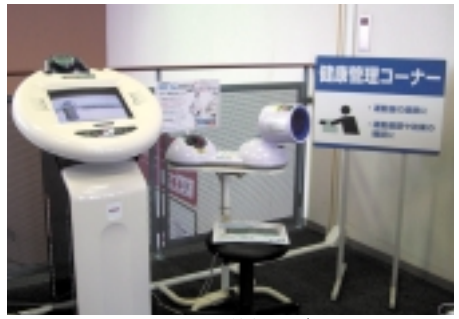


3ページへGO!
体にいいこと
健康特集

UKIUKI!
 ウキウキする地域生活情報紙 8月31日 第242号
 ●毎週金曜日発行 ●全てのご家庭に新聞折込と一部宅配でお届け

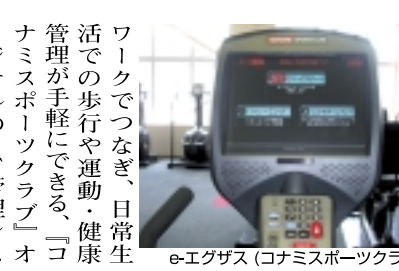
松戸東版
 ■発行部数 111,500部
 ■(新聞折込) 108,000部・宅配3,500部
 ■6号線より東側の松戸市全域
 ■株式会社ユースメディア
 ■発行 千葉県柏市酒井根5-4-10
 ■TEL:04-7176-2111
 ■FAX:04-7176-8931
 ■E-MAIL /ukiuki@yusmedia.co.jp

UKIUKI!に
広告を載せてみませんか
 UKIUKI!編集室 ☎04-7176-2747
 〒277-0053
 柏市酒井根5-4-10-3F FAX04-7176-8931



フィットネスで健康をサポート
 「イウォーキーライフ2」(歩数計)があれば、歩

フィットネスで健康をサポート
 楽しみながら体を動かすことはとても大切なことですね!健康な体を維持・増進したい!あこがれのボディを手に入れた!このような思いからウォーキングなどを日常生活に取り入れている方も多いのでは?ここでは皆さんと一緒に健康づくりに管理しながらサポ



e-エグザス (コナミススポーツクラブ五香)

「フィットネスで健康をサポート」
 楽しみながら体を動かすことはとても大切なことですね!健康な体を維持・増進したい!あこがれのボディを手に入れた!このような思いからウォーキングなどを日常生活に取り入れている方も多いのでは?ここでは皆さんと一緒に健康づくりに管理しながらサポ

日常生活を快適に送るため「健康」への関心が高まっている昨今、皆さんは日々どんな事をしていますか?「適度な運動を取り入れる」「栄養のバランスを考えた食事をする」「心身のリラクゼーションを取り入れる」など。この3つのバランスを上手に取れ入れながら生活して行くことが健康ライフを送る上で大切なことではないでしょうか。

8月に「コナミススポーツクラブ五香」に導入された「eエグザス」とはスポーツクラブ・家庭・外出先の3つのシーンをネット



UKIUKI LIFE
心と身体
健康ライフを!
心と身体のバランスを取りながら健康に!
をコンセプトに「フィットネス」・「食」・「リラクゼーション」にスポットを当てたウキウキする情報をお送りします。

ワークでつなぎ、日常生活での歩行や運動・健康管理が手軽にできる、「コナミススポーツクラブ」オリジナルのIT管理システムのこと。「コナミススポーツクラブ」では、日常生活での歩行や運動・健康管理が手軽にできる、「コナミススポーツクラブ」でワークの充実した一日を過ごすことができます。

「心身のリラクゼーション」
 夏の疲れ・冷感性解消に汗流健康法を!

「心身のリラクゼーション」
 夏の疲れ・冷感性解消に汗流健康法を!

いた数と走った数を自動認識し、それぞれ別々に消費カロリを算出してくれます。さらに「健身計画2」(PCソフト)は、「イウォーキーライフ2」そして「コナミススポーツクラブ」での運動履歴と運動して管理できるすぐれものです!



「利楽園」の岩盤浴

★エグザスで健康管理
 8月に「コナミススポーツクラブ五香」に導入された「eエグザス」とはスポーツクラブ・家庭・外出先の3つのシーンをネット

★エグザスで健康管理
 8月に「コナミススポーツクラブ五香」に導入された「eエグザス」とはスポーツクラブ・家庭・外出先の3つのシーンをネット

★エグザスで健康管理
 8月に「コナミススポーツクラブ五香」に導入された「eエグザス」とはスポーツクラブ・家庭・外出先の3つのシーンをネット

「岩盤浴」もゆっくり汗をかき、リラックス効果があります。S.G.E.Sトーンの高遠赤外線とマイナスイオンの相乗効果で、体の芯からじつ

「岩盤浴」もゆっくり汗をかき、リラックス効果があります。S.G.E.Sトーンの高遠赤外線とマイナスイオンの相乗効果で、体の芯からじつ

「岩盤浴」もゆっくり汗をかき、リラックス効果があります。S.G.E.Sトーンの高遠赤外線とマイナスイオンの相乗効果で、体の芯からじつ

「岩盤浴」もゆっくり汗をかき、リラックス効果があります。S.G.E.Sトーンの高遠赤外線とマイナスイオンの相乗効果で、体の芯からじつ

無料 生命保険個別相談会
森のホール21にて開催
 「現在加入している自分の保険の内容が分からない」という方、保障を見直したいけど、どうしたらいいの?という方、ぜひ見てください。
 ファイナンシャルプランナーの資格を持つ保険の専門家から、疑問から仕組みまで、お気軽にご相談ください。
 「森のホール21」3階会議室にて開催します。
 完全予約制です。お待たせすることなく、お一人様でもご家族連れの方でもお気軽にご相談ください。尚、当日は相談のため勧誘は一切ありません。保険証券の見方から分かりにくい保険用語、また希

日にち	時間	場所
9月8日(土)	①10:00~	3階会議室
12日(水)	②13:00~	森のホール21
15日(土)	③15:00~	森のホール21
19日(水)		森のホール21

主催 ソニー生命保険株式会社 TEL.043-297-8920
 千葉ライフプランナーセンター第1支社 No.SL07-345-057
 千葉県美浜区中瀬2-6 WBGマリアウエスト31階 担当ライフプランナー/廣沢久保田
 予約専用 ☎0120-030-969 (平日・土日共に9~18時受付)

貸収納 入庫者募集!!
安心 安全 安価
 ●24時間使用可 ●セキュリティシステム完備
ストックハウス八ヶ崎
 全78室
 全時随時見学できます。
 全78室

スタイ	¥ 6,090	14室	Dタイプ	¥ 15,225	6室
Aタイプ	¥ 7,980	12室	Eタイプ	¥ 17,850	6室
Bタイプ	¥ 9,450	15室	Fタイプ	¥ 26,670	3室
Cタイプ	¥ 11,550	18室	Gタイプ	¥ 29,820	4室

地域最大級の収納施設 **ストックハウス北小金** 全156室
 Aタイプ ¥7,140~ ¥7,875 45室 Dタイプ ¥23,100 1室
 Bタイプ ¥8,400~ ¥9,450 66室 BBタイプ ¥17,850 24室
 Cタイプ ¥12,600~ ¥14,175 18室 CCタイプ ¥25,200 2室

全時随時見学可 **ストックハウス光ヶ丘** 全104室
 Sタイプ ¥5,775 12室 Dタイプ ¥12,600 2室
 Aタイプ ¥8,400 9室 Eタイプ ¥13,125 8室
 Bタイプ ¥8,925 24室 Fタイプ ¥21,000 6室
 Cタイプ ¥10,500 36室 Gタイプ ¥26,250 7室

北小金南口駅前通り **五大ホーム(株)** ☎047-345-4311 9:00~17:00 水曜日定休

無料 生命保険個別相談会
森のホール21にて開催
 「現在加入している自分の保険の内容が分からない」という方、保障を見直したいけど、どうしたらいいの?という方、ぜひ見てください。
 ファイナンシャルプランナーの資格を持つ保険の専門家から、疑問から仕組みまで、お気軽にご相談ください。
 「森のホール21」3階会議室にて開催します。
 完全予約制です。お待たせすることなく、お一人様でもご家族連れの方でもお気軽にご相談ください。尚、当日は相談のため勧誘は一切ありません。保険証券の見方から分かりにくい保険用語、また希

無料 生命保険個別相談会
森のホール21にて開催
 「現在加入している自分の保険の内容が分からない」という方、保障を見直したいけど、どうしたらいいの?という方、ぜひ見てください。
 ファイナンシャルプランナーの資格を持つ保険の専門家から、疑問から仕組みまで、お気軽にご相談ください。
 「森のホール21」3階会議室にて開催します。
 完全予約制です。お待たせすることなく、お一人様でもご家族連れの方でもお気軽にご相談ください。尚、当日は相談のため勧誘は一切ありません。保険証券の見方から分かりにくい保険用語、また希

秋からはじまる!コナミススポーツクラブでの健康ライフ!!
スタジオ マシンジム プール
 コナミススポーツクラブ五香では、この夏マシンリニューアル!!
 月会費のみで始められます。
 (入会時に登録料などの費用はかかりません。)

五香会員募集要項				北小金会員募集要項			
会員種別	月会費	ご利用範囲	他店利用・備考	会員種別	月会費	ご利用範囲	他店利用・備考
エグザス支店会員 S	5,250円	月・水・金 / 13:00~18:00 ※60歳以上の方限定になります。	当施設のみご利用いただけます。	エグザス支店会員 平日	6,510円	月・水・金 / 8:00~10:00	当施設のみご利用いただけます。
エグザス支店会員 平日	6,825円	月・水・金 / 21:00~24:00	※火・土・日・祝はご利用いただけません。		7,560円	月・水・金 / 21:00~24:00	※火・土・日・祝はご利用いただけません。
エグザス支店会員 土日祝	7,560円	月・水・金 / 10:00~18:00		エグザス支店会員 土日祝	7,560円	月・水・金 / 10:00~18:00	
エグザス正会員(★★★)	9,975円 (年一括109,725円)	土 / 10:00~22:00 日・祝 / 10:00~18:00	当施設のみご利用いただけます。 ※月・金はご利用いただけません。	エグザス正会員(★★★)	9,975円 (年一括109,725円)	土・日 / 9:00~20:00 祝 / 9:00~18:00	当施設のみご利用いただけます。 ※月・金はご利用いただけません。
エグザス法人契約個人会員	7,875円	月・水・金 / 9:00~24:00 土 / 10:00~22:00 日・祝 / 10:00~18:00	全国のコナミススポーツクラブが「正会員他店利用料」(有料)でご利用いただけます(プランサイズ除く)。	エグザス法人契約個人会員	7,875円	月・水・金 / 8:00~24:00 土・日 / 9:00~20:00 祝 / 9:00~18:00	全国のコナミススポーツクラブが「正会員他店利用料」(有料)でご利用いただけます(プランサイズ除く)。

※メンテナンス日は毎週火曜日です(施設点検・掃除のためご利用いただけません)。*他店をご利用の際は他店利用料が必要です。施設により利用料が異なりますので、くわしくはお問い合わせください。*表示価格はすべて税込価格となります。

コナミススポーツクラブ 五香 ☎047-311-6511 千葉県松戸市常盤5-1-6
 営業時間: 月・水・金 9:00~24:00/土 10:00~22:00/日・祝日 10:00~18:00

コナミススポーツクラブ 北小金 ☎047-348-2811 千葉県松戸市北小金一番地 北小金サティ6F
 営業時間: 月・水・金 8:00~24:00/土・日 9:00~20:00/祝日 9:00~18:00

メンテナンス日* 火曜日
 ※施設点検・掃除のため、ご利用いただけません。
 本広告の有効期限 2007年9月30日(日)



「花のれん 木屋」のマクロビランチ (土曜のみ/要予約)

「食べながら体質改善が出来て元気に...」

「マクロは『大きな』...」



「George's」のヘアクリーム

「健康と美容に!」

「マクロは『大きな』...」

「野菜のスーパー」

いがりん 8月31日

いかにん 漫画ページ

いかにん 漫画ページ

いかにん 漫画ページ

いかにん 漫画ページ

いかにん 漫画ページ

いかにん 漫画ページ

いかにん 漫画ページ

フリーマーケット! 明日から○○公園で...

文字広告編 「三三三三三」大募集!

方角の見学のみ可能

頑張れ商店会!

UKIUK! 編集室

おらが郷土の自慢料理

公園めぐり 古ヶ崎

水の気持ち

松戸警察署 柔道少年部

鳥彩々 昼

鳥彩々 夜

鳥彩々 松戸西口駅前店

鳥彩々 松戸西口駅前店

鳥彩々 松戸西口駅前店

委託 配布スタッフ募集!!

住友不動産販売株式会社

ウィークリー情報

森のホール21

◆9月5日(水)18時30分 小ホール
 松戸・狂言の夕べ
 演出:「八幡前(やわたまえ)」、「清水(しみず)」、解説付
 出演:野村萬斎、野村万之介、石田幸雄 ほか
 ※演出等に変更になる場合があります
 全席指定 5,000円 ※未就学児不可
 ※お問い合わせ、RO-ON ☎047・365・9911

今週の上映ご案内(松戸駅西口・西公園前)

松戸シネマサンシャイン (シネマ1~7) ☎047・361・6511

「劇場版ポケットモンスター ダイヤモンド&パール(9/1(土)・2(日)のみ上映)」「オーシャンズ13」「怪談」「ハリウッドと不死鳥の騎士団(字幕・吹替)」「レミーのおいしいレストラン(吹替)」「ラッシュアワー3」
 「劇場版NARUTO疾風伝(9/1(土)・2(日)のみ上映)」「トランスフォーマー(字幕)」「ベクシル2077 日本鎖国」
 「劇場版仮面ライダー電王/獣拳戦隊ゲキレンジャー 最終章」【Life 天国で君に逢えたら】

※以上の作品をいずれかの劇場で上映。時間は直接お問い合わせ下さい。
 作品等変更がある場合がございます。ご了承下さい。

伊勢丹松戸店 催物情報 (本館10階催物場)

- 婦人靴・バッグバーゲン) 8月29日(水)~9月3日(月)(最終日17時終了)
- アクセサリバーゲン)
- 新潟・長野物産展 9月5日(水)~9月10日(月)(最終日17時終了)
 ※お問い合わせ ☎047・364・1111(大代表)



◆おすすめの逸品◆
 「ぶどうパン」...315円(1斤)
 バン(315円)は、ぶどうの香りとオイシイ。

穂台にあるお洒落な店構えの自家培養酵母パン「ぶどうパン」。もちもちとした食感が自慢のパンは、自家培養酵母パン。もちもちとした食感が自慢のパンは、自家培養酵母パン。もちもちとした食感が自慢のパンは、自家培養酵母パン。



自家培養酵母パン グランクール

パン(315円)。ぶどうの香りとオイシイ。もちもちとした食感が自慢のパンは、自家培養酵母パン。もちもちとした食感が自慢のパンは、自家培養酵母パン。



住所 松戸市総台 1-12-15
 ☎047・308・3608
 営業時間 9:00~19:00
 定休日/日曜・第1月曜日



1階夫妻の温かい笑顔でいっぱいなのは、今日も「グランクール」には、今日も「ピーターの方」遠方から通うお客様でいっぱいです。(Kyoko)



体にいいこと

いつも元気!

健康特集



創作和食



限定!まぼろし弁当 1,365円
 オリジナルデザート&ドリンク付

健康にこだわりの体にいいこと
 花のれん木屋
 千葉県松戸市常盤平1-16-1 日曜・祝日定休日
 11:30~14:00/夜 18:00~23:00(L.O.21:45)
 ☎047-785-4213
 http://hananorenkiya.web.fc2.com/

UKIUKIクーポン
 ランチお直しおまかせ
 花のれん木屋
 五穀米 420円
 プレゼント!!

シルクショップ

「軽く柔らかなシルクの肌触りは、一度身につけると手放せなくなりますね」と多くの人が通うシルク専門店「シルクマルベリー」。ソックスから肌着まで、豊富な品揃えのこちらのお店では、日頃感謝の気持ちを込めて、ウキウキ読者限定・店内15%OFFを開催!この機会に、あなたも快適なシルクの着心地を体感してみませんか?!

絹 素肌にやさしい 天然繊維
 Silk Mulberry
 シルクの魅力
 肌に最も近いタンパク質から成る天然繊維
 夏涼しく冬暖かい快適な着心地

UKIUKIクーポン
 Silk Mulberry
 店内商品 15%OFF
 ※一部除外品あり
 8月31日~9月30日迄
 この券を切り取ってご持参下さい

岩盤浴・ホットヨガ・アロマトリートメント・ボディケア 八柱・新鎌ヶ谷

利楽園

プラスケアメニューで夏の疲れをリフレッシュ!!

ホットヨガ
 新鎌ヶ谷店のみ
 初回トライアルレッスン(60分)3,000円
 →2,000円
 レンタルバスタオル1枚 無料サービス

●天然ミネラル岩盤浴 ●パリ式アロマトリートメント
 ●アロマトリートメント ●アロマフェイシャル
 ●ボディケア ●リフレクソロジー
 オール 20%OFF
 ※ホットヨガ・物販は除く
 http://www.rirakuen.com
 キャンペーン期間:平成19年9月30日まで ※この広告をお持ちください。

八柱店
 松戸市日暮1-16-16
 アミューズプラザ8 3F
 営業時間/10:00~23:00
 tel.047-391-7866
 御予約優先

新鎌ヶ谷店
 鎌ヶ谷市初富928-2225-35-1
 アクロスモール新鎌ヶ谷3F
 営業時間/10:00~23:00
 tel.047-401-5211
 御予約優先

落花生 五香
 生産農家でしか味わえない旬の味
 新豆 ゆで落花生
 8月から9月に収穫される掘りたてを手もぎして塩味を付け、蒸気で蒸し上げてから、急速冷凍しました。枝豆のように柔らかく、風味の良さと甘さが特長。新豆の味をぜひご賞味ください。おつまみにもどうぞ。

千葉県産ゆで落花生(冷凍)
 1袋400g 998円(税込)
 自然解凍又は電子レンジ又は器の中に熱湯を入れ、少し温かくなったらところで召し上がれます!

五香店 金ヶ作408-328
 新松戸店 新松戸3-38-1 柏千代田店 柏市千代田3-8-11
 二十世紀が丘店 二十世紀が丘中松町31-1 松戸伊勢丹店 伊勢丹BIF
 ☎0120-55-3166 http://www.chiba-b.com

ボウリング場 常盤平駅
 みんなのスポーツ ボウリング
 こころの健康! (気分スッキリ、ストレス解消)
 からだの健康! (リズム感・バランス感覚も養う全身運動)
 仲間づくり! (家族・友人とのコミュニケーションに!)
 生きがいづくり! (自分のペースでレベルアップを目指して!)

ときか平ボウリングセンター
 TEL.047-388-0010
 松戸市常盤平2-8-2 (新京成線常盤平駅前)
 ■平日...AM9:00より営業 ■土・日・祝祭日...AM8:00より営業

ダイエット 五香
 健康的にやせたい方、必見!!
 ★今話題のぶるぶるフィットネスマシン 無料体験実施中!
 1回500円 普段着でOK 女性専用 フィットネス
 今なら通常10分500円
 なんと 0円
 高濃度酸素発生機付
 高濃度の酸素を体内に取り込みながら運動することで脂肪の燃焼率がUP!!
 初回限定 0円
 ※9/1(土)~ご来店先着300名のお客様に粗品プレゼント! ※新規・会員様限りです。 ※お一人一回限り

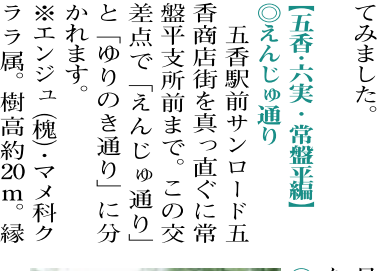
DIET-END FITNESS
 年中無休 [女性専用]
 営業時間 10:00~21:00
 ☎047-389-5527 http://www.diet-end.com

UKIUKIクーポン
 ワンコイン500円 ダイエット
 無料体験チケット
 DIET-END 有効期限 9月30日



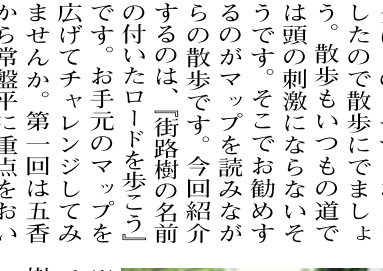
「えんじゅ通り」(金ヶ作公園前)

五香駅前サンロード五香商店街を真っ直ぐに常盤平支所前まで。この交差点で「えんじゅ通り」と「ゆりのき通り」に分かれます。



「ゆりのき通り」(常盤平第一小学校前)

「五香・六実・常盤平編」
「えんじゅ通り」
五香駅前サンロード五香商店街を真っ直ぐに常盤平支所前まで。この交差点で「えんじゅ通り」と「ゆりのき通り」に分かれます。



「けやき通り」(常盤平支所付近)

「常盤平さくら通り」
「常盤平さくら通り」
常盤平さくら通り



「はなみずき通り」(常盤平衛生処理場付近)

「紙敷さくら通り」
「紙敷さくら通り」
紙敷さくら通り



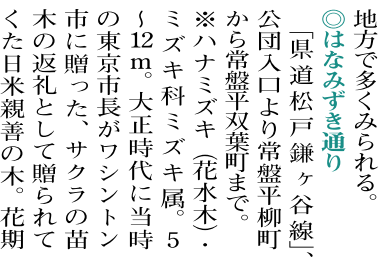
「やまもも通り」(常盤平衛生処理場付近)

「六実さくら通り」
「六実さくら通り」
六実さくら通り



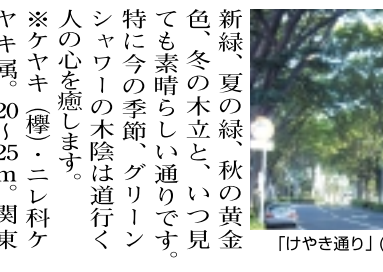
「はなみずき通り」(常盤平衛生処理場付近)

「紙敷さくら通り」
「紙敷さくら通り」
紙敷さくら通り



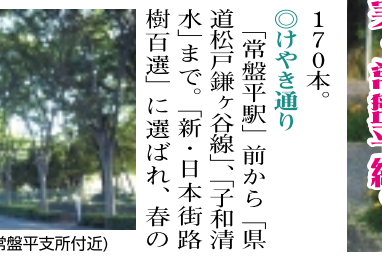
「はなみずき通り」(常盤平衛生処理場付近)

「紙敷さくら通り」
「紙敷さくら通り」
紙敷さくら通り



「はなみずき通り」(常盤平衛生処理場付近)

「紙敷さくら通り」
「紙敷さくら通り」
紙敷さくら通り



「はなみずき通り」(常盤平衛生処理場付近)

「紙敷さくら通り」
「紙敷さくら通り」
紙敷さくら通り



「はなみずき通り」(常盤平衛生処理場付近)

「紙敷さくら通り」
「紙敷さくら通り」
紙敷さくら通り

UKIUKI VOICE みなさんのおハガキ募集!
みなさんが、日頃見たり感じたりしていること、身近なニュースをUKIUKI編集室にハガキで送ってください。UKIUKI VOICE コーナー(新設)でご紹介させていただきます。掲載の方には図書カードをプレゼント!

UKIUKIで求人してみませんか?
サイズは2段1/4(67x62mm)~ ※2段1/2以上からはカラー写真を掲載できます。
松戸市全域の朝刊に 171,900部折り込み

発見! こんなお店 土屋農園
新成電鉄「みのり台」駅近くで土屋さん夫妻が作る野菜は、おいしく安心と評判です。「松戸市無農薬栽培研究会」に所属する土屋さんの農園を案内していただきました。

UKIUKIで求人してみませんか?
サイズは2段1/4(67x62mm)~ ※2段1/2以上からはカラー写真を掲載できます。
松戸市全域の朝刊に 171,900部折り込み

ゆるなぎや やせない! 大幅減量サイズダウンキャンペーン!!
各限定31名 痩身体験 10,500円 (税込) 痩身体験 19,800円 (税込) 痩身体験 29,800円 (税込)

徹底に「脚」を細くしたいなら、26年の実績技術のあるブリアントにお任せ!!
ブリアント人気の秘密★ 磨き抜かれた痩身テクは、ことなから美脚に対するスタッフの想いが、ここに集結!

ながもち屋 秋の感謝セール開催!!
9/5(水)~11(水) ショップ内にて開催!
お店は伊勢丹松戸店新館9階にございます。
着なくなった着物や帯を、委託販売で有効活用し、売上げの50%が支払われます。

ブリアント 絶対美脚になるコース
絶対!美脚になる体験 110分¥4,200!!
本気で細くならない方!! 徹底集中!! 110分の流れ!!