

いつも元気!
体にいいこと
健康特集

UKIUKI!
ウキウキする地域生活情報紙 1月30日 第311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
〒270-0111 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

お得なチラシの印刷あります
トクトクパック(ドット)コム
お問合せは ☎0120-936-340 まで
詳しくはHPをご覧ください
<http://www.tokutokupack.com/>



「1番 文京シビックセンター」
「白山通り」と春日通り、交差点に立つ26階建て高層ビル「文京シビックセンター」。高速エレベーターで行く25階展望ラウンジ(入場無料)の抜群の眺望は「関東の富士見百景」です。夜景もお勧め。

「2番 小石川後楽園入り」
「小石川後楽園」は水戸徳川家江戸上屋敷庭園で、黄門様(水戸光圀)が名付け親と聞けば親しみもひとしお。後に岡山にも

「B-くろ」
文京の頭文字「B」やぐりりの「くろ」。「B-くろ」文京区を走るコミュニティバスです。マスコットキャラは、そう、ピグル犬。ひと乗り100円、「1日乗車券」(各種割引特典付き)は300円で

「B-くろ」号は20分間隔で運行、33ある停留所間を15分5分走り、多くのJRや地下鉄駅とリンクして便利。台東区「めぐりん」にも16番「千駄木駅」近くで接続情報満載の「B-くろ」は「文京シビックセンター」でもらえます。

「3番 春日駅」
「3番」は往路と復路の関係です。

台東区の「コミュニティバス」に続き、文京区「B-くろ」を紹介! 文京の旧居や江戸の庭園を巡る小さな旅。人情に触れる一期一会の縁也。

コミュニティバスで行く
冬日和ぶらり旅
第2弾 in文京

文学好きにお勧めは「白山通り」東側エリア「言問通り」から「菊坂」へ入ると左手にある白い蔵は、樋口一葉が糊口をしのぐため通った「旧伊勢屋質店」(本郷5・9・4、1860年〜1983年営業)です。

「菊坂」右側の石段を降りれば、伸ばした両腕が左右の家に届きそうな「細い路地」。「本郷4丁目32」の住居表示で右折



「後楽園」ができ、紛らわしいので「小石川」が頭に付いたとか。現在は都立公園です。

「文京区後楽1・6・6」
03-3811-3015
開園時間/9時〜17時
(入園は16時30分まで)
入園料/300円(B-くろ1日乗車券提示で240円)(無料)/5月4日、10月1日、5月5日は中学生以下、9月15日〜21日は60歳以上
休園/12月29日〜翌年1月1日



すれ違うのも難しい細道に、一葉が使った井戸が今も残ります。この一帯を「一葉の道」として歩くのも乙なもの。「二葉終焉の地」は西片1・17・8(8番32番停留所)。

先ほどの「細い路地」に戻って先を右折すれば「炭団(タドン)坂」で、築浅の段道を上った右が「坪内逍遙旧居跡」(本郷4・10・13)。「炭団坂」へ入らば「細い路地」をなほも行けば、なんと右手マンションが「宮沢賢治旧居跡」(本郷4・35・4)です。このエリアで

冬物処分セール 1/30(金)~2/14(土)

毛糸ほんの一例です

手芸材料 売りつくし40%OFF!
コスモ刺しゅう糸 #25 10本以上 1ヶ63円

超お買得毛糸一例
輸入毛糸
アルパカウル 400g 1,500円
マリボサ 400g 7,140円
オリンバスアミューズ 400g 2,980円
思い出アルパカ 40g 260円
カシミヤアタッチ 40g 40g
リアラ段染 400g 2,900円

売れつくしコーナー
ダイヤ、ニック輸入毛糸 1玉590円~1,029円の商品 290円

1玉 105円コーナー
アクリル100 毛混毛糸
タワシ、マフラーにどうぞ

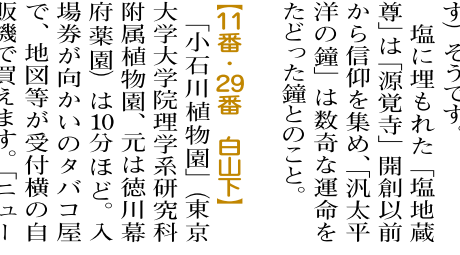
売れつくし品
絹ステッチ糸 3ヶ以上 1ヶ150円
江戸打ひも 細30m 中15m 1ヶ150円
江戸打ひも 太15m 1ヶ580円

既製 セーター・カーディガン・ベスト 純毛婦人パンツ(下着) 大特価!

ユウカリ毛糸店
営業時間/平日9:30~19:00 祝10:00~18:30
☎047-341-9709
松戸市西馬橋3-9-1(毎週日曜定休)
<http://www.13.ocn.ne.jp/~yuukari/>

「源覚寺」(小石川2・23・14、17世紀開創)です。「閻魔王坐像」(文京区指定有形文化財)は右目が黄色く濁っていて「閻魔王」が信心深い老婆に己の右眼を与え、老婆はお礼のしるしとして「こんにやく」を供えつづけ、「こんにやく」病治療の「こんにやく」魔」として庶民の信仰を集めた(教育委員会記)

「小石川養生所」(葉園内に8代將軍吉宗が開設井戸が園内に現存して、関東大震災時には被災者の喉の渇きを癒したそうです。黒澤明監督「赤ひげ」(原作)山本周五郎「赤ひげ診療譚」を思い出します。(2ページへつづく)



何回も迷子になりかけ、塩に埋もれた「塩地藏」は「源覚寺」開創以前から信仰を集め、汎太平洋の鐘」は数奇な運命をたどった鐘とのこと。

「11番・29番 白山」
「小石川植物園」(東京大学大学院理学系研究科附属植物園、元は徳川幕府薬園)は10分ほど。入場券が向かいのタバコ屋で、地図等が受付横の自販機で買えます。「ニュートンのリンゴ」や「メンデルのリンゴ」の建物が見えます。

6日間限定セール!!!
1/30(金)・31(土)・2/1(日)
6(金)・7(土)・8(日)
当店通常特価より更に
店内全品20%OFF
※有名人気ブランド品も送料無料で全て20%off

ポケットライトルーペ2.8倍
・ケータイタイプ
・スライドするとLEDライトが点灯
・専用ケース付
1,785円

遠近両用メガネセット
見え心地、かけ心地が快適なメガネです。一日中かけたまま、お買物や家事、パソコン、読書など、これ一本で便利にご使用いただけます。

遠近両用レンズ
形態安定フレーム
使い勝手 No.1の 人気商品
商品満載
境目なしで遠くも近くもこれ1本で視界良好!

■当店通常一式価格 16,800円(税込)
6日間限定価格 12,940円(税込)

■当店通常一式価格 10,500円(税込)
6日間限定価格 8,400円(税込)

超お買得セット 近視・遠視・乱視・老視用
Tis 商品満載
セット内容 HOYA遠近両用レンズ(ハイビジョンコート) フレーム+ケース
6日間限定価格 3,600円(税込)
■当店通常一式価格 4,500円(税込)

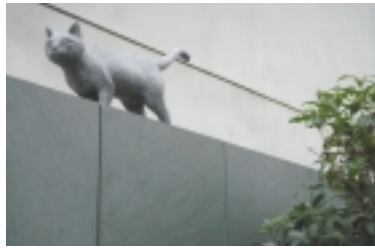
店内全品フレーム価格でレンズ無料! "PENTAX薄型非球面UV防汚レンズ"又は"HOYA遠近両用ハイビジョンコートレンズ"付で超特価!(超お買得セットはHOYA HM-レンズ付)

メガネ千里
快適な視生活をお約束!
八柱駅前店 営業時間10:00~20:00
松戸市日暮2-5-17 パークハイツ八柱1F
水曜定休 Tel.047-704-6758
<http://senri-megane.com>

千里メガネ
千原メガネ
新八柱駅前
イトーヨーカドー
八柱駅前

URUKU クーポン
メガネ一式割引クーポン券 500円割引券
有効期限 2009年2月19日(木)まで

URUKU クーポン
メガネ一式割引クーポン券 1,000円割引券
有効期限 2009年2月19日(木)まで



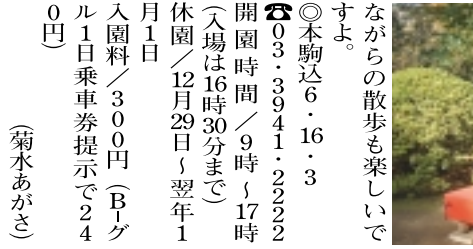
「日本医科大前」手前を左折すると「夏目漱石旧居跡」(向丘2・20・7)別荘「猫の家」があります。

「14番 日本医科大前」日本医科大学手前を左折すると「夏目漱石旧居跡」(向丘2・20・7)別荘「猫の家」があります。

「15番 日本医科大前」日本医科大学手前を左折すると「夏目漱石旧居跡」(向丘2・20・7)別荘「猫の家」があります。

「16番 日本医科大前」日本医科大学手前を左折すると「夏目漱石旧居跡」(向丘2・20・7)別荘「猫の家」があります。

「17番 日本医科大前」日本医科大学手前を左折すると「夏目漱石旧居跡」(向丘2・20・7)別荘「猫の家」があります。



「18番 千駄木小学校」可愛い外観の「ブービー昆虫館」にはブービー関連の展示、書籍、お

「19番 駒込病院」少し戻った「駒込病院」敷地に、縄文の集落跡と江戸の鷹匠御役屋敷跡の複

「20番 本駒込三丁目」バス停先の酒屋の手前を左に入ると「駒込名主屋敷」(本駒込3・40・3内部見学は不可)が

「21番 本駒込三丁目」バス停先の酒屋の手前を左に入ると「駒込名主屋敷」(本駒込3・40・3内部見学は不可)が

「22番 六義園前」柳沢吉保の「六義園」と徳川光圀の「小石川後楽園」は両者の好み

「23番 六義園前」柳沢吉保の「六義園」と徳川光圀の「小石川後楽園」は両者の好み



「いざぐるくん」の「節分」イベントのお知らせ。2月6日(金)14時〜16時、常盤平市民センター別館で開催。

「いざぐるくん」の「節分」イベントのお知らせ。2月6日(金)14時〜16時、常盤平市民センター別館で開催。



「ホーム指圧」指圧の歴史や効果について、講師の上野浩一さんがお話し。

「ホーム指圧」指圧の歴史や効果について、講師の上野浩一さんがお話し。

「ホーム指圧」指圧の歴史や効果について、講師の上野浩一さんがお話し。



「いざぐるくん」の「節分」イベントのお知らせ。2月6日(金)14時〜16時、常盤平市民センター別館で開催。

「いざぐるくん」の「節分」イベントのお知らせ。2月6日(金)14時〜16時、常盤平市民センター別館で開催。



「いざぐるくん」の「節分」イベントのお知らせ。2月6日(金)14時〜16時、常盤平市民センター別館で開催。

「いざぐるくん」の「節分」イベントのお知らせ。2月6日(金)14時〜16時、常盤平市民センター別館で開催。



「いざぐるくん」の「節分」イベントのお知らせ。2月6日(金)14時〜16時、常盤平市民センター別館で開催。

「いざぐるくん」の「節分」イベントのお知らせ。2月6日(金)14時〜16時、常盤平市民センター別館で開催。



「いざぐるくん」の「節分」イベントのお知らせ。2月6日(金)14時〜16時、常盤平市民センター別館で開催。

「いざぐるくん」の「節分」イベントのお知らせ。2月6日(金)14時〜16時、常盤平市民センター別館で開催。

Advertisement for 'テナント募集!!' (Tenant Recruitment!!) for a commercial facility. Includes details about the location, size, and contact information for '株式会社ホップス'.

Advertisement for 'ENJOY サークル' (ENJOY Circle). A community group for home massage (指圧) activities. Includes a photo of members and contact information.

Advertisement for '公園めぐり' (Park Tour) featuring '八幡神社児童遊園地' (Yamanote Shrine Children's Playground). Includes a photo of the playground and details about the tour.

コンタクトレンズアドバイザーのいる安心ショップ

●人気の使い捨てレンズ

- 1日タイプ ¥2,180(1箱)~
- 2週間タイプ ¥2,080(1箱)~
- ソフト・ハードレンズ ¥4,000(1枚)~

ご希望に合った商品をご提案致します。

エースコンタクト
ボックスビル松戸店
☎047-367-3003
松戸市松戸1181 ボックスビル松戸店7階
営業時間 10:00~21:00
定休日 ボックスビル松戸店休館日

UKIUKIクーポン
クーポンご持参で5,000円以上お買い上げの方
お会計から**1,000円割引**
※他券併用不可
平成21年2月末日まで

ウィークリー情報

◎森のホール21
◆2009年2月7日(土) 11時30分/15時30分 大ホール
青春歌謡黄金時代「同窓会コンサート」
出演：橋幸夫/三田明/小川知子/黛ジュン/麻丘めぐみ
全席指定 5,500円 ※未就学児不可
※チケットお申込、RO-ON ☎047-365-9911

◎松戸シネマサンシャイン(シネマ1~7) ☎047-361-6511
「マンマ・ミーア」「20世紀少年(第2章)」
「ワールド・オブ・ライズ」
「チェ39歳 別れの手紙」「感染列島」「007/慰めの報酬」「K-20 怪人二十面相・伝」
「チェ 28歳の革命」「誰も守ってくれない」「レボリューションリー・ロード」
「おくりびと(アンコール上映)」
※以上の作品を上映。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。

体にいいこと UKI健康特集

いつも元気!

伊勢丹松戸店 催物情報 (本館10階催物場)

- ◎レディストラッドバーゲン) 1月28日(水)~2月2日(月) (最終日17時終了)
- ◎ベビー・こども服バーゲン)
- ◎春の大北海道展 第1弾 2月4日(水)~2月10日(火) (最終日16時終了)

※お問い合わせ ☎047-364-1111(大代表)

リラクゼーション & ビューティー

■美肌ケアとリラクゼーションで、お肌の回復・改善をオススメします。
"ほんもの"を追求している「CPサロン」へどうぞ。(CP PINE 本店サロン)

■「リフレッシュ」「美肌効果」「ダイエット」三拍子が揃う薬石浴『嵐の湯』で健康な身体作りをしましょう。(嵐の湯 みさと)

スタッフ募集

~化粧品・美容が大好きな方~
・未経験者歓迎
・週2~3日、1日3~4時間できる方
・勉強終了後、ディプロマ取得できます。

CP PINE
お肌本来の回復能力を高め、日頃のお手入れで化粧品効果を発揮できるように、「ほんもの」を追求しています。エステティックの基本となるフェイシャルセラピーを専門に、お客様一人ひとりに安心なスタッフによる「内側からキレイ」を体感出来るCPサロン。20代~80代という幅広い方が来店されるというにも納得。

CP PINE
■CP化粧品取扱店
■フェイシャルエステサロン
本店サロン
松戸市新松戸4-78
047-348-1117

松戸駅西口より三郷方面行きバス/鎌倉下車・徒歩5分 TV・週刊誌で話題

天然温泉薬石湯で美と健康を!

15種類の薬石と天然温泉の力でミネラルをたっぷり体内に補給。体温免疫力を鍛え、発汗・デトックスで自然治癒力を向上させ、健康で病気になる身体と美しさを手に入れましょう。

天然温泉薬石浴 嵐の湯 みさと 年中無休
☎048-956-2265
営業時間 (月~土) 11時~23時(受付22時)
(日・祝) 10時~22時(受付21時)
入浴料... (大人)2,000円 (中学生)1,500円 (小学生)1,000円 (未就学児)無料
お得な回数券もございます

健康 Food&Drink

食べ物 飲み物

- さっぱりとして飲み易いので、お茶代わりとして、いつでも美味しく飲めます。(千葉オニオン たまねぎ皮茶)
- 毎日の健康生活に、安全性はもちろん、おいしさにもこだわるアクアクララの「水」をぜひ! (ロマン産業株式会社)
- カラダにやさしく健康的なマクロビオティック料理を食べて、その良さを実感してみてください!! (フェアリー)

素敵にマクロビオティックはじめませんか?

卵・砂糖・乳製品未使用の、カラダに優しいスイーツはいかが?
2月からは、玄米が味わえるお食事メニューもはじめます。

マクロビオティック料理教室
4月より、大好評いただいている単発クラスと並行して、半年コースを始めます。
玄米菜食(玄米・野菜・海草・豆)を中心とした、とってもヘルシーで美味しい料理&デザートが学べます。

★スイーツクラス 単発 毎月第2日曜日
★玄米クラス 単発 毎月第1日曜日(後の月・火・水・金・土)

紅茶と雑貨のお店 Fairy フェアリー
住 柏市しいの木台3-1-5
営 12:00~18:00 (冬季...12:00~17:00)
休 日・月曜日
☎ 047-330-7100
P 有り
http://www9.ocn.ne.jp/~fairy01/

Aqua Clara 健康生活に安全・おいしい水

「水」は健康な生活を送る上でとても大切ですね。「アクアクララ」のミネラルウォーターは不純物を極限まで取り除き、ミネラル成分をバランス良く配合した「高純度デザインウォーター」。

ウォーターサーバーから、いつでも冷水や熱湯が出るから、料理をはじめお茶やコーヒー、赤ちゃんのミルク作りなど、色々な場面で使えて便利です。ね!また、重いペットボトルの買い物や空っぽの処理しないで済むので、「一度使ったら手放せません!」と家庭やオフィスでも人気。皆さんも電話一本で届けてくれる「アクアクララ」のミネラルウォーターで、健康&美しい身体を手に入れましょう。

無料お試し実施中 2/27まで 今ならすべて無料!!

Clean&Pure ROMAN 松戸市五香5-44-1
ロマン産業株式会社 ☎0120-60-1086
http://www.roman-rental.com/ 受付時間/9:00~18:00 定休日/土・日・祝日

玉ねぎの皮が飲みやすいお茶に!!

「たまねぎ皮茶(かわちや)」はたまねぎの皮とエビスグサやバナナ、サラシア、桑の葉、杜仲葉、バナバをブレンドし、たまねぎの皮のもつ独特の臭いや苦味をなくし、ほんのり甘みやすいおいしいお茶として喜ばれています。

たまねぎの皮には中身部分よりも20倍ものケルセチンが含まれ、これが「どろどろ」からサラサラ

たまねぎ皮茶(かわちや) 宅配送料 無料 (全て税込)

- 1箱(120g/4g×30袋) 2,800円
- 3箱なら1箱 2,334円
- 5箱以上なら1箱 2,000円

ウキウキ 読者限定 無料サンプル1袋をもらえなくプレゼント!

お申し込み方法
〒住所・氏名・電話番号をご記入の上、電話かハガキかFAXかメールにてお申し込み下さい
宛先 〒273-0131 鎌倉谷市軽井沢2082 株式会社千葉オニオン(サンプルプレゼント係)まで
ホームページの検索方法 千葉オニオン たまねぎ皮茶 検索

0120-114-067 FAX 047-442-0946
E-mail chiba-onion@ba.wakwak.com TEL 047-444-4016



伊勢丹松戸店地階にある癒しの空間「ローズガーデン」は英国式足裏健康法を取り入れたリフレクソロジーサロンです。英国式は指の腹を使ったソフトなタッチが特徴です。人気コースは膝上から足裏までくまなくトリートメントしてまなく「オイルレスペシャル(45分6300円)」。膝下からの「アロマリフレクソロジー(25分3675円)」もおすすです。足裏中心なら「シートタイブ」で25分2940円。様々なコースがあるので

発見! こんなお店

ローズガーデン



「お好みかき御膳」...1,480円 ※写真は海老フライを組み合わせた一例です。 ※写真とは異なる場合がございます。 ※ご注文の際はスタッフまでお声がけください。 ※1枚につき1グループまで。 ※松戸六実店のみの利用可。 この券を切り取ってご持参下さい。

海のミルクがき。「かつ波奈 松戸六実店」のキフライをオススメします。「お好みかき御膳」は、かきカツとお好きな一品を選ぶという自分だけのセットが選べます。ヒレかつ・チーズチキンロール・ヒレ梅しそ巻き・野菜串・海老フライ・海老クリームコロッケ・あじつ

体調に合わせて相談してみたいと思います。筆者が今回試したコース「オイルリフレクソロジー(25分3150円)」を紹介。無料の着替を済ませて、座り心地抜群のリクライニングチェアへ移動。隣りとの仕切りがあるので、個室のような感覚です。肩又は腰にホットパットを当ててもらい、リラクゼーション音楽の流れるヘッドフォンを耳に当てれば準備完了。まずはふくらはぎのトリートメントから。手の温もりを感じる優しいもみほぐしは、とても心地良く思わずうっとり。ふくらはぎが終わると全身の臓器や器官の反射区が集まっている足裏へ。程よい強さでくまなく刺激してもらったことで、血

流がアップ、新陳代謝も良くなり、老廃物が排出されやすくなる、体の中心からキレイになれるというわけ。冷や性の筆者もいつの間にか足元がポカポカしてきました。おまけに疲れもスッキリ。心も体も元気になれます。薄い照明の中、アロマの香りに包まれ、うとうとといるとあっという間に25分が経過。驚いたのは疲れの箇所を言い当てられてしまったこと。多くの方の足を施術していると自然とわかるのだそう。施術後はハーブティのサービスもあり、大満足のひとときが過ぎました。「心身ともにリラッ

松戸市六実 1-15-1 047-311-3787 営業時間 11:00~23:00 (L.O 22:30) ランチ 11:00~15:00 (日曜・祝日はランチ休み) 定休日/無休

住所 松戸市六実 1-15-1 ☎047-311-3787 営業時間 11:00~23:00 (L.O 22:30) ランチ 11:00~15:00 (日曜・祝日はランチ休み) 定休日/無休

歌手生活四十五周年 大月みやこショー ゲスト: 木戸エリカ・原祐二・愛川れい子・澤金次郎・燕くにお

京都祇園生まれ 高級感あふれる『ボロニア』デニッシュ食パン プレオープン開催 1/31(土)・2/1(日)・2(月) 10:00~

保存版 確かな技術と安心価格 車のことなら何でもご相談ください! 車検 ●点検 ●一般整備 ●板金塗装 ●各メーカー新車・中古車販売 ●自動車保険代理店

新年最初の大特価! INAXの最新型トイレ(超節水便器とフルオート便器洗浄機能付きシャワートイレ)が 14万円に!

不要・壊れた、金・プラチナ製品でも驚くほど高く買取ります。金・プラチナ・ダイヤ・モロ お売り下さい!

LOUIS VUITTON お売り下さい! モノグラム・ダミエ・アズール・エビを専門買取・販売しております。

委託販売承ります! お洋服・バッグなどお持ち下さい! 委託販売の流れ

ブランド&ジュエリー買取・販売専門店 QUEEN OFF ゆったりスペースで 買取の際には身分証明書が必要!