

ぽちっと神戸 Rochitto

8・9月号 Vol.9

ご自由にお取りください。
take free!!

海と空に飛び込もう
親子で楽しむ
夏あわじ

夏休み
特集

三世代みんなが笑顔！淡路島で夏休み！

夏休み特集「海月館・シーアイガ海月」 2P

ぽちクーポン 6P

懸賞付クロスワード 7P

ワケトン・童話 12P

撮影地 淡路島 大浜海岸（洲本市）

写真撮影 杉尾彰彦（ボンヌール写真館）

Special Thanks 折田 楓（株式会社 merchu）



夏休み★特集



三世代みんなが笑顔!

淡路島で夏休み!

海月館グループは、「発想とアイデアで地域を元気にする」という理念を掲げ、淡路島を中心に全国に現在約20施設のホテルや旅館、マリッジジャーを展開しているグループです。

海月館グループとは?



今回は、ぼちっと神戸夏休み特別企画として神戸三宮から車で、約1時間10分(三宮から高速バスも有)淡路島の南淡、洲本の海月館にお邪魔させて頂きました。

海月館グループ総務部長 課マネージャー小西一寿さんにお話を聞かせて頂きました。

海月館グループ
淡路島洲本温泉 **海月館**
淡路島ビーチリゾート
シーアイガ海月



海月館グループでは、どんなことを楽しめますか?

若い世代の方にはパラセーリングや、バナナボートなどマリッジジャーを楽しんで頂け、ご年配の方には、海を見ながらゆっくり温泉でくつろいで頂き、お子様連れのご家族様にはバーベキューや海水浴を楽しんで頂けます。三世代みなさんがそれぞれ楽しめるように、様々な工夫をさせて



て頂いています。お泊りに関しても、ミキハウス様と提携して小さなお子様連れのご家族様が、お父さん、お母さんともくつろぎながら、楽しめる部屋などをご用意しています。

海月館から車で10分の場所、安乎(あいが)町にも施設があるご紹介頂き、「シーアイガ海月」にも足を延ばしました。

マリッジジャーや、海を見ながらの浜焼きバーベキューと、50種類以上のバイキングが楽しめる施設です。

賃貸物件をお探しの方
ぜひ当社物件をご覧ください。

賃貸マンション・月極駐車場・賃貸店舗をお探しの方、是非一度当社物件をご覧ください。当社物件で新しく開店される方、応援します!

妥協の賃貸から選択の賃貸へ



『ぼちっと』持参で
**新規契約者様賃料
1ヶ月分サービス!!**



株式会社 川上ビル

(078)591-3149



神戸市北区鈴蘭台西町4丁目9番15号

営業時間 平日9:00~18:00

<http://www.kawakami-bldg.co.jp>

Facebook 川上ビル 検索



夏休み特別読者プレゼント!

淡路島ビーチリゾート シーアイガ海月 様より

A賞 浜焼きバーベキューレストランで
使用出来る5,000円分のお食事券 **×2名様**

B賞 海月館と
大阪新世界串カツだるま
コラボプロデュース
「淡路産たまねぎカレー200g」
1箱 600 円を**5名様**にプレゼント



【応募方法】

- ① 希望の賞品 (A賞orB賞) ② 住所
- ③ 氏名 ④ 電話番号 ⑤ 年齢 ⑥ 職業
- ⑦ 面白かった記事や興味を持った広告、これから取り上げて欲しい事など明記の上、下記までご応募下さい。(締め切り 平成30年7月31日必着)

【宛先】

〒651-1132 神戸市北区南五葉1-2-4
 FAX: 078-330-3564
 E-mail: pochitonishisuzu@gmail.com

さらに! 浜焼きバーベキュー注文の方全員に

「淡路島 たまねぎスープ10食入」
1袋440円を
プレゼント!

平成30年7月23日(月)
~9月30日(日)まで



読者に向けて一言
 私も淡路出身、代表も淡路出身で、淡路島を盛り上げたいとの一心から海月館グループは発足されました。理念の中にある発想とアイデアで淡路島の良い資源、良い環境の魅力をどのように皆様楽しんで頂くかを日々社員一同考えています。また、どの世代、どのグループ様にも、楽しみと癒しを提供し、ご満足の気持ちを持って帰って頂けるよう、努力と工夫を続けていきます。海月館グループは、20施設ございますので、一つの施設だけでなく、様々な施設で楽しんで頂ければと思います。
 是非皆さん神戸から一番近い楽しみの多いリゾート地として遊びに来てください。よろしくお願ひします。



淡路島ビーチリゾート
シーアイガ海月
 予約専用ダイヤル
050-3160-0455
 現地直通ダイヤル
0799-28-1155
<http://www.awajishima-bbq.jp>
 兵庫県洲本市安乎町平安浦1970-6
 営業時間: 11:00~23:00
 (年中無休)
 駐 車 場: 一般120台
 バス8台(無料)



淡路島洲本温泉 **海月館**
 予約専用ダイヤル
050-3160-0100
 現地直通ダイヤル
0799-22-1100
<http://www.kaigetsu.jp/>
 兵庫県洲本市海岸通1-3-11
 IN 15:00/OUT 10:00
 総客室数: 72室
 無料駐車場: 80台

詳細は
こちらを
見てね!

LINEスタンプを発売し
 ました。その他、大学生協で
 販売している関連グッズも
 徐々に充実してきています。
 中でも、うりぼーのぬいぐる
 んのみは、大学生協に入荷す
 るたびにすぐに完売する人気
 商品となっております。夏には
 新たなデザインのぬいぐる
 んを発売予定です。
 学外の方にも、うりぼー
 をきっかけに、神戸大学に
 興味を持っていただくこと
 ができれば、とても嬉しく
 思います。また、神戸大学以
 外でも、キャラクターがい
 る大学はたくさんあります。
 思いがけず、お気に入り
 キャラを見つかることがで
 きるかもしれませんので、
 是非調べてみてはいかがで
 しょうか。
 (神戸大学総務部広報課)

神戸大学
 コラム
 Vol.3
**公式マスコット
 キャラクター**

神戸大学の様々な魅力をお伝えする「神戸大学コラム」。第3回のテーマは、「公式マスコットキャラクター」です。
 神戸大学は平成29年9月に、「うり坊」をモチーフとしたキャラクター「神戸大うりぼー」を、公式マスコット化しました。このキャラクターは、以前から学内向けのポータルサイト等で使用されていたもので、公式化にあたってデザインをリニューアルしました。
 やはり「神戸」といえば「イノシシ」というのは、神戸市にお住まいの方には頷いていただけるかと思えます。神戸大学の六甲台地区キャンパスは、六甲山の腹にあり、イノシシやうり坊がよく出没し、学生や教職員にとってもおなじみの存在となっております。
 昨年、大学の学生広報チームがデザイン案を考え、職員がイラストを作成したLINEスタンプを発売しました。そのほか、大学生協で販売している関連グッズも徐々に充実してきています。中でも、うりぼーのぬいぐるのみは、大学生協に入荷するたびにすぐに完売する人気商品となっております。夏には新たなデザインのぬいぐるみを発売予定です。
 学外の方にも、うりぼーをきっかけに、神戸大学に興味を持っていただくことができれば、とても嬉しく思います。また、神戸大学以外でも、キャラクターがいる大学はたくさんあります。思いがけず、お気に入りキャラを見つかることが出来るかもしれませんので、是非調べてみてはいかがでしょうか。
 (神戸大学総務部広報課)

神大うりぼー
 大学に住み着いているうり坊。スイーツが大好きで、趣味はお菓子作り。おしゃれも好きだけど、お菓子作りの最中につまみ食いをしてしまい、ダイエットに励んでいる。好奇心旺盛で、神戸大生のキャンパスライフに興味津々。

| | | | |
|-----|-------|-------|-------|
| 誕生日 | 5月15日 | 性格 | のほほん |
| 出身地 | 神戸 | 苦手なもの | 寒さ・運動 |
| 特徴 | 神戸弁 | | |

わたしの常識はあなたの非常識

第2回 「シャワーで死ぬ？」

去年(2017年)3月に、私と同じ年の健聴者の友人Cが「フモ腹下出血」が原因で亡くなりました。フモ腹下出血の死亡率は15%と言われてます。早期に治療をしていけば、Cも元の生活ができていたかもしれないのですが、Cが発見されたのが発症数日後で、発見後すぐに救急車で病院に運ばれ治療を受けたのですが、しばらくして亡くなりました。もう少し発見が早ければ、助かったかもしれないと聞いたら、彼は一人暮らしのろう者「聴覚障害者」です。私が兵庫県で唯一、手話ができる社会保険労務士ということもあり、Dの職場の事について色々手話で相談を受けました。一つ一つ解決していくうちに、1年に向かい一緒に食事をしたり、お酒を飲んだりするようになりDは無事に定年退職まで仕事を続けることができました。

ある冬の事です。「最近、連絡がこないなあ。」と思っていた時、「友人Dが亡くなった」と聞きました。ろう者の友人Eに手話で聞いたところによると、Dはシャワーを浴びたまま浴室で倒れていたそうです。寒い夜に温かいシャワーを浴びている際に、体に異変があったそうです。後日、死亡の診断をした医師によると、死後何日か経っていたそうです。倒れたから24時間以内に発見されていたら助かったかもしれないというEから手話で聞き取った。遺体が発見されたきっかけは、事前に彼が依頼をしていた手話通訳者が、約束の日時に待ち合わせの場所に行ってもDが来ないので、「おかしい」ということで、彼が住む集合住宅の管理人に鍵をあげてもらい、管理人と一緒に部屋に入ると、彼が浴室で変わり果てた遺体として倒れていたのが発見されたきっかけだそうです。

私は「ずっとシャワーが流しっぱなしなのに、隣の部屋の人が異変に気付いて地域の民生委員や集合住宅の管理者に連絡しなかったのか?」と思いました。その疑問については「浴室から出て、シャワーを出しっぱなしにしているも、耳が聞こえないので、Dは気づかないことが度々あった。初めのうちは、隣人が「シャワーの音がうるさいです。」と直接Dの顔を見て苦情を言いに行ったこともある。しかし、何回か注意や苦情を伝えても、変わらなかつたので、シャワーの音が聞こえっぱなしでも隣人は「またか?。」と思い、注意しなくなりました。隣人も、まさか倒れて死んでいるとは思いませんでした。Dはろう者なので普段は他人との交流もあまりなかった。という状況説明をろう者の友人Eから手話で受けました。彼の死は「ひとりぼっちのろう者をなくす」という、ろう者「聴覚障害者」団体のスローガンについて再認識させられた出来事でした。次回はいあなたは約束を守れないの?」に続きます。

手話のできる 社会保険労務士

TKGB社会保険労務士事務所

神戸市北区北五葉1-3-15 代表 山本敏彦
TEL 078(7779)2259
FAX 078(201)1658



何百万年前、イブと呼ばれた一人の祖先が、木の上からアフリカの大地に降り立ったのが人類の始まりだったと言われている事があり、そこから放浪を続けながらユーラシア大陸へ、オーロラが見える極寒の地を越え、新大陸にまで渡ってしまいました。ただ、住む場所によって、道の名をロードと呼ぶところもあれば、どろろと呼ぶところもあって、言語に隔たりが出来てしまうのが面白いですね。

何万キロという果てしない地へと、放浪を続けさせる様に、きつと神様は、イブの時から旅好きDNAを私達に植え付けたのでしょう。また、昔の人の素晴らしい知恵の一つとして、東海道や山陽道等の街道が整備された時に、一里ごとに付けられた標識に果物の木を植え付けていったということです。旅人達は喉を潤し、目的の地へさぞかし軽やかに足を運んだ事でしょう。

街道と言えば私達にとって一番身近な道は有馬街道ですが、ポートピアが開催された年に国道428号線になった道です。実はこの道は、有野の田中さんと兵庫区石井町の谷勤兵衛さんの二人の民間人によって明治7年(1874年)に開かれた道なのです。

特に谷さんですが、我々の生活道路になった徳川道も彼が関わっています。起点にあたる祇園さんは、平清盛が持つて来たものだと思っていましたが、ナント京都にある八坂神社よりもこの方が古かったですよ。ここを流れる事で天王川と呼ばれるようになったこの川沿いに沿って小部峠を越え、皆森で湯乃山街道に合流するまでの道には、旅の往来を祈願するようにやきもち地藏や宝篋印塔(ほうきょういんと)や神社が建てられています。又中里(旧一ツ山)から合流する所にある水呑という地名ですが、そこでは昭和の初期位まで、物々交換が行われ、荷物を運んできた牛達に、流れてくる水を飲ませていた所から名付けられたと聞いています。さて、牛さん達を喜ばせていた水ですが、源流は布引に流れる水と一緒に所から来ています。という事は勿論KOBUEウォーターです。そして、この水が鈴蘭台の地名に繋がって行きます。

街角浪漫 MatikadoRoman 第九回 山善寿司 大将

パソコン訪問サポート データ復旧 パソコン修理・設定 なら

イーステーション神戸

神戸市北区中里町1-8-1273
【営業時間】9時~19時 年中無休

お気軽にお問合せ下さい
TEL 078 220-2123
直通 090 8122-0806



「慢性腰痛」専門整体院

樹 -ITSUKI-

平成30年6月 OPEN しました!

夏は葉を茂らせ木陰をつくり
冬は葉を落として日だまりをつくる
樹のような整体院をイメージしました



チャイルドルーム完備

予約優先

はじめまして、「慢性腰痛専門」整体院 樹-ITSUKI-の院長 内田博樹と申します。自分も、前職、介護士時代に腰痛に悩まされ、趣味のバスケットが出来なくなった経験がありました。その時に知り合った整体の先生に助けられた経験がきっかけで今の仕事に向き合うこととなりました。



内田 博樹 (国家資格保有 整体師)

| | |
|------|-----------------|
| 受付時間 | 月火木金 9:30~20:30 |
| | 水曜日 15:30~20:30 |
| | 土曜日 9:30~14:30 |
| | 定休日 日・祝 |

ほちっ 見ただ
電話 or メール
or LINE 相談 1回無料
初回9,000円 (初診料3,000円+施術料6,000円) → 初回のみ 1,980円

あなたの慢性腰痛のシビレや痛みの本当の原因を徹底的に調べ全力でサポートします

整体院 樹 -ITSUKI-

〒651-1132 神戸市南五葉1-2-36
ハイツウィンザーガーデン105

神戸電鉄「西鈴蘭台」から徒歩3分

080-4489-5515

2025年に挑む Vol.1

「2025年問題とは？」

日本の高齢化問題はすでに皆様ご周知の通りですが、いったいどんな問題があり、どのような対策が取られているか、ご存じの方はさほど多くないのではないかと思います。このコラムでは、高齢化社会の今とこれからをお話できたらと思います。

2025年問題とは？

「団塊の世代」と呼ばれる、第1次ベビーブーム(1947年~1949年)にお生まれになった方々が後期高齢者となる年が2025年です。後期高齢者とは、年齢が75歳以上になることをさします。医療・介護サービスの利用比率が急激に高まるのは75歳からと言われており、両面から様々な問題点が指摘されています。

どんな問題？

大きな問題のひとつに、「人材不足」があります。私たちが行う高齢介護サービスの需要は年々高まっており、多くの施設が新設されていますが、実は小規模の在宅サービスなどは、「人材不足」により閉店や倒産に追い込まれるケースが増加しているのです。また、新設の施設が、法律で定められた職員数を確保

できず、ご入居者さんの利用定員を制限することもあるほどです。

人が足りないことでそれを補う職員が疲弊し退職してしまうと、負の連鎖となり慢性的な人材不足に陥ります。事業者側は早く採用をするために、高い費用をかける必要があります。採用コストや人件費等がかさんでいきます。仮に採用が進んでも、その人材を育てるための期間も必要で、事業体として強固な基盤がなければ、その費用は収支に大きく影響し、採算が合わなくなり、閉めざるを得なくなるのです。

その問題はこれからどうなる？

人材の確保について、様々な施策は行われているものの、現時点で解決策がはっきりとあるわけでは有りません。今、最も大切なのは、2025年以降に起こりうる問題について多くの方が強く関心を持ち、共に考え行動することです。介護の担い手不足をすぐに解決することは難しい課題ですが、行政機関、地域の皆様、医療機関や私たちのような福祉機関が知恵を絞って支えていくことで解決できる問題も多くあります。

世界中どこも経験のしたことがない少子超高齢化社会に挑み、乗り越えるために出来ること。次回はその取り組みの一つをご紹介します！



社会福祉法人 神港園

〒651-1106
神戸市北区しあわせの村1番10号
TEL 078(743)8293
FAX 078(747)1374



神港園

第三回 日本人と英語

ECCジュニア・BS 鈴蘭台駅前教室 講師 前島朋子

外見は日本人でも、話したらブリッツだった。私は日本から来た、おどおどしたお人好しの旅行者じゃない。ブリッツというのは生粋の英国人のことで、私は彼らの話し方をまねて、表情をまねて、ジェスチャーをまねてブリッツになりすまし、日本人らしい素振りは見せないことでマイノリティから脱却したかった。どこでも少数派はイジメにあい、誤解されて不利益を被る。とにかく短期間でどこまで「本物」に近づけるか。私は、日本の両親に国際電話をかける時も英語で話し、ノートにも教科書にも日本語では書き込まず、夢でも英語をしゃべり、ひたすらモノリンガル環境で「英語脳」を育てながら、奇跡が起きるのを待っていた。

モノリンガルとは、一つの言語だけを使う人や社会であり、日本人も英国人も外国語はそれほど必要ないので、ほぼモノリンガルである。そうなると言語は高度に発達してくるので、微妙な発音や語彙のバリエーションで表現力を高め、多様なアクセントができる。アクセントは、出身地方や社会的な階級でそれぞれ異なる訛りで、その話し方を身につけることは、そこに住んでいなければ到底できないので、話す英語の訛りがすなわちアイデンティティになる。だからそのアクセントで話す者としては、文化的にも共通の認識があり、同じグループに落ち着くのである。高校留学の2年目、イギリスの寮生活でまだ私は一人ぼっちだった。どのグループにも入れない。アクセントが違っただけだ。

物理の授業で北京出身の中国人留学生が質問し始めると、他の学生はみな椅子に背もたれて腕組みをする。ゴバット先生も「ここでの問題は、言葉の問題だよ」と言い出してギブアップしてしまう。何年もイギリスに住んでいる中国人の彼は、ひどい訛りのまま早口で話し、声ばかり大きくて話の内容はうまく伝わらない。秀才と言われていた彼で数年かけてこの程度で、私のブリッツ作戦は成功するのか？ ふいに先生に当てられて、うっかり「はいゴバッド先生」と発言したら、先生は「私は君のような野菜ではないから腐りはせんよトマト君。」その後、私の名前は朋子の英音読みトミーコウから、トマトウになった。(つづく)

きれいな発音で自然に話せる「英会話力」
知識・技術を使いこなす「英語運用能力」
の育成を目指します。

ECC 鈴蘭台駅前教室

神戸市北区鈴蘭台東町 1-12-14 こやまビル 4階



無料体験レッスン受付中

ECCお〜い〜な

0120-144-017

芸術に感動できる こころを育てる

Vol.1

ヨーロッパ、特にドイツなどの中欧ではどんな小さな村にも教会があり、そこに聖歌隊や金管バンドが村人により運営され、休日には教会音楽や野外音楽を演奏して楽しんでます。

また、放課後の小中学校では、教室で色々な楽器演奏のレッスンを受けることができる公立の音楽教室が、どんな小さな村にもあります。私もドイツの音大生時代、そのような公立の音楽教室で働いていました。家庭内でもひいおばあさんが弾いていたグランドピアノを大切に使い続け、楽譜などもその当時のものを使い、家族で室内楽などをして楽しんでいました。

日本ではまだこのような慣習は根付いていませんが、音楽を通して家庭内や地域でコミュニケーションを図れることは素晴らしいことだと思います。

以前読んだ本で、幼少の頃に食べた食べ物は一食食べ続けるとあり、しかも本当においしいものを食べていると味覚も発達すると書いてありました。同じように音楽も良いものを幼いうちに良い環境で聴いたり、演奏する機会を与えれば、音楽に対する感受性も養われ、様々な芸術に感動できる心を育てることができるのではないのでしょうか。



矢野 正浩



武蔵野音楽大学卒、ザルツブルグモーツァルテウム音楽大学を経て、旧西ドイツ国立トロツィンゲン音楽大学大学院修了。在学中よりフィルハーモニーシエスオーケストラ・シュトゥットガルトメンバーとしてドイツ各地で演奏、録音を行う。1994年フィンランド、ヨエンスウ市立管弦楽団首席フルート奏者として入団。1996年より自身の主宰する室内オーケストラ「アンサンブル・神戸」の指揮者としても活躍している。第2回松方ホール音楽賞 管楽器部門大賞受賞。平成20年度、神戸文化奨励賞受賞。2007年NHK名曲リサイタルに出演。ムラマツ・フルート・レッスンセンター講師。

幼児から大人までマンツーマンレッスン プレリユード音楽教室

レッスン料金 30分 2,000円~

講師 矢野正浩 (Flute) 矢野恵美 (Piano)

神戸市北区鈴蘭台南町 4-7-7 フィーメルレジデンス1F (キリン堂西鈴蘭台店裏) 無料駐車場あり

Tel&Fax: 078-242-5258 email: ensemblekobe@gmail.com





南仏家庭料理の店
トアルージュ

☎ **078-224-0500**

住 神戸市北区星和台5丁目7-4
 営 モーニング 10:00~11:30
 ランチ 11:30~14:30(L.O.14:00)
 ティアタイム 14:30~18:00(L.O.17:00)
 ディナー 17:30~21:00(予約制)

休 水・木曜日
 P 有

【写真】プロヴァンスコース

「ぼちっ」持参で
「プロヴァンスコース」
10%OFF!
 ※1冊で4名様まで有効
2018.9.30迄

南フランス香る、フレンチをリーズナブルに♪

【11:30~】ランチタイムは1,700円から「淡路牛のステーキコース」3,900円まで多彩にご用意しています。土・日も営業!
 ■季節を感じさせる「パスタコース」1,700円~
 ■月替わりの肉料理「トアルージュコース」2,000円
 ■肉か魚か選べる「プロヴァンスコース」2,300円 ※魚は1日10皿限定
 【14:30~】ティアタイムセット 800円~ (全て税込)



レストラン
カサブランカ

☎ **078-743-8000**

住 神戸市北区しあわせの村1番7号 (たんぼぼの家内)
 営 7:00~ 9:30
 11:00~14:00(土日祝~14:30)
 17:00~20:00

休 なし
 P 有

【写真】ディナーバイキング

「ぼちっ」持参で
ディナーバイキング
500円引き
 ※6名様まで
2018.8.30迄

夏は家族でバイキング!

ローストビーフ、チョコレートファウンテンなど、ご家族そろってお楽しみいただける30種類以上のメニューをご用意しております!

| | |
|------------------------------------|--|
| ディナーバイキング 17:30~ 7/20~8/30まで | 大人 3,500円 小学生 1,500円 幼児(4才~) 1,000円 (全て税込) |
|------------------------------------|--|



山善寿司(西鈴蘭台駅前店)

☎ **078-591-6788**

住 神戸市北区南五葉1-2-4 辻尾ビル101

営 11:00~14:00
 17:00~20:00

休 毎週水曜日・第3木曜日
 P 有(2台)

【写真】BigB定食

「ぼちっ」持参で
BigB定食 860円⇒800円
限定20食
生絞りばん酢「生ゆずの雫」
通常1,080円⇒1,000円
2018.8.10迄

素敵な一日は美味しいお昼から!

一番人気のBigB定食(写真)を期間限定割引!
 +300円で、うどんを人気急上昇中のカレーうどん(チーズトッピング入り)に出来ます!山善秘伝の生絞りばん酢「生ゆずの雫」も大好評販売中!徳島美馬産の芳醇な柚子を使用し、ご家庭で冷奴、サラダ、冷しゃぶなどに最適!1瓶(405ml)1,080円(税込)



四季の洋菓子
そよぎ

☎ **078-594-1255**

住 神戸市北区北五葉1-1-37
 営 9:00~20:00
 休 月曜日(祝日の場合 翌日)

P 有(2台)

【写真】フルーツゼリー

「ぼちっ」持参で
1,000円以上お買い上げで
フルーツゼリー1個
プレゼント!
2018.8.10迄

手作り寒天フルーツゼリー

なめらか食感の寒天とミネラルウォーターを使った、手作りフルーツゼリーです。(1コ300円(税込))
 5コ入、10コ入、ゼリーと焼菓子のセットもあります。(ゼリーは常温で2週間のお日持ちです。)
夏の贈り物にどうぞ!



レストラン
グリーンビレッジ

☎ **078-743-8000**

住 神戸市北区しあわせの村1番1号 (ホテル本館2階)

営 7:00~ 9:30 (L.O.各終了
 11:00~14:30 時間の30分前)
 17:00~21:00

休 なし
 P 有

【写真】日帰り宴会プラン

「ぼちっ」持参で
日帰り宴会プラン
5%OFF!!
 ※他券割引併用不可
2018.8.30迄

四季折々の景色と共に楽しむ和洋食

料理長こだわりの厳選された食材を和食・洋食にてお召上がりください。ゆったりとした86席。宴会場あり(要予約)
■日帰り宴会プラン 9/28まで
 平日お昼限定 お一人様3,980円(税込)。サービス料・カラオケ使用料・会場費(2.5時間)込。15名様より。



手料理酒家
一山家(いちやまけ)

☎ **078-594-3800**

住 神戸市北区鈴蘭台南町5-4-22
 営 18:00~23:30(日曜は22:30)
 ※週末は混み合いますので、ご予約いただくと幸いです。

休 月曜定休
 P 有(5台)

【写真】茄子の生ハム巻き

「ぼちっ」持参で
10%OFF!!
 ※コース料理は除きます
2018.9.30迄

創作居酒屋で、夏を乗り切るスタミナ料理!

★今回は牛肉★
 ☆山形牛ホルモンミックス 850円
 ☆焼肉ハラミ 850円 ☆牛すじのやわらか煮 680円
 ☆すき焼の春巻 680円 ☆ニラ肉オイスター炒め 760円
 料理なし飲み放題プラン90分、1,500円! (全て税別)
 おいしい初め膳も大好評!ご相談ください。



割烹・鮨・生置料理・懐石料理・仕出し
貴舟(きふね)

☎ **078-591-9795**

住 神戸市北区星和台1丁目16-99

営 10:30~21:00

休 火曜日

P 有(10台)

【写真】虫養(むしやしなひ) ¥2,000(税別)

伝統的な京料理を味わえます

こだわった素材の京料理をお出し致します。大切な方のおもてなしに、是非どうぞ、お使いください。1階は広々としたバリアフリー、車椅子でも気軽に食事ができます。2階はお座敷60人様、個室有ります。駐車場完備
■贈り 1,800円 ■松花堂 3,000円~ ■懐石 6,000円~ (全て税別)
 ご予算に合わせて料理いたします。願ひ上げますことならば、心の準備もいたしますので、予めご予約下さい。

「ぼちっ」持参で
つきだし(1品)を
豪華な籠盛り8寸に
変更いたします!!
2018.9.20迄

クロスワードクイズ!

問題

□に入る5文字を並べてできる言葉を答えてね!

| | | | | | |
|----|---|----|----|----|----|
| 1 | 2 | | 3 | 4 | 5 |
| | 6 | | | | |
| 7 | | | 8 | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | 11 | 12 | |
| 13 | | | 14 | | 15 |
| | | 16 | | | |
| 17 | | | 18 | | |

(さく・え:ImaRitsu)

正解者の中から抽選で下記の商品をプレゼントします。

①「茶の湯の歴史」を 5名様

熊谷保孝 著 井筒恵子 訳
税込1,836円
※9頁に掲載



② ぼちクーポン掲載店で使える 共通ご利用券 1,000円分を 5名様

☆ タテのカギ ☆

- かまぼこ・ちくわ・はんぺん。
- 日本の夏の気候の特徴。この特徴で夏バテしやすい!夏バテ防止は10頁を読んで!
- いくつかの語を集めたもの。
- 隠し撮り。
- 〇〇〇〇〇、あおまきがみ、きまきがみ。
- 花組・月組・雪組・星組。あと1つは?
- 〇〇温泉 海月館でお得に夏休みを満喫しましょう! (ヒントは2・3頁)
- 淡路島 かよひ千鳥の 〇〇声に いく夜寝覚めぬ 須磨の関守

■クロスワードクイズ応募方法

①クイズの答え ②希望の賞品名 ③住所 ④氏名 ⑤電話番号 ⑥年齢 ⑦職業 ⑧面白かった記事や興味を持った広告、これから取り上げて欲しい事などを明記の上ご応募ください。(※①~⑥は必須です)

【宛先】〒651-1132 神戸市北区南五葉 1-2-4
FAX 078-330-3564
E-mail:pochittonishisuzu@gmail.com

【締切】8月19日(日)必着
※当選された方には郵送します。

※ご提供いただいた「個人情報」は、クイズの応募と本紙のみに使用し、守秘義務を厳守致します。ご同意の方のみご応募ください。

☆ ヨコのカギ ☆

- ニートがかじっているもの。
- ガミガミガミガミガミガミガミガミ…!
- 日本の無人探査機「はやぶさ2」が2018年6月27日に到着した小惑星。
- 夏バテ対策のために良い〇〇をかこう!
- 特定の高さの音を発する2又に別れた金属製の道具。
- 夏の風物詩、稲川淳二といえば〇〇〇〇話。
- 神経機構あるいは筋肉機構の障害によって、部分的な運動機能が喪失あるいは低下する状態。
- 二次元キャラに付けられる愛称・敬称の一つである。
- ウエルシュ〇〇とやらが…一晩寝かせたカレーに大量増殖しているそうです…。
- 淡路島名物「生〇〇丼」を食べに行きましょう~♪
- 夏空に現れる雲。入道雲・夕立雲・雷雲など変化が多い。
- 人の心をひきつけ、理性を失わせること。〇〇する。〇〇的。
- 徳川光圀はどこの藩主?

暑さに負けない 我が家は 快適空間

網戸の張り替えや新規作製、玄関網戸の取付、風や光を取り入れる雨戸など madoa にお任せください! しっかり備えて、元気に夏を乗り切りましょう!

雨戸の取替

目射しをささげり 風を通す

エコアマド

エコアマドは 閉めたまま光や空気を取り入れられます! 今の雨戸と入れ替えるだけの簡単施工! 鍵をかけたまま羽を広げるので 防犯面でも安心!

節電対策にイチオシ! エコアマドの日射遮蔽効果で室温が約4℃低下

こんな方がオススメ!

- 夏に向けて、涼しく節電したい
- エアコンは苦手…自然の風を通したい
- 窓を開けて寝たいけど、防犯面が心配…
- 大掛かりな工事はしたくない

網戸の張り替え

作り替え
新規取付
レールの取付

1枚からでもお伺いします。 ※2枚からは出張費無料です!

玄関網戸の取付

玄関から心地よい風を

取り外し簡単
手軽に丸洗い
スツキリ収納

窓とドアのことなら! madoa 株式会社 三喜 神戸市北区鈴蘭台南町8-3-4

その他、ガラスの交換や鎖の取付、窓やドアのメンテナンスなどお気軽にお問い合わせください。

お見積り無料

078-597-2722

【営業時間】8:30~17:30 [定休日] 土・日・祝

補聴器が初めての方へ

3ヶ月無料

貸出・試聴

お申込みは 身分証明書 だけでOK!

あなたの聴こえと素晴らしい 時間を取り戻しませんか?

兵庫~大阪を4店舗でカバーする 補聴器の Re

株式会社 Re (アールイー)

認定補聴器専門店

補聴器サロン 芦屋

〒659-0068 芦屋市業平町5-2 芦屋ハウス401
午前9:00~午後6:00 (日曜・祝祭日を除く) (日祝休)

0797-78-6233
FAX 0797-78-6232

地元のお話 鶯越の出来事



話を鶯越に戻します。
鹿道に挑戦する義経率いる馬達者70騎は、鷲尾の三男熊王が先導する奇襲部隊です。神鉄長田駅を過ぎ、湊川駅のトンネルに入る手前で左手を見ると、鉢伏状の丘が見えます。そこが鶯越の末端で、義経一行がその山頂に立ったのが午前7時頃、開け放った大地には、一の谷城の全貌が眼下に展開していました。熊王がいつも見ていた情景とは異なり、夢野の丘から尾根伝いに海辺まで続く赤旗の情景は、大地が燃えているようであり、赤旗の下に群がる平家の軍勢は無数の蟻がうごめいているようでした。

和田の州から生田の沖まで海上に集結した無数の軍船特に大輪田泊と経ヶ島を取り巻く軍船の情景は、紅墨をこぼしたように赤一色に彩られ、平家の勢いを誇示しているように見えました。
これを眺める熊王は、己が連れて来た武者達が、この堅固な平家の陣に挑戦しようとしていますが、どう考えてみても勝てる筈はないと思えたり、これから下る最後の崖は、立つては下りられないので尻をずらしながら下った崖です。この崖を前にした武者達が、どんな顔をするのか段々と興味を湧いてきたのです。
西の高取山の峠では合戦を行っているようです。煙の中からワア〜ワア〜と言つ怒号

に交じってビュウ〜ンビュウ〜ンと鎧の飛ぶ音が聞こえます。弟の法師が案内した岡崎四郎の軍勢の一部です。山の手の平家の軍勢は、並べた楯の陰から峠の戦いの様子を窺っていますが、頭の上には源氏の奇襲部隊が居るのには、全く気付いていません。
大将の義経は己が命じた陽動作戦が、平家に気付かれずに進行しているのに安堵しながら、危険な崖に挑戦するように武者に向かって采配を振るいました。
最初の一町程の崖は容易に下ったものの、馬の背のような地に達した武者達は、何故か次の崖に下りようとはしません。勾配が26度前後、小石混じりの砂の崖で、足場がありません。この足場の無い崖をどのように下りたら良いのか思案しているのです。
下手に下りれば転倒し、恥を掻くのは間違いなので、二の足を踏んでいるのです。

この時、別府小太郎と言う若者が、奥州十三年の合戦にて、阿倍貞任に追われた頼義義家親子が高い崖に行き詰まり、自害を覚悟した時、老いた馬を落として如何との意見を聞き、老いた馬を落としたところ、その馬は崖の下り方を教えたと言っています、と義経に語りました。
兵庫歴史研究会顧問
梅村 伸雄

里山コラム 藍那の盆花

あいな里山公園園長
高畑 正



あいな里山公園の最高地点は海拔316mの盆処の丘(ぼんどのおか)。ここからは明石海峡大橋を挟んで淡路島が一望できます。遠くにかすんでいますが、本園(国営明石海峡公園)淡路地区も見えます。藍那駅や集落から少し離れた小高い丘で、お盆のお供え物を置いた所といわれています。



ハスの花



キキョウ



オミナエシ



ミンハギ

盆花は地域で異なりますが、夏の野山に咲く様々な花を摘んで祖霊にお供えしたものです。ミソハギ、ハス、キキョウ、オミナエシ、ハギ、オトギリソウ、タケニグサなどなど。
代表は、溝そばに生えるミソハギ。精霊花という別名を持ち、靄のためにも使われたそうです。蓮は泥水の中から穢れのない美しい花を咲かせる再生のシンボル。蓮根や実(食用)、葉は食器や野草茶としても有用です。
8月のお盆には、道端にさりげなく咲く花を愛でながら盆花としてお供えしましょう。

あいな里山公園

国営明石海峡公園神戸地区
神戸市北区山田町藍那字田代

入園料

一般・大人(15歳以上) 410円
シルバー(65歳以上) 210円
小人(小中学生) 80円

☎ 078-591-8000

公式ホームページはこちら



通夜・お葬式・法事どんな些細なことでもご相談ください。



安心と充実の「家族葬」
ご遺族が式の進行や接客に追われることなく、ゆったりとした気持ちで故人との別れの時間を大切にできる空間をご用意いたしました。

見学会 8月5日(日)/9月2日(日)

ぼちっ持参でサービス特典あり!

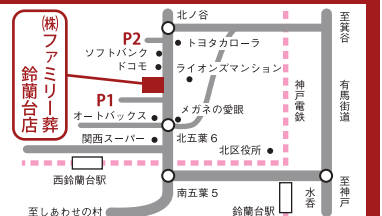
見学会当日入会された方

特典① 入会金特別割引価格
特典② BOXティッシュプレゼント

家族葬専門店
株式会社 ファミリー葬
神戸市北区北五葉6丁目14-30
Mail: family-so@peace.ocn.ne.jp

ご相談・資料請求・お見積もり等、詳しいお問合せは…
0120-834-016
www.family-so.com

年中無休 24時間受付



発達障害に対する 誤解や偏見をなくし、 共に生きる社会へ

■発達障害とは

先天的に、あるいは周産期に何らかの要因により脳が損傷したことにより起こるといわれ、脳機能の発達の偏りにより、かつて言われていた親のしつけや育て方が悪い「親の愛情不足」といった心因論は現在では医学的に否定されています。また、近年の米国の研究では、人口の12.8%。およそ10人に1人は、発達障害の一つである「注意欠陥・多動性障害(ADHD)」の診断に合致するとの研究結果も報告されています。

2005年の「発達障害者支援法」の施行により、「発達障害」の認知度が高まり、新聞やテレビなどでも取り上げられ、忘れ物が多い「約束を守れない」などを理由に診療を受け、大人になって初めて発達障害が発覚するケースも多いようです。

■正しい知識と理解が大切

幼少期の早期発見による適切な療育によって本人の特性に合った成長を図り、問題を緩和することが出来ます。また、障害があることを分からずに育った場合に、コミュニケーションがうまく取れずに孤立したり、友達関係のトラブルや学習障害によって自分の居場所がなくなってしまうと、学習意欲が低下したり、不登校や引きこもりなどの状態を引き起こされることもあります。こうした二次障害を引き起こさないためにも、早期発見と対処が重要です。

そもそも「障害」という名称が、誤解と偏見を生んでいます。たとえば発達障害のある子どもの中には、テストの成績においても優秀な子が少なくありません。そのため、たとえコミュニケーション能力に問題を抱えていても、「ちょっと変わった子」と見られ、障害があるとは思われにくく、その特徴の原因が個人の特性や性格によるものなのか、それとも障害による症状なのか分りにくいため、発達障害のある人は周囲から「変わり者」「自分勝手なわがままな人」と誤解されることが多々あります。本人の特性に合った環境調整や個別支援によって、改善に繋がるきっかけはたくさんあります。家庭における支援はもちろん、学校や地域などと連携しながら支え合い共に生きる社会づくりが今後益々大切な時代になってくるのではないのでしょうか。

児童発達支援・放課後等デイサービス **子どもみらいサポート あくしす**

受付時間 9:30~18:30(月~金) 8:30~17:30(土・長期休暇) 日・祝休み

〒651-1132 神戸市北区南五葉1-1 鈴蘭台第四団地1-101
TEL: 078-940-4747 FAX: 078-940-4748

あくしす



The Spiritual Timeline of Chanoyu

What is Chanoyu? It contains everything from Japanese culture such as Zen, wabi aesthetics and hospitality, which are all based on Jomon culture.

Juko taught, "not to be selfish in the tea ceremony". He put stress on the state of serenity of the host and guests. **Jōō Takeno** deepened wabi-cha and said, "Respect your guests just like you meet them once in a life time." **Rikyū** simplified the tearoom from four-and-a-half to one-and-3/4 tatami mats. He reduced the size of the tearoom not only because he pursued 'wabi', but also because he pursued intimacy between the host and guests.

井筒 恵子

神戸市在住 関西外国語大学英米語学科卒

- 訳書として
「茶の湯 ころの歴史」
著者 熊谷保孝 訳者 井筒恵子 出版社 一粒書房
- 共訳本として
「子どもたちのためのハーブブック」
出版社 パベルプレス
- 神戸元町 Cerceau de Caya(せしゅうど かや) 経営



茶室は粗末な茅葺の小屋を演出しながら、超一級の建築技術とあそび心に溢れる。窓にしる、天井にしるすべてが

「どうか、お茶とは自分をとりもどす時間と空間なのだ。」

おもてなしの心もそこから始まったのだ。

「お茶とは神や仏と対話する時間と空間でもあるのだ。」

500年前の室町時代は、もつとも人々が微細な感覚を持っていた時代ではなかったろうか。芸能というものが一段と昇華され、洗練された時代で、茶の湯はこの室町の時代に産まれたのだ。

おしゃれだ。2畳ほどの茶室を建てるのに、家一軒建てる以上のお金が必要と聞くと、お金持ちでない茶の湯は楽しめないのか? と思ってしまう。茶人とは隠遁者の心を持ち、鍋ひとつあれば楽しめる」と言いながら多くの茶聖は大商人であり、国宝級の茶碗や掛軸等を自慢する場所が茶室でもあったからだ。

しかしながら、茶人とは禅の修行を積んだ僧侶でもあった。これが多くの禅宗寺院が豊かな理由のひとつでもある。中国語が出来ることで通詞としての役目も担って来たからだ。うーん、わからなくなる。けれども修行とお茶が関係するとなれば

茶の湯って?

Vol.1

はなみずき鍼灸整骨院

〒651-1132 神戸市北区南五葉1-2-30-101

☎ 078-597-6633

| 受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日祝 |
|-------------|---|---|----------|---|---|----------|----|
| 8:30~13:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 15:00~19:00 | ○ | ○ | 実費 予約 | ○ | ○ | 実費 予約 | |



地域を愛し、地域に愛され、
地域に根づいた院で在り続けます。

ほすともし
オススメ!

ちよひや

良い店

From T.S

その2



近藤 幹
甲北病院の院長をしている。

今から37年前の1981年6月17日、私はアメリカへ一人、旅立った。中学2年生の時のことである。アメリカへ中学や高校で留学する学生などまだほとんどいなかった時代の事である。その前年の1980年の冬休み、まだ私が三田学園中等部の1年生だった時、アメリカはサンフランシスコ在住の従姉妹が約10年ぶりに日本にきて、私の実家で過ごした。この日本語がほとんどできない親類との出会いが、私の人生を変えた。翌年、私はサンフランシスコへ留学、従姉妹の家にお世話になることになる。まだ関空はなく、伊丹空港から成田まで飛び、成田空港から国際線に乗らなければならなかった時代。そして今のようにインターネットなどなく、国際電話をかけるのも、オペレーター(交換手)を通していた時代である。私は16歳の時から現在まで、数年間を除き、日記を書き続けている。その日記を元に、アメリカでの学生生活について書きたいと思う。

まずは私の学歴から紹介したい。13歳の時に渡米し、中学、高校はサンフランシスコの私立の学校に通った。当時外国人を受け入れ、ESL(English as a second language)コースを提供している学校はまだまだ少なかった。私の英語の経験は中学の1年間だけだったので英語で苦労した。サマースクールにも毎年通い、3年後の16歳の時、高校卒業に必要な単位をすべてとったが周囲から16歳での卒業は早すぎると説得されてもう一年高校に残り、17歳の時卒業した。1985年6月のことである。大学はカリフォルニア大学バークレー校(University of California, Berkeley)に入学。1989年に同大学の分子生物学部(Department of Molecular Biology)を卒業。今こそ遺伝子工学の進歩やiPS細胞、ES細胞などで花形の分子生物学だが30年前はまだ新しい分野であった。同年、Wisconsin州のウィスコンシン医科大学(The Medical College of Wisconsin)に入学。1993年に卒業、医師となった。1年間の外科レジデントを経て日本へ帰国、1995年に日本の医師国家試験に合格。京都大学の第一外科(当時)に入局した。2006年には京都大学大学院より博士号を取得している。現在は神戸市北区の甲北病院の院長をしている。

梅雨も明け、いよいよ夏本番です。イベントの多い楽しい季節ですが、強い日差しや暑さで体調を崩してしまいうことも少なくありません。今回は、日常生活に薬膳料理を上手くとりいれて体調不良を予防する方法をご紹介します。

「薬膳料理」と聞くと「薬臭い」とか「苦い」と想像する方が多いようですが、実際には普段私達が家庭料理で使っている食材が十分薬膳料理になるのです。夏にオススメの食材と言えば夏野菜。良く昔から旬のものは体に良いと言われますが、夏野菜は暑い夏の養生に最適なのです。以上のような食材を普段の食生活に取り入れるようにしてみてください。

第1回 甲北病院 院長のアメリカ留学記

医療法人社団 甲北会

甲北病院

KOUHOKU HOSPITAL

078-981-5456
〒651-1313 神戸市北区有野中町1-18-36

診療時間は科によって変わります。ホームページでご確認ください。

頭痛・生理痛・更年期・不妊
漢方相談

五葉薬局

078(591)6908
月～金 9時～18時
土 9時～13時
日・祝日定休

五葉薬局薬剤師
たづこ先生のHP

たづこ先生の健康コラム

暑い夏を薬膳料理で乗り切ろう!

余分な熱を冷まし体を潤わす食材

冬瓜、スイカ、ズッキーニ、レモン、トマト、きゅうり、豆腐、豚肉

体にたまった余分な熱を取り去り、解毒する食材

ゴーヤ、きゅうり、緑豆

夏に弱った胃腸に元気をつける食材

長芋、とうもろこし、枝豆、かぼちゃ、米、アジ

利尿作用のある食材

なす、とうもろこし、冬瓜、きゅうり、ズッキーニ、苦瓜、はと麦

反対に、冷たい食べ物や飲み物の取り過ぎは胃腸の働きを弱めます。夏バテ防止のためにも、水の入った飲み物などは避けましょう。

として生まれ変わりました。

日曜診療 土日検査 駐車場7台 CT完備

麻酔を使った苦痛の少ない胃カメラ・大腸カメラ

糖尿病・高血圧などの生活習慣病治療

往診・訪問診療 入院施設あり

人間ドッグ 各種健康診断

| 外来診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-----------------|---|---|---|---|---|---|-------|
| 午前診 9:00~12:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 11時まで |
| 午後診 17:00~19:00 | ○ | ○ | ○ | - | ○ | - | - |

●休診日 祝日

診療科目
胃腸内科
緩和ケア内科
内科
放射線科

地域のかかりつけ医として、皆様に安心して暮らしていただける環境づくりを目指します。

有床診療所
はすいけクリニック

〒651-1112 神戸市北区鈴蘭台東町1丁目 7-20

078-591-0061

美のワンポイントコラム

第五回 二重まぶた形成術編



二重まぶたは目元がパッチリして見えるため、若々しく元気な印象を与えます。最近では、二重まぶた用化粧品でメイクを行う方も多いでしょう。手軽に購入してメイクできるメソッドがあります。しかし、のりやテープを使うことで皮膚トラブルが起ったり、強力な力によりまぶたを引っ張ることで、まぶたのたるみを引き起こすことがあります。また、まぶたが極端に厚い場合、化粧品で二重まぶたを作るとは困難です。

そこで、二重まぶた形成術という方法があります。術式は大きく分けて2つあり、どちらにも局所麻酔で施術が可能です。

①埋没法…糸を使って二重を作る手術であり、糸の本数や固定方法を変えることで取れにくくなる工夫を行っています。

②切開法…皮膚を切開し挙筋腱膜と皮膚の裏面を癒着させることで二重を作る手術であり、切開の長さによって小切開・全切開に分けられます。

各術式には長所と短所があります。埋没法の長所はメスを使わないことです。短時間で二重まぶたを作ることができ手軽でやりなおりもできます。短所は目の状態によっては、使用している糸がとれてしまうことがあることです。完全な癒着を起さすわけではないので、年月とともに緩んでいき、二重のラインがなくなってしまうことがあります。切開法の長所は半永久的な癒着を起すため、二重のラインが元に戻ってしまうことは通常ありません。短所は、皮膚を切除し縫合するので1週間糸がついているということです。

二重まぶた形成術は、どちらの施術も当日終わりますが術後の腫れや内出血を引かせる期間「ダウンタイム」が必要になります。個人差はありますが埋没法であれば2〜3日程度、切開法であれば2週間程度必要だと考えられています。数ヶ月も経てば理想の二重ラインが完成するでしょう。

もっすぐ夏休みやお盆休みがやっていきます！ダウンタイムを考えれば、夏休みや長期休暇がとれるタイミングで施術を考えられてはいかがでしょうか。

こやまクリニック

形成外科・美容センター長

武川力



こやまクリニック 形成外科美容センター

〒651-1243
神戸市北区山田町下谷上字梅木谷42-4
【休診日】木曜・祝日

下記フリーダイヤルにお問い合わせ下さい

0120(437)904



フランクシヨナル・カップリング・メソッド

知ってほしい!!



フランクシヨナル・カップリング・メソッド
この言葉を聞いて「何それ？」とおもいましたよね？まあ仕方ないことです。まだまだ世間では認知されていない治療です。当然だといえます。では、言い方をかえて「吸玉」と言えば分かりやすいですか？ただ方法と素材が違つのです。

まず素材は「シリコン」で出来ています。吸玉の様に火や吸引器具は使用しないので、手軽で扱いやすい素材です。持ち運びもしやすく、ガラスやプラスチックではないので、落としても壊れません。そして方法ですが、まずは吸玉同様吸引します。次にその状態から皮膚をスライドさせたり、ストレッチをかけたりして身体にある固い部分や動きの悪い関節等にアプローチをかけていきます。長時間同じ部位を吸引しないので、痕は付きませんが、それ程長期間残ったりはしません。またスライドさせるから痛いと思っている人も多いと思いますが、カップリング前には必ず専用のクリームを使用しますのでカップリング中の痛みもこれも個人差はありますが、それ程強いものではありません。

ではなぜスライドさせたりストレッチさせたりするのかを説明しましょう。目的はズバリ！「筋膜リリース」なのです。筋膜とは全身の筋肉を覆った膜のことで、全身タイツ姿を想像してもらえらるということです。痛みや張りがあるので、その筋肉と筋膜が癒着を起し、筋膜が引っ張られた状態になり、身体のバランスが崩れていきます。そうなる前にバランスを補おうと他の部分でも引っ張り合いが始まってしまい、体の状態が悪化します。フランクシヨナル・カップリングはこの癒着を起した部分を元の状態に戻してあげることを目的とした、即効性の高い施術なのです。ただ少しの間皮膚に痕が残ってしまうので、気になる方は相談してみてください。痕を見られたら話のネタになるのはうけあいですがね(笑)

まつもと鍼灸整骨院 松本 崇義

まつもと鍼灸整骨院

神戸市北区鈴蘭台南町 4丁目 4-21
鈴蘭台西口駅から徒歩約5分

| 受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 8:30~12:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 13:30~16:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 17:30~20:00 | ○ | ○ | - | ○ | ○ | - |

TEL&FAX
078-595-2688

日曜日・祝日は休診日



鈴蘭台の地で
約半世紀お世話になった「蓮池医院」は、

「有床診療所 はすいけクリニック」



内視鏡による
早期発見・治療に
全力を尽くします。



街の掲示板



イベント情報

■たづこ先生の薬膳料理教室

「夏の薬膳メニューをつくります。」
 【日 時】 9/8 (土) 11:00 ~ 13:00
 【場 所】 五葉薬局隣 インクルひろば
 【費 用】 1,000円
 【持ち物】 エプロン・ハンドタオル
 【問・申】 五葉薬局 ☎078-591-6908
 ※10頁にコラム掲載



求人情報!

■介護職員募集 (常勤)

休日年間約120日 当直あり。
 無資格の方でも資格取得補助制度あり。
 詳細はお電話ください。
 神戸ほくと病院 ☎078-583-1771



■スタッフ募集

10時~15時の間 時給900円~
 割烹料理 貴舟 星和台1-16-99
 ☎078-591-9795 ※6頁に広告掲載



生徒募集!

■ピアノ・フルートレッスン生募集 無料体験レッスン受付中

【対 象】 幼児から大人まで
 マンツーマンレッスン
 【レッスン料金】 30分 2,000円~
 【講 師】 矢野正浩 (Flute) 矢野恵美 (Piano)
 【鈴蘭台教室】 鈴蘭台南町 4-7-7
 フィーメルレジデンス1F (キリン堂西鈴蘭
 台店裏) 無料駐車場あり
 【問】 Tel&Fax : 078-242-5258
 email : ensemblekobe@gmail.com
 ※5頁にコラム掲載



お知らせ!

■仏・英語 絵本の読み聞かせボランティア募集

Volunteers Needed!
 Looking for volunteer
 storytellers both in
 English and French.
 Please feel free to send
 us a private message.
[https://www.facebook.com/
 EhonandEnglishcafe/](https://www.facebook.com/EhonandEnglishcafe/)
 【仏語】超初心者向け絵本の会
 【英語】しあわせの村準備チーム練習会
 毎週土曜日 夕方 (FAMITTOさん他)
 鈴蘭台絵本% PROJECT 竹内まで
 ☎591-2347 (13~15時/20~22時)
 不在有・日祝可



■次号の発行は
 2018年9月23日です。

編集室より

■クロスワードクイズの当選者

6・7月号のクイズの答えは「ミズタマリ」でした。たくさんのご応募ありがとうございます。ありがとうございました。芦屋市若葉町のO様、他14名の方に賞品をお送りしました。

中高生対象

成績のばすなら ヨコ塾

個別・少人数制
 自習室完備
 鈴蘭台西口駅ヨコ
 ☎090-8354-0616



yoko-juku@post.com

「ワケトン」でおなじみの the rocket gold star さん



絵/文 the rocket gold star

前回のお題は「空から」。難しかったかな?
 考えてもらった面白いオチを選びました!
 応募いただいた中から
 優秀賞に選ばれた方にワケトンさんの
 「チンパンとカンパンのおともだち」の絵本を
 サイン入りでプレゼントします!

・「ぼちっ」のホームページからも応募用紙が
 ダウンロードできるよ。

優秀賞



長田区 9才 5君

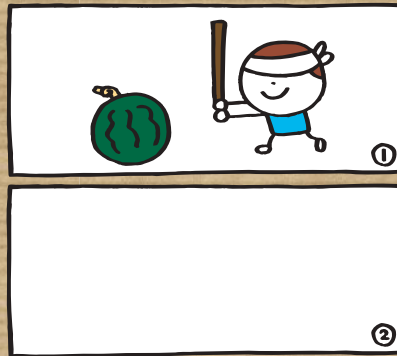
応募はこちらへ

〒651-1132
 神戸市北区南五葉 1-2-4 辻尾ビル 103
 「ぼちっ神戸編集室 2コマまんがコーナー」まで

応募締切
8/31(金) 必着

今かい だい 今回のお題 スイカ割りの巻

今回もお題を用意したのでオチを考えてみてください!!!!
 ヒントはスイカに注目するとオチが考えやすいかも?
 上手くわかるかな?
 多分こうなるかなーとみんなが思う事と少し違う事考えると
 面白い作品が出来るよ。楽しいオチ待ってまーす!!!



© the rocket gold star

インスタグラムやツイッターで毎日更新
 the rocket gold star 2コマまんがを見る事が出来ます。
 [Instagram] chinpunrocket [Twitter] @chinpunrocket



重いものをもつこ

さくこ ことだともゆき



男の子は、ひとりでした。
 ひとりだから、重いものも、
 自分のチカラだけで、もたなければなりません。
 男の子は、ひとりで重いものを持ちました。
 すると、
 それを見ていた人がつたつてくれました。
 ひとり、ふたりと
 つたつてくれる人がふえていきました。
 ずいぶん、かろくなったので、
 男の子は手をはなしてみました。
 手をはなしてみても、大丈夫そうです。
 手をはなして、ラクになったので。
 男の子は、ふらふらとあそびにいきました。
 すると、ふたたび重いものがありました。
 男の子は、すべてを知っていたので、
 つたつてくれる人を、待っていました。
 ところが、
 だれも男の子を、つたつたおつとはしません。
 男の子は、ひとりでした。
 ひとりだから、重いものも、
 自分のチカラだけで、もたなければなりません。
 男の子は、ひとりで重いものを持ちました。
 すると、

ことだともゆきプロフィール
 1984年大阪生まれ、京都精華大学卒。
 個人の編集業などを経て、2016年岡山県真庭市に移住。

【発行】 一般社団法人リーと
 地域情報紙 ぼちっ神戸編集室
 【住所】 神戸市北区南五葉 1-2-4
 【電話】 050-7130-6329 【FAX】 078-330-3564
 【E-mail】 pochittonishisuzu@gmail.com

【デザイン・印刷】 株式会社 北 欧
 【リーと代表】 鈴木 稔彦

ホームページはコチラ!



【発行日】 隔月 23日 【発行部数】 20,000部 【新聞折込み数】 15,000部 【主要配布場所】 5,000部
 【折り込み新聞】 神戸新聞/読売新聞/朝日新聞/産経新聞
 【折り込み地域】 鈴蘭台東町/鈴蘭台西町/鈴蘭台南町/鈴蘭台北町/北五葉/南五葉/君影町/星和台
 鳴子/松宮台/杉尾台/泉台/藍那ほか周辺地域
 神戸電鉄 西鈴蘭台駅・鈴蘭台駅・北鈴蘭台駅・山の街駅・谷上駅構内/あいな里山公園
 しあわせの村/ゆうゆうの里/神戸大学広報課/神戸市立須磨海浜水族園/広告掲載店他協力店

広告掲載についてのお問い合わせは、ぼちっ神戸編集室まで。
 「ぼちっ」を設置して下さるお店も随時募集中です!