MWR dining & event information for Japanese readers

MWRのお食事・イベント案内

基地の外からのお電話は、直通で 0956-50-（各番号の下４桁）です。

ハーバービュークラブ　（252-3965）

昼食：午前 11 時~午後 2 時　　夕食：午後 5 時~9 時

＊ランチスペシャル　**$ 6.95**　月~金　午前 11 時~午後 2 時
（サラダバー1 回とアイスティー又はコーヒー付き）
アントレーは、シェフ自慢のつけあわせ入り。

（9 月）
月曜：ショートリブの煮込みとマッシュポテト
火曜：チキンヴェスヴィオとローストポテト
水曜：リガトーニパスタとガーリックトースト
木曜：牛肉のトルティーヤ巻き
金曜：一口サイズの海老フライ

（10 月）
月曜：ローストチキン
火曜：ミートローフとマッシュルームのソテー
水曜：自家製ラザニア
木曜：ポークカツとパスタのバター炒め
金曜：グリルサーモンとほうれん草

＊モンゴリアンバーベキュー：　毎週木曜　午後 5 時~9 時
＊サンデーブランチ：　毎週日曜　午前 10 時~午後 2 時
＊ハーバーカフェ：　コーヒー・紅茶・サンドイッチ
（9 月 13 日と 10 月 4 日はメンテナンスの為お休みの予定です。）

ギャラクシーズ　（252-2980）

＊ランチスペシャル　**$ 5**　月~金　午前 11 時から
全メニューにソーダが付いています。

（9 月）
月曜：ビーフ又はチキンと野菜の炒め物、豆
　　メキシカンライス
火曜：チキンフェトゥチーニ、サラダ、スティックパン
水曜：焼き鳥、チャーハン、春巻
木曜：バーベキューポーク、ポテトサラダ、豆
金曜：サーロインステーキのベーコン巻き、パン
　　マッシュポテト、ミックスベジタブル

（10 月）
月曜：ビーフフロータス、メキシカンライス、豆
火曜：レモンポーク、マッシュポテト
　　コーンブレッド
水曜：ラザニア、サラダ、ガーリックスティック
木曜：チキンディヴァン、サラダ、スティックパン
金曜：スパイス入りオレンジミートボール
　　チャーハン、春巻

ボウリングセンター　（252-3634）

＜トーナメント＞　**1 人$15、 18 歳以上**

＊9 月 3 日(金)、10 月 1 日(金)　午後 6 時 30 分
キャット＆ドッグボウリングトーナメント
（9-ピンノータップを 4 ゲーム）

＊9 月 6 日(月)　正午
労働祭 9-ピンノータップトーナメント

＊9 月 11 日(土)、9 月 25 日(土)
10 月 9 日(土)、10 月 23 日(土)　午後 6 時 30 分
3-6-9 ボウリングトーナメント

＊9 月 17 日(金)、10 月 10 日(金)　午後 6 時 30 分
ノータップスペシャルトーナメント

11 フレームスナックバー　（ボウリング場内）

ランチスペシャル（ソーダ付）　月~金　午前 11 時~午後 5 時

（9 月）

月曜：フレンチオニオンバーガー、フライドポテト	$4.50
火曜：激辛バーガー、フライドポテト	$4.50
水曜：タコスバーガー、フライドポテト	$4.50
木曜：ハワイアンバーガー、フライドポテト	$4.50
金曜：クラブサンドイッチ、フライドポテト	$4.50

（10 月）

月曜：グランプリバーガー、フライドポテト	$4.50
火曜：焼き鳥サラダ、スープ	$5.50
水曜：パティメルトバーガー、フライドポテト	$4.50
木曜：ランピアとチャーハン	$5.50
金曜：ウエスタンベーコンバーガー、フライドポテト	$4.50

スポーツイベント（お問合せ・お申込み：　フリートジム　**252-3588**）

9 月 12 日(日)　午前 8 時 30 分：ミニトライアスロン。メインベースプールで水泳 500m、自転車 15 キロ、基地内 4 キロ走。申込締切 9 月 8 日(水)。男女別上位 3 人を表彰します。

9 月 17 日(金)　午後 5 時 30 分：POW/MIA ホースシュートーナメント。二人 1 組。申込締切 9 月 14 日(火)。場所はニミッツパークです。上位 2 組を表彰します。

9 月 25 日(土)　午前 9 時：平戸ハーフマラソン前哨戦 10 キロ走。ニミッツパークの USO 前を出発。申込締切 9 月 22 日(水)。当日申込みも受け付けます。男女別上位 3 人を表彰します。

9 月 26 日(日)　午後 1 時：3 人制ビーチバレー。場所はニミッツパークのビーチバレーコートです。申込締切 9 月 23 日(木)。上位 2 チームと攻撃・守備それぞれの最優秀選手を表彰します。

10 月 11 日(月)　午前 11 時 30 分：コロンブスデー 5 キロ発見ゲーム走。申込締切 10 月 6 日(水)。ボウリングセンター出発。コース中の各チェックポイントでヒントを受け取り、次の目的地を解読します。男女別で最初に「アメリカを発見」した人を表彰します。

10 月 30 日(土)　午前 9 時：第三回一球勝負ソフトボールトーナメント。申込締切 10 月 26 日(火)。場所はニミッツパーク。1 打席 1 球のみ。ヒットか、ストライクアウトか、ボールで歩くか…！