

先月は4回もオタクゲマンをしました(笑)人命救助に落とし物を届けたり...これは、もしかして運がついたのかもと思いき、久しぶりに年末ジャンボ宝くじを購入しました。まさう簡単に当たりましたが(苦笑) 松戸市二十世紀が丘Mさん57歳

八柱 甘いものが苦手なあの人に送る最高のバレンタイン!
今年もやります!毎年大好評の「ハート型ステーキ」を期間限定販売!

卒業・入学・就職祝いギフト



- 特選黒毛和牛トモサンカク 2枚入り(200g×2) **5,980円**(税込)
- 特選黒毛和牛サーロイン 2枚入り(200g×2) **6,980円**(税込)
- 特選黒毛和牛ヒレ 2枚入り(150g×2) **7,480円**(税込)

毎年大好評!バレンタインはこれで決まり!
2月11日~14日限定販売!



バレンタイン限定特選
黒毛和牛ハート型ステーキ
モモ100g **1,280円**(税込)
サーロイン100g **1,980円**(税込)

肉匠 源蔵

☎047-311-1129

- 松戸市日暮5-185
- 営業 10時~20時
- 定休 年中無休
- ※駐車場あり(4台)



月刊ハロークーポン
肉匠 源蔵
上記特別価格に
有効期限 2月1日~2月28日

上質な肉を卸直営店ならではの驚きの価格で提供し、肉とお客様をこよなく愛する肉の専門店「源蔵」。年末年始は相変わらずの大盛況。店の外まで大行列となるのは今年名物となっています。今回、昨年大好評だった、バレンタインにぴったり「ハート型」のステーキを期間限定販売。見た目のインパクトはもちろ

ご予算・お好みに合わせてお作り致します。

Gourmet

グルメ



家族行事はいつも楽しいから大好き!2月は節分。毎年みんなで豆まきするよ。いつもパパがはりきって鬼役をやるんだけど、今年は私も手伝って、お面を作ったよ。みんながいつも元気で、幸せでいられるように、豆まきががんばろ〜と。

コーヒーハウス たかなし 新八柱駅 徒歩2分

食事もできる喫茶店

目替わりランチ **980円** 飲み物ドリンク付

火~全 9:00~20:30
日・祝 9:00~20:00
月曜定休

モーニング **630円** ドリンク付

昔ながらのゆったりとくつろげる喫茶店です。047-387-3439
森のホール21や八柱公園などへお出かけの際にも、是非お立ち寄りください。

おすすめ湯麺



チンゲンサイタンメン
青梗菜湯麺 980円
青梗菜がたっぷり入った湯麺。ビタミン豊富で癖のない味の青梗菜の豊かな食感をご堪能あれ。



サンラータンメン
酸辣湯麺 980円
ちょうどよい辛さと酸っぱさは中華料理店ならではのバランス。鶏肉・豆腐・しいたけなど具沢山で当店大人気の一品。



【紅琥珀】無濾過5年
1合**980円** 1本**2,890円**
通常、紹興酒は甕で貯蔵した後オリを取り除く為に濾過を行います。塔牌紹興酒【紅琥珀】はより濃厚でコクのある味わいを実現する為に濾過を行わない無濾過タイプの紹興酒です。

中国家庭料理
名菜酒家 珍来
047-341-2615
松戸市小金原6-2-11(小金原中央商店街内)
営業時間/11時~21時 定休日/毎週木曜日・第三水曜日
(20時30分ラストオーダー)

至八柱

至松戸

りんごの名産地山形より直送!!

1月中旬より順次発送

限定200箱

1箱 3kg (6玉~13玉) **1,980円** (税込)

2箱以上ご購入で **送料無料**

4箱以上ご購入で **送料・手数料 500円*** 無料引き

24時間電話受付 ☎050-1866-6595

株式会社 東北ECグローバル
〒982-0402 福島県いわき市仁井田字万町140-3
東北ハッピー農園
☎0120-444-8311 (受付時間:10時~17時)



新潟から取り寄せた新鮮こだわり食材を心ゆくまでご堪能ください。

echigo
えちご
和風モダンダイニング

新潟から毎日直送!!
新潟名産へぎそば

布海苔という海草をつなぎに使った珍しい緑色のそばです。越後地方で「へぎ」と呼ばれる杉の器で出されることからこう呼ばれています。味は普通のそばよりコシがあり、ツルツとした食感が特徴です。本場の味を是非ご賞味下さい。

小 968円 中 1,848円 大 2,728円

和風モダンダイニング えちご～echigo～ 松戸店
〒271-0091 松戸市本町20-1 新角ビル2F
☎047-710-6818
営業時間 月～木・日 16:00～24:00
金・土・祝前日 16:00～翌4:30 J R常磐線
定休日 不定休日あり 松戸駅 徒歩1分



越後もち豚とは、その名の通りつぎたでのお餅のような弾力と、きめ細かな肉質で甘味のある脂肪が特徴の新潟県産 最高級のブランド豚です!!



越後もち豚のしゃぶしゃぶ (2人前～)
1人前 1,739円

旬の食材を活かしたお得な宴会コースは 3,000円～



ハロ～!クーポン
18時迄のご来店でお会計から
全品20%OFF
要予約・2時間制・アラカトのみ他クーポンとの併用不可
有効期限:2023年2月末日

ハロ～!クーポン
日曜日～木曜日限定!!
2時間飲み放題
1,980円～980円に!!
要予約・アラカトのみ金・土・祝前日は利用不可他クーポンとの併用不可
有効期限:2023年2月末日

熱烈中華食堂 日高屋 松戸西口駅前店



中華そば 355円 (税込390円)



野菜たっぷりタンメン 500円 (税込550円)



餃子(6個) 228円 (税込250円)



ニラレバ炒め 482円 (税込530円)

熱烈中華食堂 日高屋

TEL.047-331-3005
〒271-0091 松戸市本町20-16
営業時間 11:00～翌2:00 (日・祝は24時まで)
※営業時間に変更する場合があります。
<http://hidakaya.hiday.co.jp>



Hello! 各店共通
クーポン券
2
クーポンの有効期限が過ぎた日付がない場合は2月末日まで

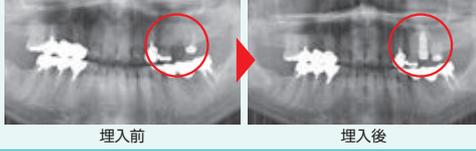
インプラントの症例①



埋入前

埋入後

インプラントの症例②



埋入前

埋入後

インプラントの症例③



埋入前

埋入後

ご来院・ご相談は無料です。
ご相談・お問合せは、歯科衛生士 中村まで

各種カード・ローンの相談も取り扱っております。
詳細はお問い合わせ下さい。

やばしら歯科 駅ビル診療所・愛育会ビル
☎047-384-4182

- 松戸市日暮1-1-2 新京成八柱駅ビル2F
- 松戸市日暮1-5-8 愛育会ビル2F (☎047-385-3591)
- 営業 9時～22時(土曜18時迄) ※12時30分～14時はお昼休み
- 日曜 9時～12時、13時30分～18時
- FAX 047-384-4756 ■yabashira@j-dol.com

今回は3つの症例を紹介します。
症例① 上顎前歯部に2本埋入
症例② 左下小臼歯部に1本埋入
症例③ 右下大臼歯部に2本埋入
健全な骨(骨量)に対し、早めに埋入す

る事によって、自分の歯と同じように咬めて快適に過ごすことが出来ます。材料・技術の進歩でインプラント可能な範囲はさらに広がっています。詳細はお気軽にお問い合わせ下さい。



● Health & Beauty ●

ヘルス&ビューティー



年末年始の行事が過ぎたとうっかりしていたけど、2月は節分やバレンタインなどの行事がありますね。今年の節分は恵方巻を作ります! 具にもしっかりこだわります。バレンタインには、フォンダンショコラに挑戦! 腕の見せ所です!

ときわ

あなたの街の情報誌
Hello!に
<http://www.HelloMatsudo.com>
広告を載せませんか!

- 今後の特集
3月号(2/22発行) グルメ特集
- 4月号(3/22発行) エステ・健康特集
- 5月号(4/21発行) ヘアサロン特集

お問い合わせは **株式会社エムズジャパン** お気軽にお問い合わせください。
☎047-311-7100 ✉eigy@msjp.co.jp

歯を失った時の救世主 **インプラント**

- インプラント歴 **16年**
- インプラント成功率 **97.5%**
- 累計インプラント **5,000本以上**
- 海外最先端インプラント研修 **多数**
- 寝ながら治療が可能



歯科衛生士募集中!!

歯科助手・受付経験者も大歓迎!!



東松戸総合歯科クリニック

- ◆住所 松戸市秋山68-12(秋山クリニックモール) ◆休診日 祝日
- ◆診療時間 平日 9:30～13:00・14:30～20:00 / 土日 9:30～19:00

☎047-392-0101

<http://www.higasimatudo-dc.com/> 詳しい情報はこちら! (東松戸総合歯科クリニック) で検索

各種保険
取り扱い

- 一般 歯科
- 予防 歯科
- 小児 歯科
- 矯正 歯科
- 口腔 外科
- インプラント
- 歯 周 病
- マタニティ 歯科
- 審美 歯科
- スポーツ 歯科

北総線秋山駅より徒歩3分



Letters

千葉県のパレミアム付き食事券を2万円分購入。期限は2月いっぱいですが、ギリギリで病気になったりスマホが故障したりするかもしれないので、早めに使い切りたいと思います。松戸市二十世紀が丘Fさん57歳

徳川文武の「太平洋から見える日本」

第百六十五回繰返す戦争、民間人を違法標的に

広大なロシア領土
ロシア軍の技術レベル

ユーラシアのロシア領土は十四世紀から十八世紀には現在の状態に落ち着いてきた。旧ソ連邦には百を超える民族と三億近くの人口がある。とにかく領土は経緯線方向に約九千キロ、緯線方向に約三千キロある。旧ソ連邦時代、一九三五年にスターリンによる共産党専制が始まり、恐怖政治と諜報活動で計画経済がうまく機能しなかった。第二次大戦の直後、西側から優秀な人材が旧ソ連に流れ込み、宇宙、航空、物理学や化学の優れた理論や応用製品が作られた。一九五八年の人工衛星打上げでは、旧ソ連の技術は米國よりも先行していた。米國の宇宙基地が使用不能になってから、旧ソ連が打上げた宇宙基地はごく最近まで、民主主義陣営も共同使用していた。現在もロシアのロケットはカザフスタン宇宙基地から打上げられている。ロケットや宇宙基地に使用されている回路部品は通常の半導体でいい。顔認証に現在使われるほどの高性能ではない。現在のロシアの戦車、ジェット機、原子力潜水艦の性能は目的には十分だと言われる。最近の潜水艦ミサイルや変曲飛行ミサイルの設計は世界を驚かせた。

強い指導者を好む国柄

二〇二二年二月以来、ロシア軍はプーチン大統領の命令で隣国ウクライナに侵攻し、ウクライナ民間人とその生活拠点を集中的に攻撃している。国連高等弁務官事務所が発表によれば、今年一月十五日までに七〇三一人のウクライナ民間人がロシア軍の攻撃により生命を奪われた。この冬季には発電所が攻撃され電気がつかず暖房は機能しない。政商が前線に送込むのは、刑務所の受刑者や優遇されない片田舎の少数民族だ。一方、ロシア軍に協力しないウクライナの地元民は、ウクライナ製ソフトウェアを使って、ウクライナ戦線にロシア軍の動向を通報している。

金権政治と監視国家

旧ソ連には諜報活動やサイバー攻撃の伝統と人材がある。自国の報道機関は言論の自由を許さない。当局に都合が悪い人間は誘拐や毒殺される。第二次世界大戦直後以来西側と折れず、発展途上国で代理暴動をおこなう合いが続いていた。一九八五年は、言論の自由と透明管理を標榜してロシア大統領制に変革した。彼の父親はウクライナで共産党幹部だった。一九八九年には東西ベルリン市民が壁を取壊し、統一ドイツを実現した。旧ソ連邦諸

国では、バルト三国始め多くの共和国が離脱し、ソ連共産党は解散になった。ロシアを中心とする十一国がCIS(独立国家共同体)に加入しソ連邦は解体した。旧ソ連邦諸国の多くは、エネルギー資源や希少鉱物の埋蔵量が豊富だ。エリツィン大統領は一九九九年から九年間務めたが、チエチエン紛争など不安定な集合体をまとめることはできなかった。そこで大統領選で勝利し、KGBで頭角を現したプーチンは、政商オリガキーを使って豊富な天然資源を輸出して外貨を稼いだ。プーチンは自分の任期を有利にするためにメドベージェフとかけひきをした。

安保理の決議の改訂が急務

国連憲章第七章には、「平和に対する脅威、平和の破壊及び侵略行為に関する行動」とは何かを定義している。国連の安全保障理事会は世界平和と基本的人権を維持、改善、回復するために基本的な役割を果たす重要な報告と活動を行う重要組織だ。詳細は省くが、安全保障理事会は拒否権を持つ五大常任理事国(米、英、仏、中、露)と中国で第六次大戦の戦勝国)と加盟国から総会で選ばれた任期二年の非常任の十理事国から構成される。重大な決議の場合、常任理事国が一国でも拒否すれば、理事会としての意志決定は成立しないと決められている。その他、安全保障理事会の補助機関や、決議方法、議長国の選出などの詳細の取り決めがある。その他、環境保護や健康疫学対策や貧困救済や文教支援も重要な活動である。

※このコーナーへのご意見やご感想をメール、FAX、おたよりにてお寄せください。送り先月刊ハロー編集部

徳川文武プロフィール



最後の将軍徳川慶喜の弟、水戸藩主昭武の曾孫。明治二十五年、昭武公嫡子武定公が子爵を授爵して水戸徳川家から分家した。松戸徳川家の三代目当主。早稲田大学理工学部卒業。スタンフォード大学修士取得後に米國企業に技術者として勤務、三十年米國に在住。元帝京平成大学教授。

大自然の菊芋

確かな品質! 糖ケア素材イヌリン含有サプリメント

国産菊芋使用!!

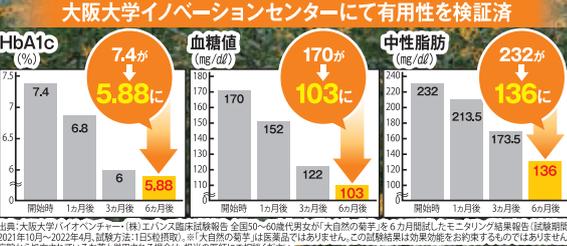
イヌリン 57% 高含有 ※2021年9月当社調べ
2020年上半期スーパーフードランキングトレンド第2位 ※日本スーパーフード協会
1日あたり 約100円 ※定期購入の場合

糖対策・腸活をWでサポート!

- 安心安全の高品質国産菊芋使用
- 有機肥料のみ使用、農薬化学肥料一切不使用
- 衛生面安全面が整った信頼の国内工場にて製造

通常価格 毎月お届け お得な定期購入 3,218円(税込) **69% OFF** 初回限定 **980円(税込)** 送料 無料

※ゆうパケット便にてポスト投函(在宅不要)
2回目以降も5%OFFの3,057円(税込) 送料 無料
※定期購入はいつでも停止・休止できます。次回発送の1週間前までにご連絡ください。



菊芋研究の第一人者が推奨
水溶性食物繊維イヌリンのちから
「菊芋にはイヌリンが多く含まれ、腸内で糖分や脂肪分を包み込んで吸収を妨げる役目をしてくれます。また、腸内で善玉菌の餌となり、腸内環境を整えてくれます。まさに菊芋は「奇跡の食材」といえるでしょう」
高橋玄朴先生
筑波大学講師
菊芋研究会会長

●お申し込みはお電話で ●受付時間:9:00~18:00(日曜休)
050-1866-9473
株式会社 和(なごみ)
〒665-0845 兵庫県宝塚市栄町1丁目6番2号 花のみちセルカ2番館2階

【お支払い方法】NP後払い(wiz)コンビニ郵便局・銀行・LINEPay)、クレジットカードがご利用いただけます。※NP後払いwizの場合は、ご請求書の商品と一緒に同梱させていただきます。記載事項に従って発行日から14日以内にお支払いください。手数料は郵便局および銀行の場合、お客様の負担となります。手数料:郵便局は、現金の場合110円(税込)、銀行は、各銀行によって手数料が異なります。※クレジットカード払いを希望の場合は、お電話にお伝えください。※2回目以降も同じ方法でのお支払いになります。【NP後払いwizの詳細】(株)ネットプロモーションのNP後払いwizサービスが適用され、同社へ代金債権を譲渡します。当社および同社は、各社保有する個人情報サービスをサービスの範囲内で相互に提供します。同社HP(<https://np-atobara.jp/terms/atobara-buyer.html>)にてNP後払いwizの規約および同社のプライバシーポリシー(名義)をご確認ください。ご利用の際は、必ずお申し込みの旨をお知らせください。2回目以降は初回購入日を起算として30日毎にお届けいたします。【返品・交換】商品到着後8日以内にお電話(0120-753-311)で連絡をお願いします。その際は未使用、未開封の商品に限らせていただきます。返品送料と返金にかかる振込手数料はお客様にてご負担していただきますので、予めご了承ください。万一、不良品の場合や、到着時破損の場合などは直ちに交換いたしますので、送料負担にてご返送ください。※お預かりした個人情報は、商品の発送、ご注文等に関するご連絡のほか、カタログ・DM等の送付など各種情報の提供に利用いたします。

上本郷 心の想い出を!伝えていきたい、ひなまつり。

本店では場所を取らないコンパクトな商品を多数揃えておりますが、お雛さまを入れ替えてオリジナルのセットを仕上げてみませんか? お買い上げの方にはプレゼント以外にも当店と提携している撮影スタジオでの撮影無料券を進呈致します。



ひな人形

NO1 久月作親王飾りセット
間口50×奥行29×高さ26cm
67,000円(税込)

NO2 親王飾りケースセット
間口50×奥行28×高さ33cm
特別割引価格
56,500円(税込)

NO3 這子人形
30,000円(税込)

NO5 青恋桜刺繍の名入れ旗
15,000円(税込)

NO6 久月つるし飾り
高さ43.5cm
12,000円(税込)

各種クレジットカード利用できます。*屏風やボンボリなど単品でのお求め出来ます。お気軽にお問い合わせを。

御・小売人形の光宝
☎047-366-0444
■松戸市緑ヶ丘2-233-12
(上本郷駅ロータリーより徒歩2分)
■営業 9時~19時
■定休 不定休



5万円以上お買い上げの方に被布着をプレゼント!

● Variety ●
バラエティ



2月14日はバレンタインデー! 今年は何個もらえるか楽しみ! 『友チョコ・義理チョコ・本命チョコ』っていろいろあるみたけど、僕は何でもいっぺい欲しいな。去年より多くもらえるように、今のうちから女の子に優しくしなくちゃ!

あなたの街の情報誌
Hello!
http://www.HelloMatsudo.com
広告を載せませんか!

3月号(2/22発行) グルメ特集
4月号(3/22発行) エステ・健康特集
5月号(4/21発行) ヘアサロン特集

お問い合わせは ☎047-311-7100

降りそうで降りませんね!
スタッドレスタイヤ
年末で品薄になりましたがご相談下さい。
*店頭在庫はほぼ完売いたしましたのでご了承下さい。

Vivid **GOOD YEAR** 有限会社 **ヴィヴィッド**
松戸市稔台1086-1 TEL.047-392-7626

水曜 店休

上野の「足裏ケア専門店」
足ゆびバランスパッドコース 完全予約制
1セット(両足・標準品8個)+足裏ほぐし(10分)
3,500円

①足ゆびから下半身の筋力が強化され姿勢がよくなります。
②足ゆびの踏ん張りを促すので全身のインナーマッスルが強化されつるだけで代謝機能(体脂肪燃焼)がアップし自然にダイエット!!!

外反母趾・扁平足・浮き指・冷え症・むくみ・猫背(姿勢改善)・認知症(予防)

店主自らの経験から作り上げた独自の「足裏ケア」が、お客様の「足の悩み」を解決します!

ミッチーフット 上野店
◆予約優先 台東区東上野3-34-1
☎03-3836-1767

人気ヘアサロン特集
グルメ
ヘルス&ビューティー
バラエティ
求人情報
インフォメーション
プレゼント

Letters
体重計ではないが「長寿計」なるものが出来るかもしれない。そして、これまでも「ビデオメッセージ」で、親子へ、夫が妻へ等自分の思いを伝えていたが、今後A1等を活用し、永遠に語り合える日が来るかと信じている
松戸市稔台Mさん65歳

南流山 気軽に「音楽」を始めよう! ◎楽器の種類は12種 ◎完全個別指導
◎月1回から可能 ◎お子さま～大人・シニアまで ◎楽器レンタルあり

体験レッスン受付中!
1回 1,000円
2022年11/1の体験レッスンから

入会していただきますと、初月の
レッスン料を1,000円割引いたします。
※入会金はいらないでください。
ぜひ一度、お問い合わせください▶▶▶

**【お知らせ】
オンラインレッスンも
対応いたします。**

◆iPhone iPadを利用したFaceTime
◆LINEのビデオ通話

教室のタブレットの使用を予定しており、
右、LINEのQRコードからアクセスできます。
※料金についてはお気軽にお問い合わせください。



みみミュージックさんでは、ピアノ、ヴァイオリン、ヴィオラ、チェロと
いった弦楽器、フルート、クラリネット、オーボエ、オカリナ、ホルン、
トランペット、サクソフォン、ファゴットといった管楽器など豊富な
楽器が習えます。「憧れの楽器を弾いてみたい!」発表会である曲
を、「いつかはオーケストラの一員に!」始める動機や目標は皆さん
様々。まずは気軽に始めてみませんか?その他に「音楽」や、人気の
幼児教育の「リトミック」もありますよ。

五香 金・プラチナを売る前に!
無料の見積りで正しい価値をお伝えします。

金の価格が高騰し、街中でたくさんさんの買取店を見かける
ようになりました。
しかし、買取価格・査定力は店舗によりバラつきが大きく、
他店で断られた物や、値段の安かった物も、「実は本物の金
だった!」ということも多く見受けられます。
当店は70年前から貴金属や宝石を取り扱っており、最新の
機器を用いて1点1点査定し、買取価格も都内基準で設定し
ております。
見積もりだけでも大歓迎です。まずはお気軽にお問合せ
ください。

見積もりだけでなく大歓迎です。まずはお気軽にお問合せ
ください。

親切・丁寧な対応を心がけています。

**売りたいものは売らずに
一時的に現金にできます**

お持ちの品物を質で預けることにより、
一時的に現金化し、後で取り戻すことが
できます。

詳しくは



みみミュージック
☎04-7138-5324

■流山市南流山4丁目14-24
■営業 8時30分～22時
(土・日・祝は朝7時～)
※南流山駅徒歩3分、駐車場完備
http://mimi-music.jp
mimi.music.nagareyama@gmail.com



月刊ハロー!クーポン
みみミュージック
ヴァイオリン・ヴィオラの
月謝50%OFF

※新規入会で、3ヵ月継続され
た方(3ヵ月目に利用可能)
※月刊ハロー!見または、共通ク
ーポン券使用で特典が受けられます。
有効期限2月末日

質えぐる
☎047-387-1534

■松戸市金ヶ作408-73
■営業 9時～19時30分
■定休 毎週水曜、第3・4火曜
http://www.eguro78.com/
※新京成線五香駅東口すぐ ※駐車場あり



月刊ハロー!クーポン
質えぐる
見積りに来て頂いた方に
取引成立・不成立に関わらず
**BOXティッシュ
プレゼント!**
有効期限2月末日

雨漏り 外壁のヒビ ゴミ詰まり 雨どい修理専門店へ!

修理 **1ヶ所** あたり
※雨どい1mあたり
通常価格 **5,280円** ▶ **3,300円**

見積り無料・現地調査費無料

住まいの雨どい修理から屋根リフォームまで
大切な住まいの手入れは納得価格で安心できる地元業者へ

●雨どい工事部分交換 13,200円～
●雨どい調整・そうじ 13,200円～
●雨どいパーツ交換 1カ/550円～
●瓦溜め直し 330円/枚(スレ補修含む)
●屋根漆喰工事 2,640円/m
●雪止メ金具取付け 330円/1カ+工事
●液板交換 90cm/3,300円～
●屋根防水塗装工事 2,750円/m²～
●屋上防水工事 9,680円/m²～
●木部防腐塗装(破風・ノキ天) 2,750円/m²
●サビ止メ塗装 2,750円/m²
●外壁塗装・セラミック塗装/ローラー仕上げ3工程塗り 2,750円/m²～
※その他、住宅宮繕工事はなんでも受け賜ります。

私が
お伺いします!
お気軽に
お電話下さい。

年中
無休

☎050-3154-3102 (担当)

あまどい屋
松戸中央店
y.kohei@amadoi-matsudo.com
amadoi-matsudo.com/

☎0120-311-642
(月～金/9:00～20:00)
松戸市八ヶ崎3-73-10

電話de詐欺は留守番電話で撃退!

電話de詐欺発生件数 **122件** ※暫定数値と
なります。

被害金額 **約2億円** ※松戸警察署管内
令和4年1月1日～令和4年12月31日

詐欺被害の9割以上は自宅の固定電話にかかってくる電話から始まります。
留守番電話を設定して被害を防止しましょう

ただいま
留守にしてい
おります…

松戸警察署 ☎047-369-0110

Hello! 各店共通
クーポン券
2

自転車コラム 16

50代からはじめました!

筆者プロフィール:50代、身長168cm、体重81kg。夏でも病気以外で食欲が減退したことはありません。糖尿病と交戦中。

自転車 でいこう!



Enjoy the bike

岩瀬駅から出雲大社や道の駅へは国道沿いに走っていく感じです。車には注意ですね。

土浦りんりんロード 1月2日、天気が良いので久しぶりに土浦からJR水戸線岩瀬駅までのりんりんロードをメインに常陸国出雲大社、新しく出来た道の駅空間を目的に行ってきました。りんりんロードは土浦駅を境に筑波山側と霞ヶ浦側のコースがあります。霞ヶ浦側のコースは湖を一周するコースなのですが距離が120km以上あるので土浦側の40kmにしました。コースは平坦なのですが風が強く、ペダルをこぐのに苦労します。筑波山がよく見えるので景色は素晴らしいです。このりんりんロードから外れて、筑波山にヒルクライムに行く自転車乗りをよく見かけます。不動峠を終着点として一区切りされている方が多いようですね。私は坂が苦手なのでごいなーと思いつつ傍観しています。



筑波山側りんりんロード:こんな景色のサイクリングロードはありがたいですね。

●協賛企業様・ショップ様募集中! 委細は株式会社エムズジャパン TEL.047-311-7100までお問い合わせ下さい。



りんりんロードの起点/終点の岩瀬駅



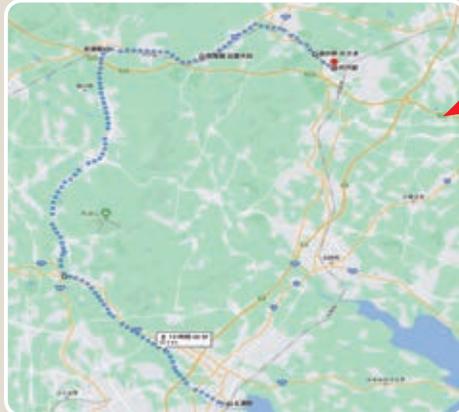
常陸国出雲大社:混んでて参拝は諦めました。



道の駅空間:出来たばかりなのでキレイ



道の駅で昼を食べたのが16時30分頃...



グーグルマップで自転車にするとダメだったため徒歩でルートを出しています。



土浦駅から穴戸駅までの道のり:約60km 約5時間 *コースは誤差は多少あります。ご了承ください。

チラシに“新しい価値”を付与するために...国内初の最新生産設備を導入しました。

1枚1枚、違う情報が入ったチラシが量産可能に!



株式会社タイハイ 印刷事業部
営業本部 / 千葉県市川市鬼高3-30-18
Tel:047-378-3301 (代) Fax:047-320-3266

新感覚 スプレー洗車機でできる高品質ガラス系コーティング

ガラス系

ヴェールコーティング ワンランク上のツヤと輝き

水コース 400円
モコモコ泡洗車コース 600円~

ノンブラシ自動洗車機もあります!

超撥水! かければかけるほどツヤ感がUPします

セルフ洗車場 **BLUE GARDEN** ブルーガーデン

松戸市西馬橋幸町76
営業時間 AM6:00~PM9:00

Letters

京都旅行で路線を間違えて地下鉄・バス1日券を買ってしまったと思いきみ(本当は合っていたのですが)キケンセルでできないので、その券の使える駅まで行くのに半日も費やし、神社仏閣巡りは1/4位になごしまいしました。後で調べたらホテルの前の地下鉄から一直線でした(あーあ)。
流山市平和台Mさん65歳

看板専門 LED電光掲示板 手摺・装飾金物

株式会社 **33工房** さんさんこうぼう

TEL:04-7190-1966

〒277-0932 千葉県柏市藤ヶ谷新田169-4 千葉県屋外広告業登録111199号
FAX: 04-7190-1967 E-mail: s1f@san-studio.jp

美しくライトアップされた桜もお見逃しなく

とまわだい5

第49回常盤平さくらまつり

令和5年3月25日(土)・26日(日)

歩行者天国タイム11時~18時

主催:第49回常盤平さくらまつり実行委員会

あなたの街の電気屋さん!

電気の町医者、
あなたのかかりつけに!
お困りの時は、
お気軽にお電話を!

私たちに
おまかせください!



すぐにかかけつけます!



電気のことなら
おまかせください!

見積り無料!
出張費無料!



0円 **ご相談は全て無料!** **まずはお電話!**
※依頼内容によって料金が発生する場合がありますが、まずは、電話で無料相談下さい。



松戸市の電気屋さん **トラストデンキ** ☎047-710-5185
カード支払いOK! facebook、ほほ 毎日更新! いいね! してね

松戸市八ヶ崎5-21-7 営業時間 9:00~19:00 <http://www.trust-denki.jp/> トラストデンキ 検索

グッドケア4の特長

特1 長 居宅事業所を併設
事業所番号 1272206135

ケアマネージャーが、介護のご相談はもちろん、ケアプランも作成いたします。

特2 長 広々お風呂

広々とした大きなお風呂で、ゆっくりとおくつろぎください。心も体もリフレッシュ!

特3 長 マッサージ

関節の拘縮や筋内の萎縮を防ぎ、血行を良くして老化を抑え、いつまでも自立できるよう支援します。

特4 長 リハビリ

専属の機能訓練指導員による個別プログラムで、無理なく効果的に筋力アップを目指します。

利用者様、ケアマネさんのお喜びの声

「同居家族の都合で、夕(朝)ごはんの手配が取れない日がある」
そのことを相談したら、お弁当を作ってくれたのはうれしかったです。
(利用者様)

「エレベーターのない集合住宅にお住まいの利用者さんには、送迎の際、お部屋まで迎えにいき、おぶってくれました。」
(ケアマネさん)

「たくさんのおトレーニングがあり、やさしく教えてもらいながら頑張っています。」
(利用者様)



グッドケアしいの木台
居宅介護支援事業所 事業所番号 1272206135
デイサービスセンター 事業所番号 1272206143
TEL.047-383-2277
FAX.047-383-2278
〒277-0945 千葉県柏市しいの木台2-7-7
営業時間/8:00~17:00 休業日/日曜日



見学・体験大歓迎!

パート募集

正社員同時募集 詳細はお問い合わせ下さい。

募集要項

- 主な業務内容 / 入浴補助・料理・送迎 等 ※ヘルパーの経験・資格は問いません。
- 給料 / 時給990円~
- 時間 / 8時30分~17時30分 時間・曜日は応相談
- 休日 / 日曜、他相談
- 資格 / 要普通免許・経験者優遇・ヘルパー資格所有者優遇
- 待遇 / 昇給随時・交通費全額支給・社会保険完備・車通勤OK
- 応募 / 下記までTEL後、履歴書(写真貼付)持参

blankある方
経験ない方でも
大丈夫!!

Hello! 各店共通
クーポン券
2