タウンニュース®

株式会社タウンニュース社 ☎045-227-5050㈹ FAX045-227-5051 保土ケ谷区編集室・〒231-0033横浜市中区長者町4-9-2第6吉本ビル4F http://www.townnews.co.jp

発行責任者／宇山 知成
編 集 長／室野 義之

■次号の発行は3月3日㈭です

■保土ケ谷区版／№199 平成23年2月17日㈭号

タウントピックス

26年ぶりにリニューアル

―上菅田第3公園の再整備が完了―

開港150周年を記念して、敷地周囲の壁画を地域の子ども達と共に制作するなど、上菅田エリアの"憩いの場"として親しまれている同所が四半世紀ぶりにリニューアル。動線のバリアフリー化や遊具の拡充などで利便性が高まり、今後は子育て交流や様々な地域活動の拠点としての利用も見込まれています。

建設業協会

仏向町に"野菜工場"

水耕栽培でリーフレタスを生産

初売りに向けた出荷の様子

横浜建設業協会が、地元商店街と協同で推進する「まちづくり事業」（商建連携事業）の一環として、この程『野菜の水耕栽培』が始まった。

これは市内で建設業に従事する若手メンバーなどが中心となり、これまでの建設業という枠にとらわれない全く新しい事業にチャレンジしようというもの。昨年の「養蜂事業への取組み」に続く第3弾とも言うべきこの事業については、実現に向けて様々な実験や検証が行われていた。

《中面につづく》

カイロプラクティック無料体験会

骨盤の歪みはカイロで！

私たちは何気ない日常の動作やしぐさ、寝ている環境などで知らず知らずのうちに体を歪ませているそう。

この無料体験会では、骨盤の歪みを矯正する体操の体験や、内面からの体質改善を目的に栄養の説明が受けられるほか、話題の「ゴムバンド体操」も。先生いわく「歪みを矯正することは、様々な病気の予防にもつながる」のだそう。あきらめていた痛みを解消できる方法が発見できるかも。自分や家族の健康管理をしたい方、カイロの技術を覚えたい方などぜひご相談を。

今話題の「ゴムバンド」体験してみませんか？

場所は、2／24㈭、3／1㈫保土ケ谷公会堂・和室。時間は午前10時と午後1時半から、各回限定10人。参加には予約が必要。

申し込みは☎FAX045・353・2941癒楽の会・担当秦野または、☎FAX045・352・4481正木まで。

中高年・初心者に大好評

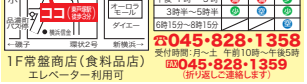
パソコン体験授業（無料）残席わずか

富士通オープンカレッジ東戸塚校

「パソコンを覚えたいが自分にできるかしら…」とためらっている中高年や初心者におすすめの教室。

繰り返し、ゆっくり、丁寧に楽しく学べることをモットーに富士通認定の講師が生の声で授業を進める少人数クラス制講座が人気。春季初級クラスでは電源の入れ方から習えるので、パソコン未経験者でも安心。インターネットやイラスト入り文書作りを中高年向きのゆっくりペースで学習したアンテナショップ開所に続く第3弾とも言うべきこの事業については、

私も体験授業から始めました



1F常盤商店（食料品店）
エレベーター利用可

のしていく。ビデオ講座や区のIT講習が難しかった人も大丈夫。高齢の方におすすめの「グリーン席クラス」は更に少人数で丁寧に指導。

春季クラスの講座説明会を兼ねた体験授業は各回定員10名。春と秋の年2回限定なのですぐ約はお早めに。

5日には和田町商店街にある協会のアンテナショップ「わっか」で"初売り"が行われ、多くの区民が採れたての新鮮野菜の出来栄えに関心を寄せていた。

協会事務局長の佐藤明さんは「野菜工場は会社の空き部屋や資材置き場等を有効活用できるので、建設業に適した新事業」と説明。今後も毎週1回（土曜日）「わっか」で直売を続けるほか、大規模な野菜工場の建設等も予定している。事業の詳細問合せは☎045・201・9521まで。

今なら坪1万8千円からのキャンペーン実施中

外壁の塗り替えは3社以上の相見積りが鉄則

家を建てて10年もすると、外壁の傷みが目立ってきます。しかしチラシなどで見る外壁塗装の金額は目安料金のため、実際いくらかかるのかわかりづらいもの。

リフォームキングの塗装工事責任者保田さんは「外壁塗装は最低3社以上から相見積りをとることが大切」と断言する。

塗装工事責任者の保田さん

「ポイントは工事内容と保証システム。また、どのようなアフターサービスをしてもらえるか等、価格の裏付け説明できることも重要。更に自社職人か、下請けに投げか。これは下請けの場合、コストの面で職人のやる気が違うため、仕上がりに直結します。塗装回数や工程ごとの検査、採用塗料の確認ができるかどうかで良心的な業者と判断できます」と話す。

創業28年、2万件の施工実績を持つ同社は、自社職人による施工、安心価格や内容などの詳細や、参加申込み方法等についての問合せは☎045・336・4633／保土ケ谷スポーツセンターまで（申込み締切は今月28日必着。希望者多数の場合は抽選）

塗り替え・リフォーム専門店
リフォームキング
横浜市都筑区茅ヶ崎東3-1-26
オサリアセンター南1F
☎0120-86-8813
www.reformking.jp
FAX045-949-9888

保土ケ谷スポーツセンター

テニス教室の内容を拡充

区内・神戸町の「保土ケ谷スポーツセンター」（河野 樹代所長）では現在、改修中の屋上テニスコートが利用可能となる4月にあわせて「テニス教室」の内容をリニューアル。多くの参加申込を呼び掛けている。

この春からは新たに、日曜日を除く毎日実施される事になったこのテニス教室は、2人のコーチによる指導の下、基礎からしっかりストロークやサービス等を身に付ける事ができるのが特長。経験者向けのクラスもあり、レベルアップにも役立つ事ができるという。

またレッスンの開始時間も「朝」「昼」「夜」と複数用意されており、好きな時間の教室に申込む事も可能。スタッフは「朝や昼の時間帯のレッスンは主婦の方、会社帰りの方には夜のレッスンといった具合に、個々のライフスタイルに応じて気軽に参加してもらえれば」と話している。

各レッスンに関する日程や内容などの詳細や、参加申込み方法等についての問合せは☎045・336・4633／保土ケ谷スポーツセンターまで（申込み締切は今月28日必着。希望者多数の場合は抽選）

大幅にリニューアルされる事になった「テニス教室」

大丈夫ですか？セカンドライフと年金

―23日、かながわ労働プラザで講座

㈱神奈川県シルバー人材センター連合会・シニア活力元気ネット事務局では、2月23日㈬10時30分～16時10分まで、かながわ労働プラザ4階第1会議室（中区寿町1の4）で賢いライフプランニングと年金について講座を開催する。

講師は、日本産業カウンセラー協会の平山茂樹氏。午前は「ライフプランの必要性」という題で社会の変化に適した自己実現と収入・支出について講演。午後は「年金制度の概要と公的年金」「60歳からの支出構造の見直し」「ライフプランの自己診断」についての講演後、グループ討議と講師への質問時間も設けられている。

対象は、55歳以上の方30名（多数の場合は抽選）で参加費無料。申込みは22日までに電話またはFAX（講座名・〒・住所・氏名・年齢・電話番号を明記）で。

申込み・問い合わせ先

■㈱神奈川県シルバー人材センター連合会 シニア活力元気ネット事務局
☎045（633）5432
FAX045（633）5433

40歳から始める健

「やせて太らない

太刀川佳代子先生

現在、東京・横浜・札幌・仙台・名古屋・京都・神戸・広島・福岡などで40歳～75歳の女性に評判の栄養学博士・松本玲子先生の「健康ダイエットクラブ」。

結露もカビもさよ

「呼吸する

健康第一の住環境を1冊に

家づくり28年のオンリーハウス（旭区上白根町）が扱う健康住宅「呼吸する家」。この家の仕組みがわかる解説本（初版）が完売し、10人

お墨情報満載のHP 石半 検索
http://www.ishi-han.co.jp

石半ショールーム

こんな方！ご相談ください
- 自宅近くで墓地を探したい
- お墓の引越しをするには？
- お彼岸までに完成させたい

創業80年 石半（いしはん）

春のお彼岸に向けて～墓石づくりから墓地のご案内まで～

「安心のお墓選び」のための

県内最大級の墓石ショールーム

春の彼岸に向けて、「自宅近くで墓地を取得したい」「お墓をリフォームしたい」「墓地の引越しを検討中…」など、お墓に関する悩みを抱える人に紹介したいのが、戸塚区品濃町の国道1号線沿いにある墓石専門店の「石半」。

創業80年の歴史を持つ同店は、創業以来、横浜を中心に地域密着のサービスを提供してきた。その実績と、お手頃価格から高級銘石まで50基以上の実物が展示された県内最大級の墓石ショールームの完備、お墓ディレクターや石材加工技能士など豊富な人材スタッフがいることから、地元からも厚い信頼を得ている。

「お墓の購入」と言っても、まず霊園にするか、寺院にするかを考えなければならない。先祖供養やお墓の維持を考えると、同店が勧めるのは「寺院墓地」。縄嶋周治社長は「当店では優良な墓地をお探しの方と信頼のおける各宗派の寺院との橋渡しのお手伝いもさせて頂いていますので、ぜひご相談下さい」と話している。

見積もりの提案から墓石の作製・工事まで全ての工程を自社スタッフで行う同店では、「お墓のプロ」が安心な墓地選びをアドバイス。見積もりは無料なので、墓石の購入やリフォーム、修理を検討している人はぜひ一度足を運んでみては。

小冊子プレゼント

本紙読者限定で、「お墓づくりで成功する為のガイドブック」を無料でプレゼント。希望者は左記まで問い合わせを。

株式会社 石半
☎0120・380・601
戸塚区品濃町3
（営）8時～18時 無休
☎045・822・0600
FAX045・824・4216

■保土ケ谷区版／№199 平成23年2月3日㈭号 「Web版タウンニュース」で神奈川まるごと検索 パソコン、携

外面からつづく

和田町で毎週土曜に直売も

今回、野菜の生産を手掛けているのは同協会の会員企業『岳南建興株式会社』（区内・仏向町）。同社では社屋に土を全く使用しない「プラント」と呼ばれる室内や空調を備えた「野菜工場」を構築し「リーフレタス」等の野菜を水耕栽培。今月

生産者や関係者が顔を揃えた「初売り」セレモニー

人気のため お一人様6袋まで 4月15日迄

美味い日本茶70g・500円

京都・宇治からお届け

「我が家の朝はお茶からはじまります。だからお茶選びにはこだわっています。紙面で木谷製茶場を知り、お試しから飲み始めましたが、美味しさに驚きました」（川崎市・N様）など、たくさんの反響を得ている宇治の銘茶を今年も一紹介。

地元・宇治の人が、切り落としのお茶っ葉を使用して、毎日手軽に飲んでいるお茶からヒントを得て開発した『一番茶命』。美味さの秘密は『浸漬法』にある。20％増の強い力と時間をかけて揉むことにより、うまみ成分が出て、渋みの少ない上品でまろやかなお茶が誕生した。

無選別による製造工程の合理化、パッケージの簡素化でプライスダウンを実現。さらに、通常7086 0円（送料別）を、特別お試し価格500円（税・送料込）で。申込は電話・FAX支払いは郵便局・コンビニ。返品は未開封に限り8日以内（送料はお客様負担）。

ご近所にもぜひ1袋！

■木谷製茶場
京都府宇治田原町岩山休場
☎0120・1111・88
電話受付は9時から19時
FAX0774・88・3739
（24時間受付）

介護の現場伝えるシンポ

市社協主催 小澤竹俊氏が講演

社会福祉法人横浜市社会福祉協議会は3月5日㈯、横浜市健康福祉総合センタ

まれている介護分野の仕事について、やりがいや魅力を未経験者にPRすること

演を行う。続いて障害福祉施設、高齢福祉施設、介護

福祉士養成校の施設長、現場スタッフにより、仕事の魅力をテーマにパネルディスカッションを開催。厳しい仕事と言われる介護職だが、「いのち」を預かる大切な仕事であり、社会にとって重要な職業であることが