

# ここにねっぺ 第3号

発行 社会福祉法人名古屋市昭和区社会福祉協議会  
 〒466-0051 名古屋市昭和区御器所3-18-1  
 TEL:052-884-5511 FAX:052-883-2231  
 E-mail:fukushi@showaku-shakyo.jp  
 URL:http://www.showaku-shakyo.jp

編集 株式会社セネラル・プレス  
 〒466-0003 名古屋市中区錦1-3-2  
 中央ビル8F  
 TEL:052-220-1701 FAX:052-220-1733  
 E-mail:nagoya@gpress.co.jp  
 URL:http://www.gpress.co.jp

## 安心して暮らせる地域づくりのために私たちができること 地域貢献活動



あなたは自分の住む地域が好きですか？  
 社会の都市化が進むなかで、地域の結びつきが弱くなってきていると言われてています。

### 地域で団結！ 下校見守り

ある日の滝川小学校の下课時間。校門には「さようなら」の声が響きます。出てくるのは黄色いジャケットに黄色い帽子の「子ども守り隊」のメンバーたち。赤いベストを身に着けた彼らは、児童の安全を守るために、日々活動を行っています。

住み良い地域コミュニティ創設のために、私たちに何ができるでしょうか。一人ひとりの力が集まると大きな活動となり、地域に貢献している事例を紹介しましょう。



「黄色い人と赤い人だ！」下校見守りは子どもと保護者や近所のおじさんやおばさん、中学生や小学生が中心で、中京大の学生たちも参加しています。凶悪事件が多発する中で、教員を目指す学生が目を向けています。今春から見守り活動を始めました。「子どもはほっとしていいです」といっています。

### 2006年10月の特集

#### 安心して暮らせる地域づくりのために私たちができること「地域貢献活動」

- 昭和区「彩」発見
  - ・クリニック「三つ葉在宅クリニック」
  - ・活躍する人 近藤正隆さん
  - ・サークル「のびくらぶ」
  - ・施設「くれよんカフェ」
- 鹿目由紀(かのめゆき)的「すめ!多文化交流/アメリカ」
- 玉腰先生のココろまぶくお料理レシピ「秋のおでかけに“ぶんぶんオニギリ”」
- 投稿王国「私のチャレンジしたいこと」

「守るんジャー、ついてきて！」と児童から言われるほど慕われる。中京大の学生たちも参加している。凶悪事件が多発する中で、教員を目指す学生が目を向けています。今春から見守り活動を始めました。「子どもはほっとしていいです」といっています。

目の届く範囲から完全に守りたい」と語る隊長の松本さん。週に2~3回、校門からの見送りや交通整理、家近くまでの付き添いをする中で、子どもたちと信頼関係が生まれ、頼もしいお兄さんやお姉さん、子どもも心待ちにしています。

表情を見せません」と、川名山町のみなさんは手応えを語ります。幸い、今まで大きな事件のなかった平和な滝川学区。今後は見守り活動を定期的に、「地域全体で子どもを守る」という意識をより高めていきたいと思います。



### 今号のキーワード 地域貢献活動

子育てや高齢者介護をめぐる問題から、防災や防犯まで、生活に根ざしたさまざまな問題を、個人で解決することは困難です。住み慣れた地域で安心して暮らすためには、相互扶助の精神のもと、地域住民が連帯して、地域の問題は地域で解決していくことが重要です。これまでの行政主導の社会から、住民主体の地域コミュニティ単位で問題解決にあたる姿が、これからの時代に求められています。



滝川学区みまもり隊

「地域貢献活動をする中で、結果的に自分たちも快適に住みやすくなりました」

## 2006年4月オープン! 介護付有料老人ホーム

# アミーユ吹上 入居者募集!

**ユニットバスとミニキッチンがついたアミーユです!**  
 充実した居室設備が高齢者の方の快適な生活をサポート!

24時間スタッフ常駐  
 全室個室で「プライバシーを保護」  
 アットホームなリビング・ダイニング

洗面・水洗トイレ・ナースコール・収納・浴室・ミニキッチン  
 洗濯スペース・固定電話の設置も可能!

### 現地見学会受付中

4月にオープンしたばかりの介護付有料老人ホームです。お気軽にお越しください。

資料請求・随時受付中!

**経済的負担を軽減**

入居費用/月額 (30日の場合)  
**16万9,750円** (税込)

※家賃・食費・娯楽費を含まず  
 ※共同バス・エレベーター、貴重品・家具等は別荘にて使用できます。  
 ※家賃の滞り、滞りた場合の滞り金、滞りた場合は滞り金をお支払いください。

**入居一時金 無料!**

介護保険受給対象者(要支援1~要介護5の方)で、お体の弱い方や寝たきりの方、認知症の方など。

【施設概要】●事業主体/ (株)メッセージ中部地区本部 名古屋西区名駅2-23-14 VIA141.212番/TEL052-533-1700 ●入居時期/2006年4月  
 ●居住の権利形態/賃借方式(1年毎に自動更新。ただし他の入居者に重大な影響がある場合は契約解除の可能性あり) ●敷地面積/1,229.60㎡ ●延床面積/3,056.65㎡ ●居室面積/23,60㎡ ●建物構造/鉄骨造4階建(耐火構造) ●設備/冷暖房完備、エレベーター、水洗トイレ、特殊浴室、緊急通報システム ●介護にあたる職員の数/21以上 ●介護保険施設による介護サービスについては、1割(6,808~26,013円)の自己負担が別途必要です。

【施設概要】●事業主体/ (株)メッセージ中部地区本部 名古屋西区名駅2-23-14 VIA141.212番/TEL052-533-1700 ●入居時期/2006年4月 ●居住の権利形態/賃借方式(1年毎に自動更新。ただし他の入居者に重大な影響がある場合は契約解除の可能性あり) ●敷地面積/1,229.60㎡ ●延床面積/3,056.65㎡ ●居室面積/23,60㎡ ●建物構造/鉄骨造4階建(耐火構造) ●設備/冷暖房完備、エレベーター、水洗トイレ、特殊浴室、緊急通報システム ●介護にあたる職員の数/21以上 ●介護保険施設による介護サービスについては、1割(6,808~26,013円)の自己負担が別途必要です。

若宮大通 「吹上」駅 ●三菱東京UFJ銀行 阿由知通1  
 サックス ●阿由知通2  
 蛇の目 ●あしがわら病院 阿由知通2  
 ミシン ●味の素 135  
 阿由知郵便局 ● ヤマナカ ●アミーユ吹上 プラザ

昭和区阿由知通2-6 地下鉄桜通線「吹上」駅4番出口より徒歩5分

全国に広がる【アミーユ】ネットワーク 全国13箇所(平成18年9月1日現在)の施設です! リモートワーク 随時取寄せ

資料請求・ご相談・入居に関するお問い合わせは 0120-159-944

●お気軽にお問い合わせください

http://www.amille.jp/ 担当/西澤(ニシザワ)

### 朝のほほえみを気持ちよく 木下建設(株)の清掃活動



日井支店長が、見かねて掃除をしたのがきっかけです。今では、雨の日は毎朝始業前に、社員総出で清掃をしています。

朝7時45分、ほほえみやりとり、ごみ袋などを手に、吹上公園の一角に現れる木下建設(株)名古屋支店の社員たち。会社の玄関からはじまり、道路脇や駐車場、公園の入り口にいたるまで清掃活動を行います。ごみを捨てるだけでなく、草抜

きをする人も。始業時間の8時までに「ボランティア袋」はごみでいっぱいになります。木下建設(株)名古屋支店が朝の清掃活動を始めたのは、3年ほど前。当時、環状線沿いに会社がありまして、タバコの吸い殻や落ち葉が目についた春

### 地域貢献 日本一のボランティアサークルを目指して!

「ありがと〜、ありがと〜、ベストフレンド」歌いながら手話で歌詞を伝える「手話コーラス」。桜花学園インターアクトクラブの部員たちが自ら、歌詞に手話つけています。月に2回、ろう者を招いて手話を教えてもらっているそうです。



息のひたりあった手話コーラス。手話コーラスやミュージックベルの演奏で多くの人に喜ばれています。「地域の方とお話しするのが楽しい」と

そのひとつが、昭和区グリーンマップづくりです。これまで外国人や高齢者に役立つ昭和区の情報を取材し、冊

部員たち。これまでクラブを率いてきた渡辺先生は、自分たちでも他人を喜ばせることができると気付くことで、生徒は成長していきます」と温かい眼差しを向けます。



桜花学園インターアクトクラブ

「さまざまな社会体験ができます。将来は福祉関係の仕事に就きたいです。」

国際的な活動(インターナショナルアクション)を視野に、まずは地域でできることから取り組んでいます。そのひとつが、昭和区グリーンマップづくりです。これまで外国人や高齢者に役立つ昭和区の情報を取材し、冊



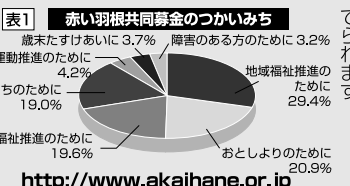
木下建設(株)名古屋支店のみなさん

「毎日が気持ちよく始まり、地域の方とのふれあいが励みになります。」

「ボランティア袋とは?」道路、公園、河川をボランティアで清掃する場合、ボランティア袋をご利用になります。取集に関する詳しいお問い合わせは、昭和环境事業所(TEL:052-7105004)までお願いします。

### あなたもできる!! 地域貢献 赤い羽根共同募金

「地域貢献活動に興味はあるけど、何か始めたらよいか分からない...」そんな方におすそめなのが、赤い羽根共同募金。お寄せいただいた募金は、愛知県共同募金会でまとめられ、約80%が昭和区の地域福祉の向上に、約20%が県内の広域の社会福祉施設の整備や団体の事業に役立てられます。



「昭和区手をつなぐ育成会」のバスハイイク。今年も「伊賀の里まわくりモコモククラブ」へ行きました。

**「今年もご協力をお願いいたします!!」**

昨年の共同募金運動は、皆様からの温かいご協力により多大な成果を挙げることができました。厚くお礼申し上げます。今年も、皆様の一層のご理解とご協力を賜りますよう心からお願い申し上げます。

今年度の目標額	10,643,000円
詳細	
一般募金目標額	10,226,000円
歳末募金目標額	417,000円

**問合せ先**

名古屋市昭和区共同募金委員会  
〒466-0051 名古屋市昭和区御器所3-18-1 (昭和区社会福祉協議会内)  
TEL: 884-5511 FAX: 883-2231  
E-mail: fukushi@showaku-shakyo.jp  
URL: http://www.showaku-shakyo.jp

### 編集後記

いろいろな人たちが住んでいるから、その溢れるアイデアで、さまざまな地域をつくりたいですね。KE

地域活動の参加希望者が多数現れて、地域交流の輪が広がっていると聞いています。MH  
自分ができる地域貢献を探してみようかな。YA  
いろいろな地域貢献の形があると思います。地域活動をされる方たちは、とても素敵です。TT

**昭河区「こころなつて」情報募集**

昭和区を元気に楽しくする「こころなつて」の魅力をさらに広げたい。昭和区を明るくするお店や施設、活躍する人を募集しています。自薦、他薦は問いません。どなたでも応募ください。

サイズ	広告料金(円)
表面	
1段1/2	50,000
2段1/2	100,000
全2段	200,000
裏面	
1段1/2	45,000
2段1/2	90,000
全2段	180,000
中面 (モノクロの場合)	
1段1/4	12,500
1段1/2	25,000
3段1/2	75,000

応募・お問い合わせは  
株式会社ゼネラル・プレス  
TEL: 052-220-1701 FAX: 052-220-1733  
E-mail: nagoya@gpress.co.jp  
URL: http://www.gpress.co.jp  
〒460-0003 名古屋市中区錦1-3-2中央伏見ビル6F

医療機関・デイサービス・学習塾・レストラン・ヘアサロンなどの関係者の皆さま!

昭和区でPRするなら、地域密着型情報紙

**こころなつて**

**広告募集**

**昭和区内約50,000世帯!**  
さらに区役所やコミセン、病院など区内の各所にも配布スペースを設けています。

**幅広い読者層!**  
お子様からファミリー、シニアの方まで幅広い読者層をカバーする内容です。

**読者の信頼性!**  
名古屋市昭和区社会福祉協議会が発行しているので、読者の方に好印象です。

昭和区を楽しくする情報紙で、思いっきりPRしてね!

広告のお問合せは  
株式会社ゼネラル・プレス  
TEL: 052-220-1701 FAX: 052-220-1733  
E-mail: nagoya@gpress.co.jp URL: http://www.gpress.co.jp  
〒460-0003 名古屋市中区錦1-3-2中央伏見ビル6F

※消費税は含まれておりません。  
※医療広告等の表記を行う医療機関広告につきましては、事前審査が必要になる場合があります。

近藤さんの味わいのある書とほのぼのとしたイラスト。昭和区にお住まいの方なら、まちかどで一度は目

前からポスターを制作しています。仕事では酒屋を営む近藤さんですが、若い頃から詩作をす



「絵を描くタイプには見えませんが」  
終始笑顔の絶えない近藤さん

**活躍**  
**書とイラストでまちを彩る**

在宅療養を支援する三つ葉在宅クリニック

「自宅で最期をむかえたい！」こう望む人は少なくありませんが、実際に自宅で看取られる人は2割ほどです。家族の負担や、地域の受け入れ態勢が整っていないことなどを理由に、在宅療養をあきらめてしまう人もいます。

在宅療養を支援する三つ葉在宅クリニックでは、24時間365日対応の訪問診療を行っています。他の事業所の看護師、介護士、ケアマネジャーなどと連携し、地域ぐるみで患者さんをサポート。こうしたコミュニティケアは、「住み慣れた地域で自分らしく生きたい」という誰もが持つ思いをかなえてくれます。

院長の船木先生をはじめ、

院長の船木先生。昭和区を中心に訪問診療しています。

**クリニック**  
**在宅医療で豊かな人生をサポート**

**昭和区**  
**発見**  
昭和区を彩るさまざまな施設やスポット、地域の方をご紹介します。



風景や身近な題材を描きます

頼まれて、10年ほど

昭和署や保健所に

熱を持ち続けています。絵は独学ですが、今では絵手紙教室で教えたり、テレビ出演するなど、多くの人との関わりの中で創作活動を楽しんでいます。

るなど、芸術への情熱を持ち続けています。絵は独学ですが、今では絵手紙教室で教えたり、テレビ出演するなど、多くの人との関わりの中で創作活動を楽しんでいます。

【問合せ先】  
TEL:752-2201  
FAX:752-2556  
http://www.mitsuba-clinic.jp  
昭和区山中町1-30

「在宅医療を選択肢のひとつとして考えてほしい」という船木先生。経済的負担も大きくはありませんので(月2回診療で約6,000円)気軽に相談されてはいかがでしょうか。

「在宅医療を選択肢のひとつとして考えてほしい」という船木先生。経済的負担も大きくはありませんので(月2回診療で約6,000円)気軽に相談されてはいかがでしょうか。

木々や花々が美しい庭を通じて店内に入ると、スタッフの皆さんが温かく迎えてくれるくればよんカフェ。自然の素

**心もパリアフリー!**  
**まちの縁側**  
【くればよんカフェ】  
(小規模作業所くればよんBOX内)



【施設】

コーヒー250円～。フードメニューも充実。おしゃべりにも花が咲きます。

パソコン、料理教室、ミニギャンラー運営などの活動に取り組みんでいます。「くればよんカフェ」はその活動のひとつ。土

材を大切にしたいインテリアに心がほっと和みます。

知的障害者・精神障害者が自主的に運営している小規模作業所「くればよんBOX」では、ネット上での福祉情報発信やパリアフリー調査、

【営業時間】  
毎週土曜日のみ、午前10時～午後7時

【問合せ先】  
TEL:733-5955  
FAX:733-5956  
http://www.crayon-box.jp  
昭和区小桜町3-11羽ね屋敷1階

【活動日時】  
毎月1回 午前10時～正午

【場所】  
昭和保健所5階 健康増進室

【問合せ先】  
昭和保健所 TEL:735-3961  
http://wak2.tank.jp  
nobita@wak2.tank.jp

今回のテーマは「習い事。和やかな雰囲気のもとで意見交換。

「うちの子は集中力がなくて...」「友だちとうまく遊べないみたい」。子どもに問題があると、育て方やしつけに原因があると思われがちですが、中には先天性の脳の機能障害の場合もあります。こうした発達障害の子どもを持つ親たちが、保健所の提案のもと、4月に発足した会が「のびのびふれあひび」です。親同士の意見交換や、日々の悩みを打ち明けるなどの気分転換の場となりに来てくださいなね。」

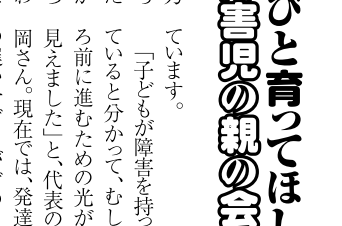
**サークル**  
**のびのびふれあひび**

「子どもが障害を持っています。」「子どもが障害を持っていると分かって、むしろ前に進むための光が見えませんでした」と、代表の岡さん。現在では、発達

【活動日時】  
毎月1回 午前10時～正午

【場所】  
昭和保健所5階 健康増進室

【問合せ先】  
昭和保健所 TEL:735-3961  
http://wak2.tank.jp  
nobita@wak2.tank.jp



【活動日時】  
毎月1回 午前10時～正午

【場所】  
昭和保健所5階 健康増進室

【問合せ先】  
昭和保健所 TEL:735-3961  
http://wak2.tank.jp  
nobita@wak2.tank.jp

**七カ国語を話す、日常がある。**

世界のことは、ボクのキミの、あなたの言葉になる。

いろいろな国のことばや文化に興味ある方、昭和区で色々な会を予定しています。仲間と一緒に歌ったり、ゲームをしたりして、さまざまなことばでおしゃべりをします。ご家族・お友達を誘って参加してみませんか?きっと新しい世界が広がりますよ!

●体験会(昭和区)●

【日時】 【会場】

10月11日(水) 19:00～21:00 御器所コミュニティセンター

25日(水) 19:00～21:00 御器所コミュニティセンター

28日(土) 19:00～21:00 伊勝コミュニティセンター

◆講演会◆

【日時】 【会場】

11月26日(日) 14:00～16:00 名古屋国際センター 別棟ホール

Language Station ●お問い合わせ/申し込み

**hippo** TEL:0120-557-761

受付時間:平日9:00～18:00  
http://www.lexhippo.gr.jp/

(財)東京都高齢者研究・福祉振興財団 指定

**介護予防運動指導員養成講座**

介護予防のエキスパートを育成!

★☆☆8の特徴

- ★在宅での療法の講習も用意しました。
- ★出張講座もお受けします。
- ★経験豊かな医療職の講師陣がサポートします。
- ★短期間で徹底的に学べます。

●受講にあたり、資格や経験が必要です(看護師、理学療法士、介護福祉士、ホームヘルパー1級および2級で実務経験2年以上かつ実務日数360日以上など) ※詳しくはお問い合わせください。

受講料 **93,000円**

(テキスト、修了自費代含む。税込み) ※本講座は、東京都総合老人研究所が有する「介護予防のノウハウ」を学習するもので、法的な資格を付与するものではありません。

5日間の集中講義と演習で、即戦力を身に付けます!

実施月	開催日	コース名	実施日	実施月	開催日	コース名	実施日
10月	2	集約コースA	7(土)・8(日)・9(月)・10(火)・11(水)	11月	2	集約コース	1(水)・2(木)・3(金)・4(土)・5(日)
		集約コースB	18(水)・19(木)・20(金)・21(土)・22(日)			集約コース	11(月)・12(月)・13(火)・14(水)・15(木)

EBA CORPORATION 052)891-1208 株式会社 エバ 名古屋市長天白区古川町46 http://www.ebanet.co.jp





玉腰先生の  
ココロ  
まんぶく  
お料理レシピ

手軽につくれて  
栄養いっぱい  
のレシピを  
ご紹介します!

池内わらべ保育園(でも)の  
人気のレシピ!

vol.3 秋のおでかけに「ぶんぶんオニギリ」

お子さんと一緒にふりかけとオニギリを作って、楽しくお出かけしましょう!

●材料(すべて適量)

- ・ごはん
- ・にぼし(頭・腹わたを取る)
- ・かつおぶし
- ・ごま
- ・塩少々
- ・桜えび
- ・かつおぶし
- ・ごま
- ・青のり
- ・塩少々

材料をつぶしたり、まぜたり、ふりまわしたり、お子さんが楽しみながら作ることができ、2種類のふりかけで彩りも豊か。紅葉の秋にぴったりです。

●作り方

1. ご飯を炊いておきます。
2. かつおぶし、ごま、にぼし、桜えびをそれぞれから炒りします。
3. から炒りしたa、bをそれぞれすり鉢ですりつぶします。
4. すりつぶしたa、bを塩で味をととのえれば、2種類のふりかけのできあがり。
5. ご飯にふりかけa、bをそれぞれ

まぜ合わせます。

6. 子ども用のお茶碗にラップを敷き、
- 5.のご飯を入れ、ラップを茶巾しぼりにして、しぼった部分をしっかりと持ち、ふりまわして固めます。
7. ラップをリボンで結び、そのままお出かけに持っていきます。

ポイント! 管理栄養士:玉腰明子  
お好みで乾燥わかめやじゃこを入れるなどして、オリジナルふりかけを作ってみましょう!



アメリカ出身のジェフリーさん

家の門をくぐると、鮮やかな庭の緑とどこか懐かしい日本家庭の緑側、それから優しい笑みを浮かべたジェフリーさん(44)が迎えてくれた。

英会話学校を営むジェフリーさんの日本語は流暢。もともとはジャズダンスを教えるため、24歳の時アメリカのポートランドから来日した。

昭和区に住んで5年。知人から築40年の一軒家を借り受け、2人愛する奥様、リナの娘さんと楽しく暮らす。昭和区の影響は「住みやすく、皆さんフレンドリー。大学が多くて外国人講師や留学生が住む環境のせい、外国人に対して壁がないですね」とのこと。

熱中しているのは、何と「太極拳」。自宅3階のベランダでゆったりとした動きが日課。そのむのが日課なのだそう。

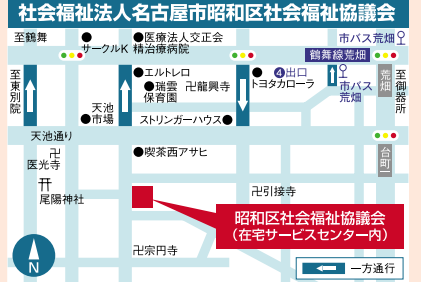
鹿目由紀の  
すすめ! 多文化交流



昭和区在住・在勤に在る外国人に、昭和区の影響などをインタビューします。

「こころんねっ」第3号はいかがでしたか?

「こころんねっ」へのご意見、ご感想をお寄せください。お待ちしております。また、目の不自由な方へ、この情報紙「こころんねっ」を録音したカセットテープの貸し出しを行っています(無料)。ご希望の方はご連絡ください。講座案内の掲載についてもお問合せください。



お問合せ先: 千466-0051 名古屋市昭和区御器所三丁目18番1号  
TEL:052-884-5511 FAX:052-883-2231 E-mail:fukushi@showaku-shakyo.jp  
http://www.showaku-shakyo.jp

講座・案内

福祉推進を目的とした各種イベント、行事、講座等(原則無料のもの)を紹介します。  
子育て広場に親子でどうぞ!  
日時:10月19日(木)午前10時~正午  
会場:昭和区役所 講堂(2階) ※駐車場はありませんので、公共交通機関でお越しください。対象者:乳幼児と保護者  
内容:赤ちゃん・あそびコーナー、絵本・手作りおもちゃの紹介、育児相談など  
主催:昭和区保育協会、昭和区子育て広場実行委員会  
共催:名古屋民間保育園連盟、昭和区社会福祉協議会、昭和区役所、昭和健康所  
問合せ先:昭和区役所民生子ども課(1階12番) TEL:735-3902 FAX:731-8900

吹上まつり  
障害者施設を地域に開放して、皆さんに楽しんでいただきます  
日時:10月28日(土)午前10時~午後2時  
会場:吹上授産所 内容:バザー・模擬店・アトラクションなど  
参加費:無料 定員:制限なし 主催:吹上まつり実行委員会  
問合せ先:吹上授産所 担当:山本 TEL:836-7477 FAX:839-5579

名古屋市老年大学鯉城学園 第21回文化祭  
平均年齢68歳の在校生約1,000名が日頃の研鑽と自主活動の成果を発表します  
日時:11月17日(金)午前10時~午後3時20分  
18日(土)午前10時~午後3時(展示行事は午後2時まで)  
会場:名古屋市老年大学鯉城学園(中区栄1-23-13 伏見プラザ内)  
内容:コーラス・民謡・太極拳・ダンス・水彩画・陶芸・水墨画・写真・書道など  
入場料:無料 主催:名古屋市老年大学鯉城学園・学生協議会  
問合せ先:名古屋市老年大学鯉城学園 TEL:222-7521 FAX:222-7523

「視覚障害者外出支援ボランティア養成講座」参加者募集  
日時:11月19日(日)・26日(日)・12月3日(日)  
午前10時~午後3時  
会場:名古屋高齢者就業支援センター及び昭和区在宅サービスセンター  
内容:視覚障害についての講義、ガイド技術講座、ガイド体験、視覚障害者との交流など  
定員:30名(先着順) 主催:昭和区社会福祉協議会  
協力:視覚障害者と共に歩む会 問合せ先:昭和区社会福祉協議会

投稿王国

私のチャレンジしたいこと  
チャレンジの積み重ねで人生はより豊かなものになります。このコーナーは、チャレンジ精神をもち続けたい、でも、誰にも知られたくない、そんな投稿を募集しています。  
● 90歳女性  
● 82歳女性  
● 84歳女性  
● 76歳女性

募集&プレゼント  
次号の投稿内容は「私の健康法」です。住所氏名、年齢、電話番号を必ずお書きください。お申し込みは先着順です。お申し込みは先着順です。お申し込みは先着順です。

サービス利用の方を募集しています  
アムニティホーム  
塩 釜  
861-2230 861-2231

小さな生産者を応援しようキャンペーン!  
新BOX登場  
毎週1回ご自宅に定期的にお届けします  
次世代BOX こだわり次世代BOX

人合キャンペーン  
ご入会前に、こだわりBOXと大地の恵みBOX  
入会金無料!  
お試しサンプルをお取りいただいた方に  
次世代BOX 大地の恵み 根物中心だから使いやすくて便利!

人合キャンペーン  
ご入会前に、こだわりBOXと大地の恵みBOX  
入会金無料!  
お試しサンプルをお取りいただいた方に  
次世代BOX 大地の恵み 根物中心だから使いやすくて便利!