどうぞ私を元気に美しく育ててください。

いづれもハーベスト手作りのオーガニックパンを使っています

Cセット 550円

4人ごき 4人ごき 200円

5人ごき 5人ごき 200円

6人ごき 6人ごき 180円

7人ごき 7人ごき 230円

## Lunch menu 11

ALL ¥950 ライス お好みお肉 大盛り自由！  
区ミニジュース・ミニデザート付

1日15食限定!!

- ハンバーグランチ 玉ねぎたっぷりのお野菜ハンバーグ デミグラスソース
- お魚プレート 本日のお魚料理 (詳しくは黒板orスタッフまで)
- 野菜プレート ごろごろ野菜、岩塩添え
- カレープレート 野菜カレー
- キッシュプレート 緑野菜とトートのキッシュ
- パスタプレート
- お肉プレート
- お休み
- 鶏のナツ揚
- ハヤシライス
- カクレゼ風パスタ
- カルボナーラ
- ロールキャベツ
- 豚キース焼

SET DRINK ¥300

- coffee (ICE/HOT)
- tea (ICE/HOT)
- herb tea (カモミール、ハチスベカス、キンモクセイ、レモングラス、ローズ、ミント)

CAFÉ Harvest

カフェハーベスト  
港区浜松町1-6-5  
03-5425-7337  
http://www.cafeharvest.jp