

UKIUKI 読者限定企画

お得な★割引★
★サービス★

クーポン大得集

3面A6G01

UKIUKI

ウキウキする地域生活情報紙 2月25日 第119号

●毎週金曜発行 ●全てのご家庭に新聞折込と一部宅配でお届け

松戸東版

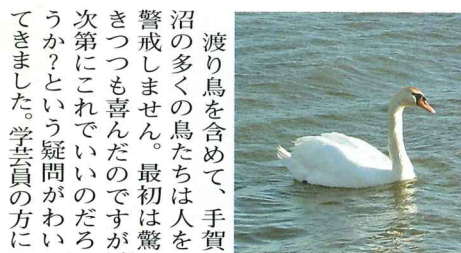
発行部数 111,500部
新聞折込 108,000部・宅配3,500部
配布エリア 6号線より東側の松戸市全域
発行 株式会社ユースメディア
千葉県柏市酒井根5-4-10
TEL:04-7176-2111
FAX:04-7176-8931
E-MAIL: ukiuki@yusmedia.co.jp

常盤沿線をネットワーク 地域密着型の求人情報紙

ユースメディア

松戸版・柏版・取手版 毎週日曜発行

お申し込みお問合せは
ユースメディア ☎04-7176-2111(代)



渡り鳥を含めて、手賀沼の多くの鳥たちは人を警戒しません。最初は驚きつつも喜んだのですが、次第にこれだいいのだからか?という疑問がわいてきました。学芸員の方に

【我孫子市鳥の博物館】
日本初の鳥の博物館として平成2年開館。さまざまな視点から鳥の特徴を紹介するコーナーなど解説も丁寧です。記者はこの日たまたま実施されていたガイドツアーに飛び入りさせていただきました。定例のガイドツアーはありますが、事前に相談すれば、学芸員の方が可能な限り対応してくださるそうです。鳥の種類は多いが観察には絶好。記者はオナガガモや我孫子市の鳥でもあるオオバンをはじめ、コバク、シジュウカラ、マガモなど特徴のある野鳥に出会うことができました。



・本来許容できる数以上の鳥が一カ所へ集中する
・特定の生物の個体数が増え過ぎると生態系が崩れる
・多量の餌によって水が汚染される
・人工的な餌は栄養をあたえ、伝染病が発生した場合、感染が広がり大量死を招く
・習慣的な餌付けは野生を失わせ、採食能力を衰えさせる
「人と鳥の共存」、これが鳥の博物館が掲げるテーマです。



我孫子市高野山1115
☎04-7182-1101
http://www.yamashina.or.jp

大正時代、手賀沼周辺には柳末悦・志賀直哉・武者小路実篤ら白樺派の文化人が水と緑を求めて集まりました。さらに、民芸運動を通じて柳と親交のあったイギリス人陶芸家バーナード・リーチも加わったのです。後に益子焼の大家となる浜田庄司がリーチと出会ったのも当地でした。これが同じく文化人に愛された鎌倉にならって「北の鎌倉」と称された所以です。

「人と鳥の共存」、これが鳥の博物館が掲げるテーマです。

休館日/毎週月曜日(祝日の場合は次の平日)
入館料/一般300円
高校・大学生200円
小・中学生100円
住所/我孫子市高野山234・3



手賀沼は、干拓による自浄能力の低下や周辺の開発に伴う生活排水の流入により水質汚染が進んだと考えられます。松戸市は一部手賀沼へ流れ込んだ水。さらには、いかなる手賀沼を「ひとり」が取り組まなければならぬ課題です。

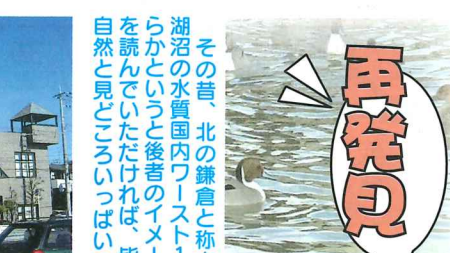


「財」山階鳥類研究所
秋篠宮様が総裁を務め、紀宮様が研究活動をされている「山階鳥類研究所」は、鳥の博物館の角を入った左手にあります。前身の山階鳥類標本館の創設者は皇族の山階芳麿氏。通常、一般公開はしていませんが、毎月第4金曜日に、ビデオ等で研究所の活動を紹介する所内見学会を行っています。(定員30名・要予約)



「白樺文学館」
開館時間/10時~17時
休館日/月曜日(月曜日が祝日の場合は開館)
入館料/無料
住所/我孫子市高野山新田193
☎04-7184-0555
http://www.pref.chiba.jp/syozoku/e/tegashin/

「白樺文学館」
開館時間/10時~17時
休館日/月曜日(月曜日が祝日の場合は開館)
入館料/無料
住所/我孫子市高野山新田193
☎04-7184-0555
http://www.pref.chiba.jp/syozoku/e/tegashin/



「手賀沼」
その昔、北の鎌倉と称され多くの文化人が愛した風光明媚な手賀沼。一方では、湖沼の水質汚染という不幸な過去を記憶もたれたい手賀沼。どちらかというと後者のイメージをお持ちの方が多いのではないのでしょうか?この特集を読んでいただければ、皆さまの手賀沼観も変わるかもしれません。歴史・文化・自然と見どころいっぱいの手賀沼ですが、今回は手賀大橋を周辺をご紹介します。



「手賀沼」
その昔、北の鎌倉と称され多くの文化人が愛した風光明媚な手賀沼。一方では、湖沼の水質汚染という不幸な過去を記憶もたれたい手賀沼。どちらかというと後者のイメージをお持ちの方が多いのではないのでしょうか?この特集を読んでいただければ、皆さまの手賀沼観も変わるかもしれません。歴史・文化・自然と見どころいっぱいの手賀沼ですが、今回は手賀大橋を周辺をご紹介します。

「手賀沼」
その昔、北の鎌倉と称され多くの文化人が愛した風光明媚な手賀沼。一方では、湖沼の水質汚染という不幸な過去を記憶もたれたい手賀沼。どちらかというと後者のイメージをお持ちの方が多いのではないのでしょうか?この特集を読んでいただければ、皆さまの手賀沼観も変わるかもしれません。歴史・文化・自然と見どころいっぱいの手賀沼ですが、今回は手賀大橋を周辺をご紹介します。

手賀沼を生かしたまちづくり推進委員会作成のTeGaマップを20名の方にプレゼント

ちょっと古いパンフレットですが、手賀沼周辺のMAPや見所が満載です。また「TeGaマップ」をご持参になると我孫子市鳥の博物館に無料で入館できます。(1回のみ5名まで)

応募方法: 郵便番号・住所・氏名・年齢・職業・UKIUKIに一言を書き添えてメール、FAX、ハガキでUKIUKI編集室まで
〒277-0053 柏市酒井根5-4-10-3F
E-Mail: ukiuki@yusmedia.co.jp FAX: 04-7176-8931

締切 3/4必着

「地震に強い家」構造見学会開催!

阪神大震災クラスの揺れを与えても異常なし! (消防署と同じ耐震等級 最高ランク3) 「住宅性能評価書」付き

太陽光発電の施工を見学できます。(2/26土) ※完成前で見学できません。

「ナショナル耐震住宅工法 テクノストラクチャーの家」

坪単価 税込みでもこの価格 **35.5万円** (延床面積38坪以上の場合)

オールナショナル商品 一部ごとの構造計算 自由設計の家

注文住宅のパイオニア 自社施行だから安心・安全・安価

トークンホーム株式会社

〒270-0021 松戸市小金原4-40-18 Eメール: info@token-home.com
ホームページ: http://www.token-home.com

フリーダイヤル **0120-68-2582 TEL.047-342-7335**

モデルハウスはいつでもご覧頂けます。

●営業時間 AM10:00~PM5:00
●定休日/水・木曜日
●住所 松戸市小金きよヶ丘2-16-5

新型 ジューキミシン書のセール 入園・入学の準備に!

全国に広がるミシン大型総合ディスカウントチェーン、全国56店舗のネットワークで夢広がるソーイングのお手伝い、あなたにピッタリのミシンをご自宅へお届けします。

2/25 金より 限定 **20台** お一人様一台限り

特別価格 **9,800円** のところ
下取りミシンがあれば更に **2,000円引き** の

なんと 7,800円に!!

●スーパーラウンドロックカッター標準装備●ハードケース付き●全回転水平カマ●自動糸通し●説明ビデオ付き●ワイドテーブル付き●アフターサービス付

●本体サイズ/幅353mm×高さ263mm×奥行179mm ●重量/5.2kg(本体のみ)

好評! ミシン修理 特別キャンペーン!

調整 **500円** 税込 お見積もり無料 出張費無料

※部品交換、分解整備は別料金となります。工業・特殊ミシン等は対象外になります。

万一直らない場合は、料金は一切いただきません

当店が定めた技能講習課程を修了したミシン技能士にお任せ下さい

●上糸・下糸調整 ●糸切れ調整 ●針折れ調整 ●お金の調整 ●布送り調整 ●振動調整 ●モーターの調整 ●騒音調整 ●その他調整 ●古いミシンのご説明 ★メーカー問わず

ミシンのことならどんなことでもお気軽に御相談下さい。

お申し込みはお電話で **ソーイングハウス松戸店**
松戸市小根本39-1 (若瀬十字路交差点近く)

★営業時間★ **9:30~18:30**

0120-63-4134
047-363-4134

「地震に強い家」構造見学会開催!

阪神大震災クラスの揺れを与えても異常なし! (消防署と同じ耐震等級 最高ランク3) 「住宅性能評価書」付き

太陽光発電の施工を見学できます。(2/26土) ※完成前で見学できません。

「ナショナル耐震住宅工法 テクノストラクチャーの家」

坪単価 税込みでもこの価格 **35.5万円** (延床面積38坪以上の場合)

オールナショナル商品 一部ごとの構造計算 自由設計の家

注文住宅のパイオニア 自社施行だから安心・安全・安価

トークンホーム株式会社

〒270-0021 松戸市小金原4-40-18 Eメール: info@token-home.com
ホームページ: http://www.token-home.com

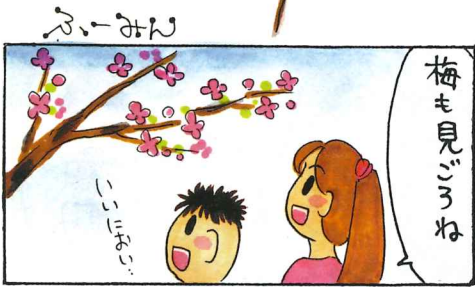
フリーダイヤル **0120-68-2582 TEL.047-342-7335**

モデルハウスはいつでもご覧頂けます。

●営業時間 AM10:00~PM5:00
●定休日/水・木曜日
●住所 松戸市小金きよヶ丘2-16-5

いがぐりくん

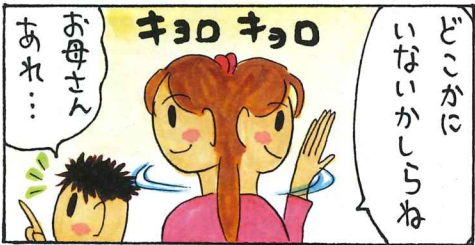
●梅に...



梅も見ごろね



梅といたら
うぐいすよね



お母さん
あれ...

どこかに
いないかしらね



いるのは
カラスばかりだよ

親子で
あそぼ・あそぼ・あそぼ!!

入場券当選者発表

古ヶ崎 高橋雅子様
八ヶ崎 福島真美様

たくさんのご応募
ありがとうございました

文学広場
【ミニミニ広告】大募集!
例えばこんな使い方!
●フリーマーケット!
明日から○○公園で
フリーマーケット開催。
リサイクル品・古着物多
数出店予定あり。
出店希望者まだ募集中!
047-0000-0000
●サークル仲間募集!
社交ダンス同好会募集
初心者大歓迎・興味ある
まで
047-7176-2747

**●新聞未購読の方で「ウキウキ」の宅配
をご希望の方(松戸市内に限ります)**
「ウキウキ」は毎週金曜日本紙の新聞折込で皆様のお手
元にお届けする予定です。現在新聞を未購読の方で
宅配をご希望の方は編集部までご連絡下さい。翌週か
ら毎週宅配致します。
(お知らせ下さい)
お名前・ご住所・電話番号および宅配場所(ポストなど)
配布前に投函場所の確認にお伺い致します。

**●現在、新聞未購読の方で新たに新聞購読
をご希望の方(松戸市内に限ります)**
「ウキウキ」編集部では、現在新聞を未購読で新たに新
聞購読のお申込み頂いた方に「お楽しみプレゼント
キャンペーン」を実施中です。編集部までお申込み下
さい。現在購読紙の銘柄変更はお受けしていません。
現在未購読の方に限りです。

「レシピ」募集!
「私のレシピ」ではみなさんの
自慢のレシピを募集しています。
手抜き料理、弁当のおかず、
酒の肴、故郷の自慢料理等なんでもOKです。
＜宛先＞〒277-0053 柏市酒井根5-4-10-3F
FAX:04-7176-8931
E-mail:ukiuki@yusmedia.co.jp
UKIUKI編集部「おすすめレシピ」係

売り込み 持ち込み 大歓迎!
UKIUKIはみんなで創る媒体です。エッセイ、小説、詩、俳
句、短歌、漫画、写真、松戸の郷土史研究等なんでもOK。
ただし、未発表のオリジナル作品に限ります。掲載の際には
薄謝進呈致します。応募作品は返却致しませんのでご了承ください。

**「取材依頼・掲載申し込み」
お待ちしております。**
バザー、フリーマーケット、サークルの紹介、展示会、発表
会の案内等を「掲載して」。「取材に来て」お待ちしております。
但し紙面の関係等で、お申込のあった全てに取材に
伺ったり、掲載をお約束することはできません。何卒ご了承
ください。

上記の申し込み、送り先
UKIUKI編集部
〒277-0053 柏市酒井根5-4-10-3F
FAX:04-7176-8931 E-Mail:ukiuki@yusmedia.co.jp

様の木製の床は当時のま
まのこと。
公開日
水・日曜日9時～16時
土曜日9時～14時
問い合わせ
04-7185-1151



【旧村川別荘】
子之神大黒天を祀る、東
京帝大教授村川堅固の別
荘。バーナード・リーチ
のデザイン、宮大工佐藤
鷹蔵製作の三角椅子が目
を引きます。モザイク模
様の木製の床は当時のま
まのこと。
開館時間／9時～18時
(レストランは8時～21時)
住所／東葛飾郡南町箕
輪新田59-2
04-7193-3302
http://www6.ocn.ne.jp
/~shonan
手賀沼は四季折々さま
ざまな顔を見せてくれま
す。



新鮮な野菜が豊富。珍し
い野菜もあります。わさ
び大根は蕎麦によく合
いました。4月には5周年
記念イベントが予定さ
れています。
開館時間／9時～18時
(レストランは8時～21時)
住所／東葛飾郡南町箕
輪新田59-2
04-7193-3302
http://www6.ocn.ne.jp
/~shonan
手賀沼は四季折々さま
ざまな顔を見せてくれま
す。



**育兒サークル
おにぎりくらぶ**
親子でとても楽しみな
から活動している育兒
サークルの「おにぎりく
らぶ」を紹介します。
約10年前に結成されて
松戸駅周辺や二世紀ヶ
丘の辺りで活動していま
す。現在メンバーは15
人です。内容は主に季節
ごとの行事をしていて、
例としておひな祭り、運
動会、クリスマス会など
があります。

私がお邪魔させても
らった日の内容は、カレ
ンダー作り、音楽にあわ
せての踊りやカルタとり
でした。工作は切ったり
貼ったりがメインです。
和気あいあいとしたと
ても良い雰囲気の中、親も
子も笑顔いっぱいでした。
お母さん方が幼稚園の先
生みだいに、上手に進行
されていて、子供も真剣
な眼差しで集中しながら
楽しんでいました。とて
印象的でした。
お母さん方が、以前の
活動資料をもとに、行事
内容を決定しているのだ
とです。「幹事さんは大
変ではないですか?」と
聞いてみると「家で子供
のようサークルに入っ

としていて活動していま
す。現在メンバーは15
人です。内容は主に季節
ごとの行事をしていて、
例としておひな祭り、運
動会、クリスマス会など
があります。
私がお邪魔させても
らった日の内容は、カレ
ンダー作り、音楽にあわ
せての踊りやカルタとり
でした。工作は切ったり
貼ったりがメインです。
和気あいあいとしたと
ても良い雰囲気の中、親も
子も笑顔いっぱいでした。
お母さん方が幼稚園の先
生みだいに、上手に進行
されていて、子供も真剣
な眼差しで集中しながら
楽しんでいました。とて
印象的でした。
お母さん方が、以前の
活動資料をもとに、行事
内容を決定しているのだ
とです。「幹事さんは大
変ではないですか?」と
聞いてみると「家で子供
のようサークルに入っ

このサークルは、
約10年前に結成されて
松戸駅周辺や二世紀ヶ
丘の辺りで活動していま
す。現在メンバーは15
人です。内容は主に季節
ごとの行事をしていて、
例としておひな祭り、運
動会、クリスマス会など
があります。
私がお邪魔させても
らった日の内容は、カレ
ンダー作り、音楽にあわ
せての踊りやカルタとり
でした。工作は切ったり
貼ったりがメインです。
和気あいあいとしたと
ても良い雰囲気の中、親も
子も笑顔いっぱいでした。
お母さん方が幼稚園の先
生みだいに、上手に進行
されていて、子供も真剣
な眼差しで集中しながら
楽しんでいました。とて
印象的でした。
お母さん方が、以前の
活動資料をもとに、行事
内容を決定しているのだ
とです。「幹事さんは大
変ではないですか?」と
聞いてみると「家で子供
のようサークルに入っ

このサークルは、
約10年前に結成されて
松戸駅周辺や二世紀ヶ
丘の辺りで活動していま
す。現在メンバーは15
人です。内容は主に季節
ごとの行事をしていて、
例としておひな祭り、運
動会、クリスマス会など
があります。
私がお邪魔させても
らった日の内容は、カレ
ンダー作り、音楽にあわ
せての踊りやカルタとり
でした。工作は切ったり
貼ったりがメインです。
和気あいあいとしたと
ても良い雰囲気の中、親も
子も笑顔いっぱいでした。
お母さん方が幼稚園の先
生みだいに、上手に進行
されていて、子供も真剣
な眼差しで集中しながら
楽しんでいました。とて
印象的でした。
お母さん方が、以前の
活動資料をもとに、行事
内容を決定しているのだ
とです。「幹事さんは大
変ではないですか?」と
聞いてみると「家で子供
のようサークルに入っ

◎活動日／月2回火曜日
4月から水曜日に変更
※月1回自由参加の公園遊びあり
◎時 間／午前10時～12時まで
◎場 所／松戸駅周辺、二世紀ヶ丘
◎月会費／300円
◎対象者／1歳～未就園児とその親
◎問い合わせ
047-360-3329 田村
http://yaplog.jp/gunchan
27/



**キッチン&バス・サニタリー
INAXキャンペーン 50%OFF**
日頃お世話になっている皆様への感謝の気持ちを込めて、
キッチン&バス及びサニタリーのINAX商品50%OFFキャンペーン
申し込み受付期間 17年3月31日

ユニットバスルーム
INAX
マンションリフォームユニット
BYR-1216LBEL
本体標準仕様価格
¥680,137 (税込)

洗面化粧台
INAX
オフ
FTN755S+MFT753TH
本体標準仕様価格
¥144,375 (税込)

トイレセット
INAX
アメージュM
GBC-220PU+GDT4820+NB
本体標準仕様価格
¥90,835 (税込)

シャワートイレ
INAX PASSO
CW-E31
本体標準仕様価格
¥93,450 (税込)

上記の商品バック通常価格 (消費税込)
¥2,101,952を
特別価格 **50%OFF**
(工事費別途) にてご提供致します。

**見積無料
お気軽にご相談下さい**

システムキッチン
INAX
イスト
ベーススライドタイプ
型 1950
本体標準仕様価格
¥798,315 (税込)

洗面化粧台
INAX
オフ
FTN755S+MFT753TH
本体標準仕様価格
¥144,375 (税込)

シャワートイレ
INAX PASSO
CW-E31
本体標準仕様価格
¥93,450 (税込)

●施工費につきましては、工事箇所や形状や条件等により
異なりますので、詳細は下記までお問い合わせ下さい。
●施工エリアは松戸市内のみとさせていただきます。
●単品のみご購入については、下記へお問い合わせ下さい。

公園めぐり 119 すずめ公園

今回の公園は、小金原
5丁目にある「すずめ公
園」です。北部市場にほ
ど近く、住宅展示場やゴ
ルフ練習場の裏手にあた
ります。
春が待ち遠しくて、今
年のお花見はどこでし
うかなと子供を連れて探
していたみつめました。公
園の周りは桜の木が植
えてあり、住宅街の中に
あるとても静かな公園で
す。

公園の中央にはゆうか
りの木が植えてあつて、
それによって公園は遊具
ゾーンと広場にわかれて
います。遊具のコーナー
には、シーソー2基、プ
ランコ、滑り台、砂場が
あります。最近の公園で
はシーソーをあまりみか
けなくなつたためか、う
ちの子供は一目散にシー
ソーに駆けつけて楽し
そうに遊び始めました。
砂場では近所の子供たち
も楽しそうに遊んでいま
した。見た所砂場はきち
んと整備されていて、安
心して遊ぶそうです。一
方広場には、ベンチもあ
り、ゆっくり座つてお花
見ができそうです。ポー
ルを使った遊び等もでき
そうですが、野球をする
事は禁止されていますの
で注意してください。
公園のまわりは車通り

公園の中央にはゆうか
りの木が植えてあつて、
それによって公園は遊具
ゾーンと広場にわかれて
います。遊具のコーナー
には、シーソー2基、プ
ランコ、滑り台、砂場が
あります。最近の公園で
はシーソーをあまりみか
けなくなつたためか、う
ちの子供は一目散にシー
ソーに駆けつけて楽し
そうに遊び始めました。
砂場では近所の子供たち
も楽しそうに遊んでいま
した。見た所砂場はきち
んと整備されていて、安
心して遊ぶそうです。一
方広場には、ベンチもあ
り、ゆっくり座つてお花
見ができそうです。ポー
ルを使った遊び等もでき
そうですが、野球をする
事は禁止されていますの
で注意してください。
公園のまわりは車通り

三菱地所ホーム株式会社 新松戸
リフォームスクエア 担当 北浜

0120-44-3204
FAX. 047-348-1086

受付時間／10:00～18:00 (水曜日定休)
ホームページ／http://www.mitsubishi-reform.com/
〒270-0034 松戸市新松戸3-1-1 パークハウス311

至北部市場
けやき通り
至21世紀の森と広場

すずめ公園
開園 昭和46年4月

頑張れ商店会!!

【商店会の世話役の方へ】

●商店会の名称 ●連絡先 ●商店会の自慢できるところ
をご記入の上、ハガキ・FAX・メールでUKIUKI編集室までお送りください。
抽選にて取材の上UKIUKIに無料掲載いたします。

UKIUKIは松戸市内の
商店会を応援します。

〒277-0053 柏市酒井根5-4-10-3F
UKIUKI編集室 FAX 04-7176-8931
E-Mail:ukiuki@yusmedia.co.jp

UKIUKI

に広告を
載せてみませんか。

松戸市内の全域に折り込まれる
広告媒体です。
新聞と一緒に読者のみなさん
のお茶の間まで届きます。

◆お申し込み・お問い合わせ◆

UKIUKI編集室 〒277-0053 柏市酒井根5-4-10-3F

電話04-7176-2747・FAX04-7176-8931

株式会社ユースメディア 電話04-7176-2111・FAX04-7176-2100

UKIUKI
読者限定企画

割引

サービス

いろんなクーポン大得集!

全部使って
得しちゃおう!!

※クーポンは切り取ってご持参下さい

飲食店

本場九州の薫り漂う名店!

全部入りラーメン 850円
つけ麺 680円

細麺・ちぢれ麺が選べます。

トンコツベースでこくのある、くさみのない白濁スープが特徴。
盛り付ける直前に鉄板で焼くチャーシュー、とろけるような半熟煮玉子も絶品!

和風魚だしの本格つけ麺は女性にも大人気! 醤油ベースのこくのあるつけ汁は、一度食べたらくせになります。

ウキウキ第1回ラーメンバトル選手権
クーポンの部、第3位!

DCN・RYU
頭龍らあめん
総台店

住所/松戸市松台173
営業時間
●平日 AM11:30~PM2:00 PM7:00~AM2:00
●土曜 AM11:30~PM2:00 PM7:00~AM2:00
●日曜 AM11:30~PM3:00 PM6:00~AM1:00
●定休日/なし

松戸新田駅
当店

UKIUKIクーポン
半額優待サービス!
全額入りの方は100円引き

リサイクル&ディスカウント

不用品高価買取します。

家具・家電製品・ギフト用品・引越処分品等

特に、新品、未使用品、年式の新しい物は、高価買取いたします。買取できない電化製品、家具、店舗用品等、不要品の処分もいたします。(有料)

引越の季節到来!! 何でもご相談下さい

リサイクル&ディスカウント
フクシマ

松戸市二十世紀が丘萩町188
営業時間/10:00~20:00
定休日/毎週月曜日
第3月・火連休

TEL 047-360-0507
FAX 047-360-0507
e-mail/r-d-fukushima@k2.dion.ne.jp
URL/http://www.hellomatsudo.com/0473600507/

二十世紀が丘萩町

ライフ・マツモト
シマムラ・至市川
旧市川・松戸有料道路
郵便局前バス停
リブレ京成
三矢小台
上矢切

UKIUKIクーポン
全品 10% OFF

※金券・テレカ・特売品を除く。
※他の割引との併用はお受けできません。
有効期限/平成17年3月13日(日)まで

寝装店

室内リフォームも ご相談下さい。

壁紙・ふすま・障子の
張り替え、ジュウタン・
カーテンなど
特別価格で承ります。

ふっくら! ふとんが生まれ変わります
打ち直しセール

掛けふとん 敷きふとん
1枚仕立て上がり
6,800円

2/25金~3/15火まで
池森寝装店

松戸市小金175-5 ☎047-341-0905

冬物寝具
在庫処分セール!
20%OFF

北小金駅

UKIUKIクーポン
期間中10,000円以上
のお買い上げの方には、不要
のおふとん5枚無料処分致します。

美容室

巻き髪風デジタルパーマ

簡単に
あこがれの
巻き髪風に!

after

face 047-389-3056
フェイスドット店 047-383-0707

常盤平中学校前 ●Pあり ●予約優先 ●火曜定休

縮毛矯正
¥9,000 均一
デジタルパーマ
¥10,000 均一
※3月末日まで

エクステ 1本
¥500→¥400
※3月末日まで

パーマ・カラー カット
¥1,000 off ¥500 off
※3月末日まで

●カット ¥3,990
●⑤⑦⑨
●パーマ ¥8,925
●⑤⑥⑦⑨
●カラー ¥5,250
●⑤⑦⑨

常盤平駅
至八柱
至五香
至市川
至松戸
至柏

菓子工房

Chez Pignon

18周年を記念して皆様に
感謝の気持ちをこめて
全品10%OFFいたします。
どうぞこの機会にひなまつり、
ホワイトデー、卒業・入学
祝いにご利用下さい。

松戸市日暮1-5-9
☎&FAX047-389-2909
営業時間/
平日10:00~20:00
日・祝日10:00~19:00
定休日/水曜日

ひなまつりデコレーション
5号 ¥3,100 6号 ¥3,700

八柱駅

UKIUKIクーポン
全品 10% OFF
他カード併用不可
2/25~4/10迄

エステ

ぷるぷる赤ちゃん肌に!

県内初導入の「BTX 10エッセンス」

抗老化ペプチドが肌の内側からふっくらハリと弾力を与え、また皮膚の収縮を和らげて目元、口元、眉間、額のシワ、頬から首にかけてのタルミを改善します。
従来のような単に表面に化粧品を「塗りつける」だけではなく、有効成分を皮膚内部まで「入れて動かせる」美容法に進化させました。

しわ、たるみに効果を発揮します。
この機会に体験してみませんか?

パンピューティセンターBCCグループ
松戸五香店
〒270-2261
松戸市常盤平
5-24-25
川村ビル1F
☎047-389-2776

常盤平支所
至市川
至松戸
至柏

★ソフト整体も好評です。
40分 ¥3,000 (フットバス付)
★美顔・痩身・脱毛・
まつげパーマなど
お気軽にご相談下さい。

UKIUKIクーポン
おかげで15周年目前!!
おすすめBTX 10コース 120分
通常 ¥12,000を ¥6,000に!
(2005年3月31日迄)

英会話

セミプライベートレッスン

自分で好きな曜日、時間を
セッティングできます。

フリーチケット
ご都合に合わせて、好きな
授業に参加できます。

Mitz 英会話

松戸市松戸1277
第二宮澤ビル2階 A号室
☎・FAX/047-361-0704
定休日/水・日・祝日(土曜は除く)
URL:http://www.e-mitz.com
E-MAIL:mitzeikaiwa@nifty.com

無料体験受付中!
HPからも申込みできます。

◎旅行英会話
◎日常英会話
◎ビジネス英会話
◎TOEIC・資格対策

月/8,000円~
Native講師に習えます。

UKIUKIクーポン
入会時
テキスト
1冊
プレゼント

飲食店

最近“お好み焼” 食べてますか?

人気メニューのベーコンチーズ天をはじめ、ボリュームたっぷりのお好み焼・もんじゃ焼が勢揃い!!
ドリンク類も自慢あり。プレミアム焼酎も多数
ご用意。生ビールも他とは何か違う味わいです。
お酒にぴったりの鉄板焼や一品料理も種類は
豊富。
座敷、賑わった、テーブル、カウンター。ご家族
やグループには、もってこいです。
お好きな空間でゆっくりお楽しみください。

Jamz
Okonomiyaki

〒270-0032 松戸市新松戸北 2-2-13
TEL / 047-340-0779
OPEN / PM5:00~AM1:00
駐車場あります。

UKIUKIクーポン
ワンダリング
サービス 人数分
(平日のみ土日祝除く) ※併用できません。
有効期限/平成17年3月31日(木)まで

UKIUKIクーポン
10%OFF
※併用できません。
有効期限/平成17年3月31日(木)まで

新松戸駅

A cartoon illustration of a woman wearing a pink raincoat and a matching hat. She has her eyes closed in a happy or focused expression. She is holding a large magnifying glass over a document she is holding in front of her. The document contains some illegible text. A speech bubble above her head says "きぬえ" (Kinue) and "とてはるかに晴れ" (Tote haruka ni hare). There are also some small blue exclamation marks around the character.

ソフトGボールで

【ソフトGボールを使った】

①ボールを右手だけでつく↓左手だけでつく↓左右交互につく↓ボールをつきながら顔を上げて歩き回って挨拶を交わす。
②手の甲を使って①の動作を繰り返す。

③手をグーに握って①の動作を繰り返す。
④人差し指で①の動作を繰り返す。
⑤ボールをつかないで上にあげてつく→手の甲手の平と交互に繰り返す
⑥立ったまま足の裏でボールをころがす(蹴るのではなく足でボールをなでるように)。

⑦ボールを両手で持つて上にあげる(ボールを保持したままバンを持ったままバイ) ↓ そのまゝ腰を曲げてボールを床に着ける。

⑧二人でボールを投げ合ったり反はじき返したりする。馴れると2つのボールで左右の動作を同時に繰り返す。

てなにより長続きをする
秘訣は、楽しむこと、遊
び心で続けることです
使命感では心に重荷を感
じ、辛いと思うようにな
ります。」と語られます
確かにいくと体に良いか
らといわれても、好きな
食べ物でも強制されると
美味しくなくなりますね
ところが、強制されなけ
れば、毎日飽きもしない
で食べていますね。食べ
物の話になったところで
ボケ予防に役立つ食べ物

イライラが増し怒りつづくなりまゝ。ビタミン不足もまた老化を早めまゝ新鮮な果物、緑黄色野菜などには、たくさんビタミン、カロチンが含まれています。ただし果物の取りすぎは、糖分の取りすぎとなり、肥満や糖尿病になる恐れもありますので食べすぎないように。では皆さまお身体大切に。チャオ！

(きぬえ)

ます。肉特に豚肉と魚をバランスよく毎日の食事に取り入れましょう。

年齢を重ねるとどうしても骨がもろくなります。また転ぶと簡単に骨折をして、それが原因で寝たきりになりやすいのです。骨を丈夫にするには、カルシウムをたくさん含んだ小魚・豆腐・牛乳・乳

いかがですか、ボール一つでこれだけの運動ができます。自分の体力に併せて楽しんでみませんか。

シニアの方が運動を続けるコツを看護師の藤田さんに聞きますと、「決して無理をしないこと、自分のペースに合わせて体を動かす。同じように運動しているように見えますが、体調の良いときは思い切り手を上に上げたり、大股でボールを追いかけたりと、大振りな動

脈硬化、心疾患、脳疾患を予防します。タンパク質が不足しますと脳の活動が低下します。若いときに比べ、食事の量が少ない中で良質のタンパク質をとるには、魚が一番です。魚はDHA・EPAの宝庫です。最近見直されつつ話題のDHA・EPAとは不飽和脂肪酸のことです。不飽和脂肪酸は特に青魚に含まれています。不飽和脂肪酸は血管中に血栓ができるのを防ぎ、動脈硬化を防ぐ働きがあり

ブロモン洋菓子店

A black tray containing six different slices of cake, including chocolate, vanilla, and fruit-topped varieties, arranged around a central white flower decoration.

り入っている当店自慢の菓子です。薄くスライスをして紅茶といたただげば、楽しいティースムウが味わえます。このシュートレンとブランドケーキの詰め合わせは、ご進物にもぴったりです。またクッキーも全て手作りのものを置いてありますので、お土産やプレゼント

ケーキは別腹という方に嬉しいお店を紹介しましょう。新松戸北にある一見普通のケーキ屋さん店内のショーケースにはクッキーなどの焼き菓子生クリームを使ったケーキの数々と美味しそうな菓子が並んでいます。店内奥はテーブル席になっ

ていて、十四・五人が座れ、軽食やティータイムを楽しまれるようになっていきました。

6

こだわりの
三ツ星

ブルモン洋菓子店

今回ご紹介するお店は昨年10月に新松戸にオープンした石窯パン工房パンデモルデ新松戸店です。パン屋さんの激戦区となっている新松戸でも好立地、広い店舗構えは一際目立ちます。もうすでにご存知の方も多いかもしれませんが、店名はスペイン語で「食パン」を意味します。お店のご自慢はスペイン製の石窯とフランスの「ルバン」と呼ばれる天然酵母石を使っていることです。石窯で焼くパンは遠赤外線効果でパンの中からじわじわと熱く、事により保湿力が高まるそうです。また、ルバンとの相性も良くパンの風味が一層増すそうです。常時10種類以上をそろえ

があるのがカレーパン
 (¥130)です。「おいし
 いパンにはおいしい中身
 を…」とおっしゃる総括
 リーダーの湯川さんはイ
 タリアンシェフの経験をも
 っておりそれを生かして
 パンの中に入る具はほと
 んど一から手作りという
 うこだわりようです。しか
 も、お値段はとっても
 リーズナブルでこちらも
 消費者の強い味方となっ
 てくれています。私もカ
 レーパンをいただきました
 が、イタリアンならでは
 のトマトソースベース
 で具がじつくり煮込まれ
 た深い味
 わいでし
 た。他に
 もおいし
 そうなパ
 ンが数多
 く並んで



製のふんわりクリームパン
(¥100)、ベーコンレタフ
トマト、エッグがサンドされ
たBLTEロール(¥180)も
ラウンド型食パンはハーフ売
りされており種類はプレーン
の他、イチゴ、大納言、メー
プル、チーズなど色々な味が
楽しめます。

お店の前のウッドデッ
キにはテーブルが4つ置
いてありますので天気の
良い日にはそこで焼きか
てパンをほおばるのも良
いですね。(無料サービスで
コーヒーが飲めます)オー
ブン以来、途切れることな
く店内はお客様で賑
わっていますが、リデー
の「これからも味・見た
目・お店づくり・サービス
のすべてにおいて100%
点を目指します!」という
お言葉どおり、ますます活
気付いていきそうな勢い
を感じました。売者の皆様

いますがその中から特に
気に入ったお薦めパンを
ご紹介しましょう。さくさ
くメロンパン(¥100)、自家

「自家製造・販売でコストを抑え、その分材料はいいものを吟味して使用しています。だからこそ店売りケーキをバイキングに提供できるのです。是非挑戦しにいらしてください」と店長の言葉。

今回のお店はダイエツ

最強挑戦者は23個完食で、平均でも7個から8個は食べます。麦茶はフリーですので、ケーキバイキング10000円のコースでも充分楽しめますが、プラス3800円でコーヒールエ紅茶が飲み放題というのも嬉しいですね。5人以上で来店す

こころまでは特別変わった様子はなく、ごく普通の街のケーキ屋さんのようですね。ところがここからが違います。何とショークースに並ぶ生ケーキが1時間1000円で食べ放題なのです。今までの

[illegible]

住所
松戸市横須賀 1-1-1
☎047・340・3703
営業時間
7:00~19:00
定休日／水曜日
(祭日の場合は木曜日)

※価格はすべて税込みです (MORI)

もぜひ一度足を運んでみてください。きつとお気に入りのパン屋さんの一つになる事のと思います。

住所
松戸市新松戸北 2-3-9
☎047・346・5800
営業時間
9:30~20:00
定休日／水曜日

25日～3月末迄
一キバiking
950円
ラス280円で
コーヒー・紅茶
飲み放題
券をご持参下さい。

春! Love 脚 ブーム



22th 足やせ物語

各店先着10名様 代訓促進コース+サイズダウンコース

足やせフルコース

1回のトリートメント内容
 イオンニク、脚裏、ふくらはぎ、ヒールアップ、BB
 直走、サイズダウンセラピートリートメント

5回 ¥31,500

さらに足やせフルコースをお申し込み
 なら、さらにだけの特別キャンペーン

2選べるオプション

3回 ¥10,500

絶対おくりたいと願っている方に限ります
体験90分フルコース
 入会金不要
 お好きなコースを3コースまで
 お選びいただけます

● カウンセリングの時間を別途要します

絶対おくりたいと願っている方に限ります
大量留み合会があります、お早めのご予約を

1コース
 (価格¥13,650)税込
¥2,100

2コース
 (価格¥22,050)税込
¥4,200

3コース
 (価格¥33,450)税込
¥6,300

お一人様1回100分、お新規の方のみです。
 複数回分でのご利用は出来ません、2回2日分まで受付。

ホームページをご覧の方にお得なプレゼント!! プレゼントや情報誌http://www.briant.co.jp

全店49店舗・駅之歩 ■ 広告掲載の方はすべて当サロンの一般会員様です。

<お気軽にお問い合わせください>エステカウンセリングは**無料**です

0120-39-7759

FreeCall

入会金¥10,000を別途いただきます。(1年有効券) ● 最短期間/AM10:30-PM9:00日曜日はお休めます。(夜間休日はAM11:00-PM9:00日曜日も休まず) ● 新規会員の1-23 エステムエッセンス7759 新規会員の1-23 エステムエッセンス7759 新規会員の1-23 エステムエッセンス7759
 ○お断りの場合は個人差があります。 ○トリートメント料金の一部に施術費がかかる場合がございます。 ○料金は全て税込となります。

松戸店 柏店

0476-364-5410 0476-712-0666

性差に基づく保健医療を目指して ～地域に広げようネットワーク～

日程：平成17年3月1日(火) 会場：松戸市民劇場

今、性差を考慮した保健医療が求められています！

女性と男性にはそれぞれ特有の疾患や発症年齢等に違いがあります。更年期障害もその一つであり多彩な症状を呈します。女性ホルモンは、心疾患や高コレステロール血症、うつ、尿失禁、骨粗鬆症、痴呆等様々な影響を及ぼします。また、その背景には育児や介護・人間関係のストレス等も抱えており、多方面からの支援が求められます。

どこでどんな事やってくれるの？地域の資源を把握し、是非ご自分の健康管理に役立てていただきたいと思います。

女性も男性も元気に過ごせるようお手伝いできればと思います。

13:30 開演

13:40 基調講演 千葉県衛生研究所長 天野恵子
『性差を考慮した保健医療の最前線』

14:40 パネルディスカッション
『女性の健康管理を支援する取り組み』

16:00 終了

★お申し込み・お問い合わせ先★
千葉県松戸健康福祉センター【松戸保健所】 地域保険福祉課
FAX：047-367-7554（氏名・年齢・電話・職業を記載の上お申し込み下さい）
電話：047-361-2121
主催：千葉県松戸健康福祉センター【松戸保健所】
共催：松戸市
後援：松戸市医師会・松戸市薬剤師会・千葉県看護協会松戸地区・日本助産師会千葉県支部松戸地区（順不同）