

新 吉田商店はあそんでる。

第五話 ウクレレ教室



※だいたいフィクション。

新・吉田商店は遊んでる

小岩くまある記
(たまにA線あり)★しずき

照の湯 南小岩6丁目26-19
03-3658-4972

小岩ラバーズ、ナイターズの皆様、こんにちは。
食欲の秋祭りフィーバー真っ最中!しずきをです。

最近、あちこちから小岩ツアー企画して♪というありがたいお声を頂いておまして、おはよーからお休みまで、食い倒れツアーの候補を挙げてみようかなと。

モーニングは京成小岩線路脇にある喫茶店「LINZ」さん。もう、ここ以外は思いつかない(笑)あとは行ってのお楽しみ♪ビックリしますよ(笑)そして～ランチタイムはLINZさんからすぐ近くの「QUEEN'S SURF CAFE」さん。新メニューのMOCHIKO CHICKIN(モチコチキン)頂きましたが外はパリパリ、かじると噛みたいにジューシーなチキン!ハワイの定番メニューなんです。フレンチトーストもシングルとダブルあって、感動しちゃったなあ。しまった!続きはまた再来週!(笑)

カフェ リンツ
北小岩2-11-12
朝0730-1600
クイーンズサーフカフェ
西小岩5-15-20
昼1100-2000

相続税の申告、事前対策、贈与、確定申告、法人の設立・申告のご相談等承ります。
皆様の大切な財産を守ります。
お気軽にお問い合わせください。

高野豊税理士事務所

東京都江戸川区東小岩6-8・17-101
Tel03-5693-1690 Fax03-5693-1691
Mail:takano@takanotax.jp 初回の御相談無料です。

日本のインドカレー!!
27種類のスパイスとじっくり炒めた玉ねぎが決め手!!

しろのカレー (金、土は夜も営業)
(18:00~21:30)

京成小岩駅北口徒歩30秒
北小岩6-13-6 電話:03-6657-9639

カラオケBAR せんべろ
昭和通り店 090-6539-9961 南小岩7-23-19
営業21~26時 定休日なし セブンイレブン横の3F
飲放題1時間 1000円 業界なぐりこみ価格
延長1時間 500円 安いぜ~ カラオケBOXより
お通し無料 持込OK!! いっ行こうか?今でしょ!!

毎号★10000部!!★おかげ様で100号突破!! 小岩を元気に!手作りフリーペーパー

コインタイムズ"106"

11月22日(金)発行号 次回は12月6日(金) PRESENTED BY  住まいのアドバイザー 株式会社大栄商事 TEL:03-3671-3333

小岩で世界を体験しよう。
日本も含む
BY高橋銀針
ブログ「アウト・ドアめし」
<http://plaza.rakuten.co.jp/genesis001/>
第57回「宇宙神秘、善養寺影向の松」

小岩には日本一大きな松の木がある。善養寺の影向の松(ようごうのまつ)である。この影向(神仏が降り立つ意)の松からは、巨大蛸がのた打ち回る様な凄みを感じられる。香川県大川郡志度町岡野マツが枯死(1993年5月)する前はこの松と「日本一争い」があった。

樹木は環境の変化に敏感である。この松も近所の池の埋め立てによる水脈変化などで、樹勢が衰え、また病害などで存続の危機となった。そこで、マツの保存委員会が発足され、根の酸欠を解消10年越しで工事が進められ2011年7月に終了した。そして、2011年9月21日に国の天然記念物に指定された。

この松のある真言宗豊山派善養寺は『星の精霊が本堂前の松の樹上に降り石となった』という言い伝えがある不思議な寺である。

書物も樹木も後世に残るのは奇跡の連続による。長く続く場所は災害や天災を乗り越えている。

もっとも星の精霊だなんて、宇宙人が巨大松の育成を助けたのかもしれない。



善養寺
東小岩2丁目24番2号

ラジオきくなら FMえどがわ 84.3 FM EDOGAWA RADIO STATION
松下 有美 FMえどがわパーソナリティ
★生放送★ インターネットでも配信!
☆毎週土曜・日曜9時~12時 スマホでも聴けます
「南風30° リクエストはFAX:03-5622-7852
緑の風に包まれて」 info@fm843.co.jpまで。お待ちしております☆



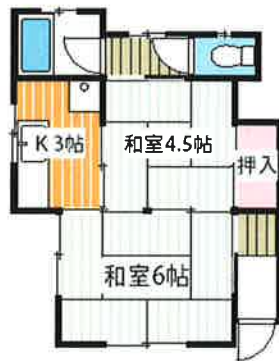
日曜日のバイト募集中
高校生900円から。おばちゃん950円から

地蔵通りもっ焼き植むら
TEL 03-5668-9494

和風・駅近・ゆったり物件

賃料 65000円
礼1 敷1

西小岩1丁目
小岩駅徒歩3分!
内装ほぼフルリフォーム済み!!
追焚可の浴槽は新設!
エアコン付き
バストイレ別
室内洗濯機置き場
畳もお部屋のクロス、襖なども全て
新品のびっぴか物件です。



1階で駅やヨーカ堂などの商業物件にも近いので高齢の方にもおすすめです。
1ルームや1Kの価格でゆったりと
2間+キッチンのお部屋にお住まいいただけます!

担当はたおすすめ



お問い合わせは株式会社大栄商事
電話 03-3671-3333

小岩の町のお住まい・お部屋探しなら! 新築戸建 中古戸建 土地 賃貸アパート・マンション

住まいのアドバイザー
株式会社大栄商事

西小岩1-26-3 ☎ 03-3671-3333

営業時間 10:00~19:00
定休日 毎週水曜日第三木曜日



crayon diary

こんにちは♪
2児の母宇田川涼子です。
先日編み物雑貨でテヅクリイベントに参加
してきました!
毎回色々な方の作品を見て自分自身刺激を受け勉強に
なります。
今回も素晴らしい作品に出会えました!
1センチの折り紙で折り鶴を作りピアスや指輪のアクセ
サリーにした作品です。
一目見て引き込まれてしまいました。
中でも「折り鶴の木」という作品は遠目で見たら普通
の木なのですが600羽の鶴1羽1羽で葉っぱになっている
のです。本当に素晴らしい作品でした!
しかも作っているのは男性の作家さん。
本当にビックリです!
試しに私も鶴を折ってみました。途中で折り方がわから
なくなってしまうくらい細かく折れませんでした…。
年内手作りイベントが続きますが自分の作品を手
に取って頂く嬉しさや、色々な作品に出会える事で今から
ワクワクです♪

ハンドメイド雑貨Crayon
crayon_ryoko@yahoo.co.jp

第14回
楽しくお金を使おう

同じ年収でも
ワンランク
上の生活へ

家計のやりくりをして、
細かな節約をしている人ほど、
悩まされるのが、お金を使った
時に感じる罪悪感。お金を使っちゃった。
とっても、悪いことをしたかのように感じてしまうのです。

当然、自分の楽しみには使いづらい。
そうなるちょっと心に良くないですね。
生活自体が楽しくないですね。
そもそもお金は物やサービスと交換するための
ツールです。将来に必要な費用の分だけ貯金しな
がら、その残りは生活を豊かにするために楽しく使
たいですね。

今も楽しい。将来も楽しい。そんなお金の管理の仕方、
使い方を積極的に考えてみませんか?
そのためには、将来に必要な費用をしっかりと
把握して、毎月そのための資金を確保することが
大切になります。

残りは使ってしまったてもいい分ですから、
罪悪感など抱く必要はありませんよ。

女性が安心して相談できるファイナンシャルプランナー
おおきFP事務所
江戸川区西小岩1-29-4-303
電話 070-6670-7043
HP <http://www.fpohki.com>

流通ヘルパー横田浩崇の 鋼鉄名盤探訪

今月も彩である。
前号では12月のライブについて触りを述べたが、
いよいよ本号はその詳細となる。

ツアー初日の亀有公演は12/21(土)。
17時開場、17時半開演。

こんな事を書いて良いのか分からないが、
リーダーの葛西氏は本ツアー前の曲作り、
ファミレスで苦しみで苦しみ抜いて新曲を産み出していた。

テキストにやればテキストにできるのだ。
曲のストックだってかなりある。
最近、俺の好きな『大雷山』を演らない事が多いのが
その証明だ(笑)

だがそうでなく、あえて苦しい道を選ぶ辺りがやはり本物!
もがき苦しんだ末に産み出した曲群を聴かない手はない。

そもそも真夏の炎天下に野外でフルパワーで叩き続ける
ような奴らだ。
その熱さはハンパではない!

効率化・合理化といったモノとは正反対の活動をする彼ら。
それはもちろん全て観客の為。
彼らの思いを見に、聴きに、体感
しに、12/21は有無を言わずに
亀有に集合だ!

和太鼓グループ彩
公演DVD「衝動」



<http://webshop.wadaiko-sai.com/>
チケットのお求めは・・・<http://webshop.wadaiko-sai.com/>

定年なし、リストラなし、稼げる。
安定成長の軽配送ドライバー(業務委託)大募集中。
連絡先: 048-958-8068(事業所直通)
(株)アート・プラ 流通ヘルパー・横田浩崇

小岩寺子屋

【小岩寺子屋】第2回

太田弘一郎先生の「知らないことは罪。
食を通して健康な体づくりとは？」

2013年12月14日
時間 11:00~13:00

江戸川区西小岩1-26-3
大栄商事 3階
費用 1000円
お問い合わせは株式会社大栄商事
担当 畑
電話 03-3671-3333

インフォメーションラボ通信

～身近なITやネットの話をお伝えします～



楽天優勝セールでの残念!

楽天イーグルスの日本シリーズは、普段野球を見ない人にと
つても気になる試合だったのではないのでしょうか。
そんな、楽天イーグルスの親会社の楽天は、インターネット上
で優勝セールを開催。しかし、課題もありましたね。

あるお店の抹茶シュークリームが定価の77%オフとして2600円
で販売されていました。実はこれは、元々2600円で売っていた
物の定価を値上げして、77%オフの商品として販売したようです。
つまりいままでの売値を変わらなかったのです。

ユーザーの指摘で発覚して、謝罪などがされているようですが、
せつかくの喜びに水をさすことになりました。

実際に商品を買っているのは、楽天自身ではないため値引きを
しても販売店自身にはメリットが少なくこのようなことが起きて
いるようです。昨今では、レストランなどでの食品の詐称問題が
ニュースになっていますが、お客様を大事にする姿勢が少し
薄れているのではと感じます。

楽天イーグルスが観客と一体になって勝ち取った優勝という
イメージがあるだけに残念なできごとですね。

インフォメーションラボ

インフォメーションラボでは、ITやネットや販促の悩みを解決します。
こんなことでも?コラムの内容についてもっと知りたいなど、お気軽にお問い合わせください。

江戸川区西小岩1-29-4-302
電話: 03-6657-9480 FAX: 03-6657-9482
メール: info@info-lab.jp ウェブ: <http://info-lab.jp/>

隠れ家サロン*ふらん's room*

こんにちは!

一気に寒くなりましたが、風邪など
ひいてませんか?

寒がりの私は、湯たんぽ、ホカロン、
電気敷布、膝掛け、加熱式加湿器…と
暖グッズを早々に準備しぬくぬくしています。
寒いのは苦手ですが、この季節ならではのクリスマス
雑貨、イルミネーションは大好き!

ということで、少し早いですが、ふらん's roomも一気に
クリスマス♪
色々なところにツリーやサンタが…!!
マツエク後のヘッドマッサージ(無料サービス)とエステ
の時に照明を落とすのですが、間接照明と一緒にツリー
も光り、温かい気持ちになります。
暖グッズ&雰囲気作りで暖かい部屋になっていますので、
ほっこりしにぜひいらして下さい!
よろしくお願ひ致しますm()m



まつげエクステ*エステサロン
Frangipani (ふらんじぱに)
江戸川区北篠崎2-15-2
堀田絵里 090-9806-3647
frangipani.eri@ezweb.ne.jp
am9:00 ~ pm8:00

イクメン占い師

創洋嘉祥のアヌエヌエ

そうよう ひろなが



「とにかく聞いて
ほしいの!」

HP: 創洋嘉祥どっこむ
<http://soyohironaga.com>

先日、中学校時代の同級生と「教育テレビってすげえよね!」って
話になったんだけど、思っている番組がお互いに違って、もどか
しい思いをしたイクメン占い師の創洋です。

さて、当たるといのが占いの醍醐味だと思いますが、だいたい
のお客様は悩みを持って来店なさるもの。当てるだけで終わる
占いでいうのはほとんどないですね。

私はどちらかというとマシンガントークをしていくタイプなの
ですが、席についた途端に私の話もささぎって、堰を切ったよう
に話し出すお客様がたまにいらっしゃいます。そういう時は、
占い結果は要点だけ短めにお話をして、あとは相手の話を
「聴く」ように心がけます。「聞く」ではなく「聴く」。漠然と聞くの
ではなく、耳と目と心を使ってきちんと相手に注意を傾けて聴く、
ということですね。占いでいうのは話しづらいことを話してきて
いることも多いですから、話を聴くことによってできるだけお客
様の味方になってあげられるように心がけています。
これも占い師に求められることですね。

それにしても「話したい」とか「伝えたい」とか「分かってほしい」と
いうのは、もはや人の本能ですよ。ちょっと聞いてくれます?
教育テレビ「いないいないばあ!」に出てくるキャラクター、
「わんわん」の中に入っている人はなんと、昔「たんけんぼくの
まち」に出ていた「チョーさん」なんですよ!知ってました?

「ユニコのひとりごつ」

オフィスユニコ <http://www.office-unico.net/>

「ユニコのひとりごつ」第8回

オフィスユニコのセミナー助手、及びフリーライター、
及びフリーターの河原杏子です。

月刊ビデオサロンに連載している「プラモガールのプロモ
ビデオ」、最終回らしいです。
私も知りませんでした。

正確には、もう一つ先の号で最終回だと
勘違いしとりました。
だって最終回の一つ手前の号だと思ってましたから。

それとは知らず、記事を提出した私は、最終回に相応しい
機体を選ぶためヨドバシカメラへ…。
連載第一号のコレアをもう一度作ろうか、祖父の搭乗
していた強風にしようか、はたまたこれぞ王道のゼロ戦に
しようか。

選んだ機体は「ユーロファイター2000」プラモ作りを始め
てから、最初に色を付けたプラモデルです。
当時の私と比べて、どれくらい進歩したのか知れる。
これは最終回にうってつけだと思ったんです。
編集担当のS氏に意気揚々と次はユーロファイターを作
ると宣言した所、「この前のが最終回だけだ…」
あれ?「次の連載はこんなもの?」あれ…?

月刊ビデオサロン、毎月20日発売!12月20日発売号より
EDIUSでの編集方法に主眼を置いた新連載が始まります!

ミッションは「人材」から「人財」へ!

ミッション実現のために前進中の社会保険労務士です!

(66) 今回のミッション：深夜の交差点で就業規則を考える

深夜の交差点で信号待ちをしていると、ふと就業規則のことを思い出します。就業規則を作るときに、「こんなことまで書く必要があるのか?」「こんなことまで書かなくても分かるだろう」と思うことがあります。

就業規則に記載される文言には、「～しなければならない」「～してはならない」など、強制する内容が多く、労働者側から見ると「学校の校則のように読みたくない」と感じられるかもしれません。

詳細な規則なんてなくても口で言えば分かるだろう、と思うこともありますが、深夜の交差点で信号待ちをしていると、「やっぱり規則とその運用は必要だな」と思い直します。赤信号を無視する自動車は多くありませんが、赤信号を無視する歩行者は多いです。深夜の小さな交差点では、(実感として) その割合は特に顕著です。「急いでいるから?」「誰も見ていないから?」「罰則が適用されないから?」いろいろな理由が考えられますが、自動車の場合は、急いでいても、誰も見ていなくても、赤信号で停止していることが多いので、罰則適用の有無が影響していると思われる。法律上は自動車にも歩行者にも罰則はありますが、実際に取り締まられるのは自動車のほうが多く、歩行者は見逃されていることが多いと思います。

会社の中で規則違反が起きたらどうでしょう? ・急いでいるから終業時刻前に退勤する。 ・誰も見ていないから仕事中にインターネットで株取引をする。就業時間中は労働の義務がありますので、これらは明らかに規則違反です。教育・指導することはもちろんですが、場合によっては就業規則に基づいて罰則を適用することも必要です。就業規則に服務規律や罰則が記載されていても、従業員への周知や運用がおろそかになると規則は形骸化してしまいます。そんなことを深夜の交差点で感じました。(山岡)

助成金、就業規則、将棋で人事、の社会保険労務士といえば・・・
ヒューマンレジジャーサポートオフィス (山岡・増井)

〒113-0022 東京都文京区千駄木3丁目12-2-301
TEL: 03-6807-2326 / E-mail: human_treasure@me.com
HP URL: http://web.me.com/human_treasure
★「想いの伝道師ブログ」は毎日更新中!
http://ameblo.jp/humantreasure-blog
★知らないことを知る? 労務情報最前線「HTサポート通信」無料配信中

「日本伝統の素晴らしいことを知ろう」 人情派講師 西條由貴男の「仕事と人情の散歩道」

先日は仕事で長野県へ
正統派研修から人情派講演まで
ホームページ http://www.sajoh.com
ブログ http://www.ameblo/sajoh

あと少しで黒部ダム
という場所だったこともあり、なんと雪が。。
どうりで寒いわけです

仕事も終わって、国宝の松本城に寄り道しました。

最近の観光用の城は、最新技術を使い観光客を楽しませてもらえるものが多いのですが、松本城は、昔のままの姿で残っています。

会社員時代は内勤で外に出る機会が少なかった事もあり住んでいる国であっても知らないものが多くあることを改めて実感しました。

グローバル化、IT化の進展で、世界や最新技術に目がいきがちですが日本の伝統技術にも良いものはたくさんあります。

時間が許す限り、日本伝統の素晴らしさをもっと知りたいと感じました。

歩いて楽しい七福神めぐりのすすめ【大黒天】

今回の七福神は大黒さまです。まあい頭巾を被って手には木槌とサンタさんの様な大きな袋を持っています。そのお顔は福々しく口元は穏やかに微笑んでおられます。が、実はその昔、大黒さまには今のお姿からは想像もつかないような暗い過去があったのです。



と言うのも、もともと大黒天はインドの神様『マハーカーラ=大いなる暗黒神』。という破壊を司る神様がモデルとなって生れました。なんだかとてもダークサイドな響きです。なぜこの恐ろしい神様が現在のお優しいお姿になったのかという、これがなんともい加減な話。



もともと日本にいらした大国主命(おおくにぬしのみこと)という五穀豊穡の神様と字が似ているので、ごっちゃになったからだとわかっていて、大黒と大國。確かに似ています。が全くの別人、じゃなかった別神。なのにいつのまにか大国主命のイメージが大黒天と重なってしまったんですね。まあ、そんな訳で現在の大黒様は「昔はそうとう鳴らしたもんだが、今じゃずいぶん丸くなったもんだぜ」ってなもんで大きな袋の中からたくさんのお宝や富を与えて下さる七福神のおひとりとして活躍されているのです。

日仏建物事情と生活記

～バイリンガル子育て・・・?～
父親が外国人で・・・
と言うと、
わあ～、
バイリンガルになるね、いいね～! とよく言われるのですが・・・実際そう簡単ではない様子。

ビスデザイン 代表 木村奈保
Mail info@bis-design.net
ブログ 「bis design blog」
http://blog.bis-design.net

東京に到着した時期がちょうど言葉も急激に発達する時期と重なっていたようで、ものすごい勢いで語彙が増している我が息子。こちらで会う友人知人にはたびたび日本語わかるの?と聞かれますが、フランスで保育園には特に行かず、私も夫も子どもと話すときはそれぞれ母国語にしているの、常に一緒にいる私の影響で今のところは99%日本語人です。

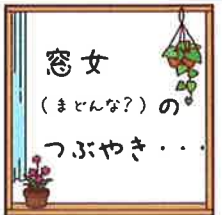
でもそれぞれもおそらく来年9月に幼稚園に入るまで。幼稚園、小学校とだんだん成長していくと、周りの子と違う言葉を話す母親や自分を拒否するようになる子もいるそうで、そうなるともう、生活していない方の国の言葉をきちんと発達させていくのはなかなか難しくなるそうです。

それでもフランスに住む日仏ハーフで上手に日本語を話している子もいるので、話を聞くと、どうやらテレビ効果。日本には子供向けの優れた番組があるので小さいうちはそれを見せ、大きくなってくると勝手にアニメを見るようになり、フランスでも有名な日本のアニメ、日本語を話せるのはすごい! ってことになる様子。

アニメオタクにはあまりなって欲しくないけれど、日本語はしっかり話せるようになってほしい。フランスで日本の録画番組を見せられるよう準備しているものの、何とも複雑な親心です・・・^^;

web(ウェブ)内覧会

ウェブ内覧会というものをご存知ですか?
内覧会といえば 家を購入した方が入居前に施工上の不具合がないか確認したり設備の説明を聞いたりする事をいいますよね。



このウェブ内覧会というのは 家を購入された方が、自身のブログ等でこだわりの建築や内装をお披露目する事をいいます。

これがなかなか面白く、皆さん色々工夫しているんだな～と感じるのです! カーテンやブラインドなんて人生で何度も買うもんじゃないから何選んで良いのか・・・って方は多いですね。

私が言うのもなんですが、売る方はあまり商品に関して悪い事は言わないですよ(汗) 実際、お客様によって全く好みは違いますし生活スタイルも違いますからなかなかこれは良い、これは悪いとは言いきれないです。ご自分でお金を払ってカーテンをオーダーされた方はそこらへんズバツ! と正直な気持ちを書けますもんね。思ったより安っぽかったなあ・・・とか 使い勝手が良くない・・・うーん・・・とか。

逆に、すご〜家に合っていてイメージぴったり! とか 予算を節約出来た! 等の良い事も書かれています。インテリア作りにもっと他の人の家作りを参考にさせて頂いてはいかがでしょうか? 電化製品や家具選びにもヒントがあるかもですね。是非ウェブ内覧会で検索してみてください。

Interior Canon インテリア カノン
北小岩 2-3-6 つるやビル1F
TEL 03-5876-8603
ブログ楽しく更新中
「小岩カーテン屋のブログ」で検索してね!



「娘の決心」 進め! 新保商店

東小岩の小岩小学校の目と鼻の先にある看板のない八百屋「新保商店」です

オヤジは脱サラ後、八百屋になりましたが、私はサラリーマン姿のオヤジを知りません。幼い頃から競りに使うお辞辞にも綺麗とはいえない帽子を被り前掛けをして大きい声車はトラックで野菜臭くて幼い頃、手伝いに店に行き、夏場の暑い中、玉葱の傷んでいる皮をむいたり 一人で遊んで指にホチキスでばちんと親指と紙をサンドしてしまったり 忙しくてお昼ご飯も食べられずお水も飲めずに大泣きして帰ってきて以来 店に行くことはありませんでした



わかめのしゃぶしゃぶをたべるジジと目に入れたらきつと痛い孫・御音(私の娘)

行ってきます(☆V☆)と爽やかにスーツを着て出社していくお父さんに憧れたもので八百屋の父が嫌で嫌で仕方ありませんでした

でも 私が新保商店を手伝っていこう支えていこうと決心した二つの出来事が起こったのです。それは。。。(次回に続く)

今月の野菜「ヤーコン」
父と私の住む茨城県でも有名なヤーコン。特に実家のある阿見町ではヤーコンを名産にしようと頑張っています。ヤーコン麺やお菓子など加工品でも使われています おすすめサイト「旬の食材百科」
http://foodslink.jp/syokuzaihyakka/syun/vegetable/renkon.htm



小岩の、はんこ い〜わ〜

亜字あん

東小岩を新天地として営業しております 亜字あん店!!

今回は、印鑑とサインの効力についてです。日本では重要な契約に本人確認として使いますが、欧米ではサインが主流ですよ。日本における重要性は、実はサインも署名も同じ位なんです!

しかし、最終的な意志決定を行った! という認識の為に押す、という習慣の日本、真実自由な本國柄が出てくる私は思います〜(笑)



住字所...あ江小岩店
TEL: 03-5889-8388
東小岩5丁目20-17

看板おすすめは知っている



こんにちは。前回からお世話になっております。江戸川区のお隣の区で昭和29年から引越屋をしています。奥田商店 看板おすすめ奥田祐子です。

近藤麻理恵さんの「人生がときめく片付けの魔法」、昨年2冊目が出た先日はドラマ化されましたよ。他の本も読みましたが私はときめくか、ときめかないかの基準で選ぶのが斬新で今まで一番付いた気がします。

年末になると「掃除しなくっちゃ!!」という気持ちになります。と、思っていたら最近「家具を動かしたいのですがやっていますか?」というようなご相談が多くなりました。ずらすと床に傷がついたり持ち上げたら腰をいためたり。女性だと特に大変ですよ。もうすぐ年末です。実はずーっと気になっていた大きな家具のちょっとした移動、思いきってやってみませんか?

ここにあなたのお店やサービスの広告を載せると1回4000円です。10000部配布していますので、多くの小岩人の目に触れる機会がありますよ。

お問い合わせは株式会社大栄商事 電話 03-3671-3333

下町の整骨院より 愛を込めて『**お大事に**』

京成江戸川駅より徒歩0分！ 江戸川区北小岩3-24-15
阿部整骨院 電話 03-5694-3820
 ★コイワタイムズがもたらえるお店です！



長く立ち続けると・・・

長く立ち続けていると、腰には上半身の重さの約2倍の負担がかかり、足のかかとと腰骨には全体重と同じ分程の負担がかかるとされています。

時々下半身をよく動かしましょう。スクワット、ストレッチなどをして下半身の血行をよくするようにします。疲れの残り具合が全く違います。

また急に腰をかがめて床のものを取るような身体の動かし方には気を付けましょう。背骨に通る神経に負担をかけて腰痛の原因になったりします

膝を曲げて、腰を下ろすようにしましょう。反対に、上方にあるものを腰を急に反らせるような動作も危ないです。同じく背骨に迫る神経に負担をかけ腰痛の原因になるからです。台などを使って無理のない姿勢でものをとりましょう。

身体を急に捻ったりするのは思いがけず身体への負担となります。日頃から筋肉などを鍛えることも大事ですが、いねいに身体を使うよう心がけましょう。ゆっくりと捻ったり曲げたりしましょう。体操をするときも張り切りすぎず、穏やかに確実に身体を動かすようにするとよいです。

痛みがある場合は無理をせず、お近くの整骨院などへご相談ください。痛みは辛いものです。お大事になさってください。

富士山の どかんとありし 枯野かな 嶋田一步

江戸川の土手から富士山が見える日もあります。

大野屋で色々な台に挑戦してみませんか？

ここのごとくだいたい寒くなってお鍋が美味しい季節になってきました。身体が温まって、みんなでワイワイ楽しめて、栄養のバランスもナイスな鍋料理。

その歴史を覗いてみると、日本には、縄文時代から煮炊きを目的とした調理器具がありましたが、みんなで囲んで鍋をつつくという現在のスタイルが定着したのは、江戸末期から明治頃と言われています。

江戸時代の鍋には「湯やっこ」や「どじょう鍋」帆立貝などの貝殻を鍋の代わりにする「貝焼き」など、今聞いても食べてみたいと思わせる料理がたくさんあります。

たくさんといえばパチンコやスロットにも色々な機種があります。大野屋では様々な機種をご用意しております。きっと皆さんにあった機種もあるとおもいますので挑戦してみてください。

たまにはゆったりとした雰囲気のお店で何も考えずにゆっくりパチンコするのも良いもんだと思いますよ。

※アルバイト大、大募集！！



『プロを目指して三千里～脚本家への道～』



ブログ「プロ脚本家目指してます日記『毎日物書き日和』」

『コイワタイムズ』をご愛読の皆様、こんにちは。物書きの夢野ねこです。現在、私は雑誌の記事を執筆するため、取材とインタビューの準備をしています。

難しいですね、慣れないことは。日々、奮闘中です。小説も脚本も記事も、同じ「書く」という作業なのに、「書き方」が違います。いつもと同じように執筆しても、記事になるとバツを食らうんですね。

どんなに作品を書いても学ぶことが多くて大変ですが、とてつもなくワクワクするのも事実です。



こんな日は **図書館へ行く**

ゆるキャラ図書館司書 Yoko

思い出の本を探したくなったら

皆様、初めまして！本とビールをこよなく愛する、ゆるキャラ図書館司書のYokoです。

さて、いきなりですが、最近、絵本を手にとられたことはありませんか？「そういえば、大人になってから、絵本を読んだことないかも。」そんなあなたに、オススメの場所が図書館です。私の小さな頃、図書館で何度も借りた本をご紹介しますね。

『おおきなおおきなおいも』赤羽末吉 さく・え 福音館書店 1972年発行

あおぞら幼稚園のこどもたちは、いもほりえんそくを楽しみにしていました。しかし、当日はなんと雨。つまらないよ～。こどもたちは、先生に、紙と絵の具と筆を用意してもらい、おいもを描いていきます。あらら？そのおいもがどんどん大きくなって・・・みんなの想像の世界が広がって、ワクワクステキな体験が始まります。

食いしん坊だった私は、繰り返しこの絵本を眺めていました。想像の世界で食べるおいもの味が、この上なく美味しかったんですよ～。大人になってから、この本を図書館で見つけた時は、懐かしくて本当に嬉しかったです。小さい頃の自分に出会えたようで、ほんわかと幸せな気持ちになりました。

図書館は、皆さんの記憶のタイムカプセルです。きっと、小さい頃読んだ絵本がほとんど置いてあるはずですよ。「そうだ、今日は思い出の本を探しに行ってみようかな。」そう思い立ったが吉日。ぜひご近所の図書館へ。本のタイトルを忘れてしまっても大丈夫。図書館司書は、うる覚えのストーリーからでも本を探してお手伝いができるんですよ。

本には、不思議な力がありますね。皆様が、ちょっぴりでも、ほんわか幸せな気持ちになってくださること。そんなお手伝いのできたらいいなと願っています。

『**幸せのカタチを感じる日**』～いのちと向き合う～

映画「うまれる」上映

- * 豪田トモ監督特別対談
- * 水戸真奈美ミニライブ（字幕・手話通訳付き）
- ※映画には字幕・音声ガイドがつきます。
- ※対談には手話通訳がつきます。

日時：2014年1月4日（土）
12:00～15:30

場所：杉並公会堂大ホール（東京都杉並区上荻 1-23-15）
アクセス→<http://goo.gl/maps/12Aq4>

「自分たちが生まれてきた意味や家族の絆、命の大切さ、人との繋がりを考える、ドキュメンタリー映画」です。

妊娠・出産・育児、産産・死産、不妊、障害など『うまれる』ということ幅広く捉える事で、親子関係やパートナーシップ、男性の役割、そして『生きる』という事を考える・感じる内容になっております。

重いテーマだと思われるかもしれませんが、とても前向きで明るいストーリー展開となっていますので、観終わった後は温かい気持ちになっていただけるのでは、と思っています。」
（公式サイトより）

編集後記 友達に頼んで消しゴム判子をつくってもらいました。できればにすごく満足です。ちょっとユーモラスなイラストの判子を押しつけた葉書でお礼状や挨拶状を書いています。メールではつたわらない手描きの絵や文字の味、なかなか良いものです。消しゴム判子の作家さん、ご紹介できます。コイワタイムズ編集長 はたひで



「相続専門！」
行政書士はわたちの遺言書・相続 相談室



相続のご相談 無料です **080-3004-9201**
行政書士 江戸川区西小岩 1-26-3
畑秀樹 email: chappy81@gmail.com

相続「税」を計算する時の評価方法



建物＝固定資産税評価額

固定資産税の納税通知書の「固定資産税評価額」を確認する

都税事務所などで「固定資産税評価証明書」を取って調べられます。



土地＝路線価

国税庁の以下のページで調べられます。
<http://www.rosenka.nta.go.jp/>

こちらはあくまで「簡易な判断」のための方法です。正確な判断については税理士さんなどの専門家に相談しましょう

再来年の1月1日以降の相続は「基礎控除」という相続税がかかるかからないかのラインが大幅に下がります。そのときにあわてないように今のうちから準備しておくといいですよ。

（株）大栄商事のお得な物件情報！ お問い合わせは **03-3671-3333** まで！

新築分譲住宅 南小岩3丁目 JR 総武線 **小岩駅** 徒歩 **11分** 「質」と「技」にこだわる 大栄の家 強さと温もりの家

健康住宅 ESTUCO WALL ヨーロッパ伝統の西洋漆喰「エスタコウォール」使用！
TES 無垢材(クリ)のフローリングにTES床暖房

南西公道面角地 ●豊富な室内収納 ●広々としたバルコニー ●全居室明るい2面採光



価格 **2,630** 万円 (税込) 仲介手数料不要

- 所在地/江戸川区南小岩3丁目28番5号
- 土地面積/53.56㎡(正味)
- 土地権利/借地権(旧法新規20年・更新)
- 地代/(月額)12,000円
- 建物面積/73.84㎡(H25年6月末完成予定)
- ※図面と現況が異なる場合は現況優先とさせていただきます。

～借地権のメリット～
 ◇所有権価格より安く購入できる!
 ◇土地の固定資産税・都市計画税不要!
 ◇一生使える強い権利!
 ◇住宅ローンは低金利の都市銀行でOK!